

REGULAMIN UŻYTKOWNIKA

Data publikacji: 4 marca 2025, 13:18

Regulamin użytkownika portalu rodzinazdrowia.pl

I. Definicje

- a. **Portal** udostępniany pod adresem www.RodzinaZdrowia.pl jest internetowym serwisem o tematyce zdrowotnej, za pośrednictwem którego Użytkownicy mogą korzystać z udostępnianych w Portalu świadczeń, usług i treści.
- b. **Administrator** - Farmacore sp. z o.o. zarejestrowana przez Sąd Rejonowy dla Wrocławia Fabrycznej we Wrocławiu, VI Wydział Gospodarczy pod numerem KRS 0000908523, prowadząca działalność pod adresem ul. Rakowiecka 65/687, 50-422 Wrocław, postępująca się numerem NIP: 8992747774.
- c. **Regulamin** to niniejszy dokument określający warunki korzystania ze świadczeń, usług i treści Portalu www.RodzinaZdrowia.pl przez Użytkowników.
- d. **Użytkownikami** Portalu są wszystkie osoby, korzystające z serwisu www.RodzinaZdrowia.pl za pośrednictwem Internetu poprzez komputer, telefon komórkowy, tablet lub inne urządzenie umożliwiające bieżące przeglądanie zasobów Portalu.
- e. **Konto** to profil Użytkownika Portalu wymagający logowania oraz zawierający informacje o Użytkowniku oraz określonych ustawieniach lub aktywności Użytkownika na Portalu.

II. Ogólne zasady korzystania z Portalu

- Korzystanie z zasobów portalu www.RodzinaZdrowia.pl przez Użytkowników jest bezpłatne.
- Warunkami technicznymi umożliwiającymi Użytkownikom korzystanie z treści Portalu są: dostęp do Internetu oraz posiadanie urządzenia (komputer stacjonarny lub urządzenie mobilne) z poprawnie działającą i zaktualizowaną do najnowszej wersji przeglądarką internetową – Google Chrome, Mozilla Firefox, Opera, Microsoft Edge. Zaleca się korzystanie z najnowszych wersji oprogramowania.
- Warunkiem niezbędnym do rejestracji Użytkownika jest posiadanie zarejestrowanego adresu e-mail.
- Część usług udostępnianych w ramach jest dostępna wyłącznie dla Użytkowników zalogowanych, tj takich, którzy posiadają założone Konto w portalu i przeglądają jego zasoby po zalogowaniu się do swojego Konta.

III. Rejestracja konta użytkownika, aktywacja i logowanie

- a. Rejestracja Użytkownika Odbiorcy w Portalu następuje za pośrednictwem formularza elektronicznego dostępnego w Portalu i polega na podaniu co najmniej podstawowych danych osobowych obejmujących: adres e-mail/login, nick, hasło
- b. Adres e-mail podany przez Użytkownika musi być unikalny i będzie stanowił jego login do Portalu.
- c. Jedna osoba może założyć i korzystać w Portalu tylko w ramach jednego Konta. Administrator Portalu zastrzega sobie prawo do usuwania zdublowanych Kont Użytkowników.
- d. Weryfikacja kont Użytkowników Odbiorców nie jest wymagana.
- e. Po dokonaniu rejestracji i ewentualnej weryfikacji przez Administratora Portalu, Użytkownik otrzyma na podany w formularzu adres e-mail wiadomość weryfikacyjną. Po kliknięciu we wskazany w niej link aktywacyjny nastąpi aktywacja konta Użytkownika.
- f. Logowanie następuje poprzez podanie loginu (adresu e-mail) oraz hasła podanego w trakcie rejestracji. Administrator nie przechowuje haseł podanych przez Użytkowników.
- g. Użytkownikowi przysługuje prawo do zmiany ustawień Konta oraz zmiany, aktualizacji oraz poprawiania albo usuwania dotyczących go danych osobowych, w dowolnym czasie korzystania z Portalu.
- h. Każdemu Użytkownikowi przysługuje prawo do usunięcia konta w dowolnym czasie oraz zaprzestania korzystania z Portalu.
- i. Usunięcie konta Użytkownika jest równoznaczne z usunięciem wszelkich danych osobowych Użytkownika, ustawień Konta oraz utratą dostępu do wszelkich powiązanych z nim danych i informacji.
- j. Po usunięciu Konta Użytkownika, wszelkie treści opublikowane i podpisane jego loginem w trakcie korzystania z Portalu, w szczególności opinie, komentarze i wpisy, zostaną opatrzone komentarzem „konto nieaktywne”.

k. W terminie do 30 dni od dnia usunięcia Konta istnieje możliwość jego przywrócenia, po 30 dniach od daty usunięcia Konta, wszelkie dane są całkowicie usuwane.

l. Zakazuje się udostępniania innym Użytkownikom dostępu do własnego Konta Użytkownika lub przekazywanie danych umożliwiających załogowanie do Konta.

