

让您活得更健康的小贴士

您是否晓得，每天应该喝多少杯水？

这是一个提示：它是彩虹中的颜色数加 1。

喝水不仅仅是解渴，它对您身体的正常运作也至关重要。

答案：8杯

资料来源：

1.《最好的茶点》。保健中心
HealthHub。2021年12月。



Proudly presented by:



MINISTRY OF
MANPOWER



My Brother SG
HERE FOR YOUR HEALTH