ł. Użytkownik każdego typu może opatrzyć profil swojego Konta obiektem graficznym, poprzez wczytanie do Portalu pliku zawierającego obiekt graficzny.

m. W przypadku konta Użytkownik dopuszczalne są obiekty graficzne nie będące fotografiami, pod warunkiem że ich treść nie narusza postanowień niniejszego Regulaminu.

n. Użytkownik, zamieszczając w Portalu dowolną treść, w tym stanowiącą utwór, w rozumieniu ustawy z dnia 4 lutego 1994 r. o prawie autorskim i prawach pokrewnych (tekst jednolity Dz. U. z 2006 r. Nr 90, poz. 631, z późn. zm.) udziela Administratorowi Portalu niewyłącznej, nieodpłatnej i nieograniczonej w czasie licencji na korzystanie z zamieszczonej treści bez ograniczeń terytorialnych na polach eksploatacji obejmujących zwielokrotnianie techniką cyfrową i analogową, wprowadzanie do sieci komputerowej, multimedialnej oraz pamięci komputera, wprowadzanie do obrotu, dzierżawę, wynajem, nadawanie, wyświetlanie, odtwarzanie i zamieszczanie zamieszczonej treści w bazach danych Administratora Portalu i podmiotów trzecich oraz wykorzystanie zamieszczonej treści do reklamy i promocji Portalu oraz Administratora Portalu. Powyższa licencja obowiązuje także po usunięciu konta przez Użytkownika.

p. Użytkownik ponosi wszelką odpowiedzialność względem Administratora oraz osób trzecich, za naruszenie praw własności intelektualnej oraz praw autorskich do obiektu graficznego, zamieszczonego przez niego w Portalu w celu opatrzenia nim swojego profilu. Użytkownik w każdym czasie może usunąć obiekt graficzny lub zastąpić go innym.

r. Administrator Portalu zastrzega sobie prawo usunięcia obiektu graficznego i/lub konta Użytkownika w przypadku wykorzystania obiektów graficznych niezgodnych z niniejszym Regulaminem, przepisami prawa oraz zasadami współżycia społecznego, bez prawa Użytkownika do rekompensaty z tytułu takiego usunięcia

s. Administrator Portalu zastrzega sobie możliwość usunięcia konta dowolnego Użytkownika, który posługuje się nieprawdziwymi danymi osobowymi, wykorzystuje dane osobowe innych osób lub instytucji albo w inny sposób narusza przepis prawa bądź zasady współżycia społecznego.

t. Użytkownik oświadcza i przyjmuje do wiadomości, że nie jest pacjentem w rozumieniu ustawy z dnia 6 listopada 2008 r. o prawach pacjenta i Rzeczniku Praw Pacjenta oraz że posiada pełną zdolność do czynności prawnych.

IV. Treść i usługi udostępnianie w ramach Portalu

a. Treści ogólnodostępne to wszelkie zasoby Portalu, które nie wymagają logowania. Należą do nich w szczególności:

- Opublikowane artykuły, multimedia oraz porady;
- Narzędzia dla Użytkownika Odbiorcy - kalendarze i kalkulatory;
- Wyszukiwarki treści;

b. Dostęp do pełnej treści Portalu wymaga rejestracji oraz załogowania. W ramach konta Użytkownika, dostępne usługi będą się różnić, w zależności od typu konta Użytkownika.

c. Załogowany Użytkownik Odbiorca będzie miał dostęp do rozszerzonych funkcjonalności Portalu, obejmujących:

- Możliwość komentowania opublikowanych treści na Portalu;
- Udział w Konkursach, które będą odbywały się na Portalu

d. Opinie Użytkowników zamieszczane w Portalu muszą spełniać niżej wymienione zasady:

- Opinia jest oznaczona e-mailem lub loginem użytkownika
- Opinie zawierające treści niezgodne z wymaganiami niniejszego Regulaminu, stanem faktycznym, naruszające obowiązujące przepisy prawa lub zasady współżycia społecznego, opinie zawierające treści reklamowe lub zmierzające do lokowania produktu, a także wszelkie opinie o charakterze nieuczciwej konkurencji mogą zostać usunięte przez Administratora Portalu bez jakiegokolwiek rekompensaty wobec Użytkownika wystawiającego opinię.
- Użytkownicy zamieszczający opinie w Portalu ponoszą pełną odpowiedzialność prawną za ich treść.

V. Zasady gromadzenia i przetwarzania danych osobowych

Klauzula informacyjna użytkownika portalu:

1. Administratorem danych Użytkowników Portalu jest Farmacore sp z o.o.. z siedzibą 50-422 Wrocław, ul. Rakowiecka 65/67. Inspektorem ochrony danych jest Pani Barbara Sośnicka - Pawińska e-mail inspektor@farmacol.com.pl. Dane osobowe przetwarzane będą w celu założenia konta na portalu. Dane osobowe będą przechowywane do czasu rezygnacji z portalu. Pan/ Pani posiada prawo

dostępu do treści swoich danych oraz prawo ich sprostowania, usunięcia, ograniczenia przetwarzania, prawo do przeniesienia danych, prawo wniesienia sprzeciwu, prawo do cofnięcia zgody w dowolnym momencie bez wpływu na zgodność z prawem przetwarzania, którego dokonano na podstawie zgody przed jej cofnięciem. Przysługuje prawo wniesienia skargi do Prezesa Urzędu Ochrony Danych Osobowych z siedzibą w Warszawie. Podanie danych osobowych jest dobrowolne, jednakże z uwagi na założenie konta konieczne. Niepodanie danych wiąże się z niemożliwością założenia konta na portalu.

2. Użytkownik korzystający z Portalu może dodatkowo wyrazić zgodę na przetwarzanie jego danych osobowych przez Administratora w celu:

- marketingowym
- zamówienia newslettera

3. Powyższe zgody udziela Użytkownik zakładający konto w Portalu poprzez zaznaczenie kratki, na etapie tworzenia konta:

- Wyrażam zgodę na przetwarzanie moich danych osobowych podanych w celach marketingowych przez Administratora Danych. Zostałem(am) poinformowany(a) przed wyrażeniem zgody, że w każdym czasie mogę cofnąć tą zgodę bez wpływu na zgodność z prawem przetwarzania, którego dokonano na podstawie zgody przed jej cofnięciem. Zostałem(am) poinformowany(a) o dobrowolnym charakterze udzielenia zgody.
- Wyrażam zgodę na przetwarzanie moich danych osobowych podanych w Koncie Użytkownika w związku z przestaniem newsletteru przez Administratora danych. Zostałem(am) poinformowany(a) przed wyrażeniem zgody, że w każdym czasie mogę cofnąć tą zgodę bez wpływu na zgodność z prawem przetwarzania, którego dokonano na podstawie zgody przed jej cofnięciem. Zostałem(am) poinformowany(a) o dobrowolnym charakterze udzielenia zgody.
- Wyrażam zgodę na podstawie art. 10 ustawy z dn. 18 lipca 2002 roku o świadczeniu usług drogą elektroniczną na przesyłanie informacji handlowej za pośrednictwem środków komunikacji elektronicznej Zostałem(am) poinformowany(a) przed wyrażeniem zgody, że w każdym czasie mogę cofnąć tą zgodę bez wpływu na zgodność z prawem przetwarzania, którego dokonano na podstawie zgody przed jej cofnięciem. Zostałem(am) poinformowany(a) o dobrowolnym charakterze udzielenia zgody.
- Wyrażam zgodę na podstawie art. 172 ustawy z dnia 16 lipca 2004 roku Prawo Telekomunikacyjne na używanie w kontaktach ze mną telekomunikacyjnych urządzeń końcowych i automatycznych systemów wywołujących Zgoda udzielana jest na czas nieokreślony, w którym moja zgoda będzie obowiązywać. Zostałem(am) poinformowany(a) przed wyrażeniem zgody, że w każdym czasie mogę cofnąć tą zgodę bez wpływu na zgodność z prawem przetwarzania, którego dokonano na podstawie zgody przed jej cofnięciem. Zostałem(am) poinformowany(a) o dobrowolnym charakterze udzielenia zgody.

4. Klauzula informacyjna – marketing i newsletter

Administratorem danych przetwarzanych w celu marketingu i wysyłania newsletteru jest Farmacore sp z o.o. z siedzibą 50-422 Wrocław, ul. Rakowiecka 65/67. Inspektorem ochrony danych jest Pani Barbara Sońnicka – Pawińska, e-mail inspektor@farmacol.com.pl. Dane osobowe będą przechowywane do czasu wycofania zgody. Pan/ Pani posiada prawo dostępu do treści swoich danych oraz prawo ich sprostowania, usunięcia, ograniczenia przetwarzania, prawo do przenoszenia danych, prawo wniesienia sprzeciwu, prawo do cofnięcia zgody w dowolnym momencie bez wpływu na zgodność z prawem przetwarzania, którego dokonano na podstawie zgody przed jej cofnięciem. Przysługuje prawo wniesienia skargi do Prezesa Urzędu Ochrony Danych Osobowych z siedzibą w Warszawie. Podanie danych osobowych jest dobrowolne. Odmowa wyrażenia zgody wiąże się z niemożliwością kierowania działań marketingowych oraz wysyłania newsletteru.

Pliki „cookies”

Dane osobowe przetwarzane są na podstawie art. 6 ust. 1 lit. a RODO w przypadku uzyskania zgody na przetwarzanie danych osobowych oraz na podstawie art. 6 ust. 1 lit. f – w przypadku pozyskania danych osobowych niezbędnych do funkcjonowania strony internetowej. Osoba, której dane dotyczą, ma prawo w dowolnym momencie wycofać zgodę. Wycofanie zgody nie wpływa na zgodność z prawem przetwarzania, którego dokonano na podstawie zgody przed jej wycofaniem.

Nazwa	Cel	Okres przechowywania	Podstawa przetwarzania i cel
_fbp	Marketing	90 dni	Używane przez Facebooka do śledzenia konwersji, optymalizacji reklam oraz remarketingu.
_ga	Analityka	2 lata	Używane przez Google Analytics do rozróżniania użytkowników i zbierania danych o ruchu na stronie.
_ga_GDGSOCZT3	Analityka	2 lata	Specyficzny dla Google Analytics 4 (GA4), śledzi interakcje użytkownika z witryną.
_gat	Analityka	1 minuta	Regulacja liczby żądań do serwera, zapobiega przeciążeniu serwera na witrynach o dużym natężeniu ruchu.

_gat_UA-41484252-3	Analityka	1 minuta	Odmiana pliku cookie _gat ustawionego przez Google Analytics i Google Tag Manager, która umożliwia właścicielom witryn śledzenie zachowań odwiedzających i mierzenie wydajności witryny. Element wzorca w nazwie zawiera unikalny numer identyfikacyjny konta lub witryny, do której się odnosi.
_gid	Analityka	1 dzień	Używane przez Google Analytics do rozróżniania użytkowników w krótszych okresach, zazwyczaj 24 godziny.
ASP.NET_SessionId	Niezbędne	Sesja	ASP.Net_SessionId to plik cookie używany do identyfikacji sesji użytkowników na serwerze. Sesja używana do przechowywania danych pomiędzy żądaniami HTTP na serwerze.
CookieGUID	Niezbędne	Sesja	Służy do identyfikowania niezalogowanych użytkowników. Dzięki temu możemy sprawdzić czy niezalogowany użytkownik brał udział w konkursie.

- Administratorem jest Farmacore sp z o.o. z siedzibą 50-422 Wrocław, ul. Rakowiecka 65/67. Inspektorem ochrony danych jest Pani Barbara Sońnicka – Pawińska, e-mail inspektor@farmacol.com.pl. Używamy plików cookies w celu prawidłowego działania strony internetowej, świadczenia wysokiej jakości usług na podstawie art. 6 ust. 1 lit. f RODO – przez okres 26 miesięcy. Cookies nie są wykorzystywane w celach marketingowych. Pan/ Pani posiada prawo dostępu do treści swoich danych oraz prawo ich sprostowania, usunięcia, ograniczenia przetwarzania, prawo do przenoszenia danych, prawo wniesienia sprzeciwu, Przystępuje prawo wniesienia skargi do Prezesa Urzędu Ochrony Danych Osobowych z siedzibą w Warszawie. Podanie danych osobowych jest dobrowolne. Odmowa wyrażenia zgody wiąże się z niemożliwością korzystania z strony internetowej.

VI. Zakres odpowiedzialności

- Użytkownik informuje, że wszelkie informacje zamieszczone na Portalu dotyczące produktów leczniczych, środków spożywczych specjalnego przeznaczenia żywieniowego oraz wyrobów medycznych, o których mowa w przepisach ustawy z dnia 12 maja 2011 r. o refundacji leków, środków spożywczych specjalnego przeznaczenia żywieniowego oraz wyrobów medycznych, mają jedynie charakter informacyjny i przed ich zażyciem Użytkownik powinien skonsultować się z lekarzem lub farmaceutą, a także zapoznać się z dokładnym opisem działania danego produktu lub wyrobu znajdującym się na ulotce zamieszczonej na opakowaniu – co Użytkownik przyjmuje do wiadomości.
- Administrator informuje, że wszelkie zamieszczone na Portalu informacje dotyczące produktów leczniczych, środków spożywczych specjalnego przeznaczenia żywieniowego oraz wyrobów medycznych zostały mu przekazane przez uprawnione osoby lub podmioty trzecie, Administrator dotoży staranności w celu zapewnienia prawdziwości oraz aktualności w zakresie przekazywanych informacji o tych produktach lub wyrobach, jednakże nie gwarantuje ich prawdziwości lub aktualności. Użytkownik zamierzający uzyskać dokładną informację o produktach leczniczych, środkach spożywczych specjalnego przeznaczenia żywieniowego oraz wyrobów medycznych powinien w tym zakresie skorzystać z porady lekarza lub farmaceuty – co Użytkownik przyjmuje do wiadomości.
- Administrator informuje, że wszelki porady i informacje zamieszczane na Portalu lub udzielane z jego wykorzystaniem mają charakter pomocniczy, a osoby korzystające z porad lekarzy lub farmaceutów za pośrednictwem Portalu lub zapoznające się z informacją w ramach publikacji na stronach Portalu powinny niezależnie od takiej informacji lub konsultacji zwrócić się bezpośrednio o poradę do lekarza lub farmaceuty, który będzie mógł jej udzielić po zapoznaniu się ze stanem zdrowia Użytkownika, jego ewentualną historią choroby oraz po ewentualnym przeprowadzeniu badań.
- Użytkownicy Portalu ponoszą odpowiedzialność za treść swoich komentarzy i opinii zgodnie z odpowiednimi przepisami prawa. Administrator Portalu zastrzega sobie prawo do moderowania treści komentarzy i opinii oraz usuwania tych, które w jego ocenie naruszają obowiązujące przepisy prawne lub zasady dobrego współżycia społecznego. Administrator Portalu nie ponosi odpowiedzialności za treści zamieszczane w Portalu przez Użytkowników.
- Administrator Portalu nie ponosi odpowiedzialności za działania osób trzecich korzystających w sposób nieuprawniony z konta Użytkownika w wyniku uzyskania danych logowania od osób innych niż Administrator Portalu, w szczególności od Użytkownika.
- Użytkownik Portalu nie może udostępniać danych logowania do swojego konta osobom trzecim i ponosi odpowiedzialność za działania dokonane za pośrednictwem swojego konta.
- W przypadku podejrzenia uzyskania dostępu do konta Użytkownika przez osoby trzecie jest on zobowiązany do bezzwłocznej zmiany hasła oraz powiadomienia Administratora Portalu.
- W związku z faktem, że odpowiedzi na pytania Użytkownika Odbiorcy mają charakter wyłącznie informacyjny i nie mogą być rozumiane jako specjalistyczna diagnoza oraz wskazanie do prowadzenia bądź rezygnacji z terapii lub leczenia Administrator Portalu, czy też Użytkownik Profesjonalista udzielający takiej odpowiedzi nie ponoszą odpowiedzialności za treści porad oraz

ewentualne skutki zastosowanych wskazań, szczególnie z uwzględnieniem stosowanych terapii oraz zażywania leków i preparatów leczniczych.

9. Administrator Portalu nie odpowiada za treści wiadomości bezpośrednich przesyłanych pomiędzy poszczególnymi użytkownikami portalu. W związku z faktem że są to wiadomości szyfrowane, Administrator Portalu nie zna ich zawartości i nie przetwarza w jakikolwiek sposób zawartych w nich danych.

10. W przypadku udokumentowanego zgłoszenia przez Użytkownika Portalu otrzymania od innego Użytkownika Portalu wiadomości o treści naruszającej obowiązujące przepisy prawa lub zasady współżycia społecznego, Administrator Portalu zastrzega sobie prawo do ograniczenia lub uniemożliwienia dostępu do Portalu dla naruszającego Użytkownika, między innymi poprzez zablokowanie lub likwidację jego profilu Użytkownika.

11. Administrator Portalu zastrzega sobie prawo do zmiany bądź usunięcia dowolnych treści naruszających obowiązujące przepisy prawa lub zasady współżycia społecznego, a także godzących w dobre imię Portalu, Administratora Portalu, jego Użytkowników oraz stron trzecich.

12. Administrator Portalu nie gwarantuje wartości, kompletności, przydatności ani użyteczności usług nieodpłatnych, danych i materiałów oferowanych w Portalu.

13. Administrator Portalu nie odpowiada za konsekwencje niewykonania lub nienależytego wykonania zaciągniętych za pośrednictwem Portalu przez osoby trzecie zobowiązań.

14. Administrator Portalu nie ponosi odpowiedzialności za przerwy w dostępności całości bądź części funkcjonalności Portalu, niezależnie od przyczyn takiej niedostępności, wyłączenie odpowiedzialności dotyczy także, choć nie jest ograniczone do, utraconych korzyści jakichkolwiek Użytkowników Portalu.

15. Wszelkie indywidualne opinie oraz komentarze Użytkowników opublikowane w ramach Portalu nie są powiązane z Administratorem Portalu oraz nie są wyrazem jego stanowiska w odniesieniu do komentowanych i opiniowanych kwestii.

16. Administrator Portalu zastrzega sobie prawo do odmówienia publikacji bądź usunięcia opinii i komentarzy, które w jego ocenie zawierają treści obraźliwe, wulgarne, niestosowne oraz wykraczają poza ogólnie przyjęte zasady współżycia społecznego.

17. Zabronione jest jakiegokolwiek kopiowanie opublikowanych w Portalu treści w celu dalszej publikacji lub ich rozpowszechniania. Wszelkie treści opublikowane w Portalu są własnością Administratora Portalu oraz są chronione prawami autorskimi zgodnie z ustawą O prawie autorskim i prawach pokrewnych.

VII. Postanowienia końcowe

1. Jakakolwiek informacja dotycząca produktów czy usług zawarta w treści Portalu nie stanowi oferty handlowej w rozumieniu przepisów prawa cywilnego. Jakiegokolwiek łącza do stron internetowych prowadzonych zarówno przez Administratora Portalu jak i osoby trzecie nie stanowią wskazania Administratora do ich użytkowania przez użytkowników Serwisu.

2. Administrator Portalu zastrzega sobie prawo do wprowadzania zmian w niniejszym Regulaminie w dowolnym terminie, jeżeli zmiany te nie będą za sobą pociągać pogarszania sytuacji Użytkowników za pośrednictwem informacji zamieszczonej na stronach Portalu.

3. Administrator Portalu zastrzega prawo do tymczasowego ograniczenia funkcjonalności Portalu w związku z aktualizacją lub pracami konserwatorskimi.

4. Administrator Portalu nie odpowiada za przerwy w dostępności usług i treści Portalu wynikające z przyczyn od niego niezależnych.

5. Administrator Portalu zastrzega sobie prawo zawieszenia bądź zakończenia funkcjonowania Portalu w całości bądź w części.

6. W sprawach nieuregulowanych w niniejszym Regulaminie zastosowane będą przepisy Kodeksu Cywilnego oraz o ustawy o świadczeniu usług drogą elektroniczną.

7. Organem właściwym do rozstrzygnięcia sporów wynikających z działalności Portalu jest sąd powszechny właściwości ogólnej.

Udostępnij:

Polub Rodzinę Zdrowia na Facebooku:

Magazyn Rodzina Zdrowia nr 30

Czytaj ZA DARMO!





REKLAMA

Polecane artykuły



Wychowanie

Letnie festiwale, które warto odwiedzić



Twarz

Peeling – sposób na gładką i jędrną skórę



Czas wolny

Tajlandia, Maroko, Kuba, a może Kenia? Dokąd uciec zimą na wakacje pełne słońca?