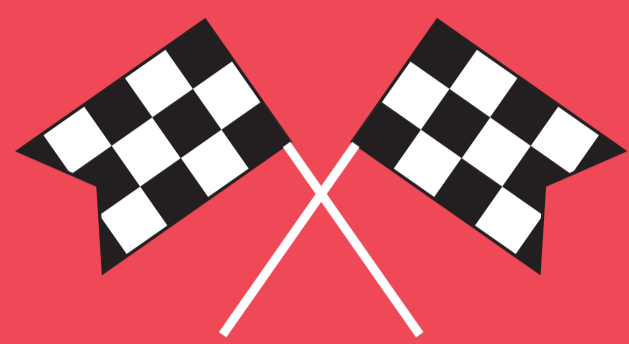
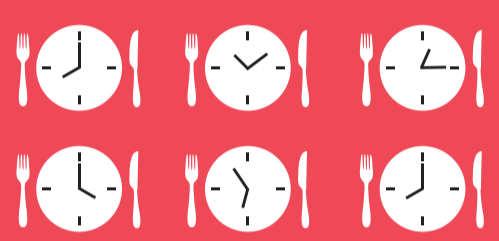


ODWAŻNIE WYBIERAMY...



**Prawdziwe smaki
zamiast soli,
cukru, tłuszczu**



**Kilka mniejszych
posiłków zamiast
wielkiego obżarstwa**



**Duże zdrowe
śniadanie zamiast
ciężkiej kolacji**



**Codziennie porządną
dawkę ruchu zamiast
siedzenia przed ekranem**



**Czyste powietrze
zamiast dymu
papierosów**



1.



**Zdrowe i świeże
produkty zamiast
śmieciowego jedzenia**



3.



**Warzywa i owoce
zamiast słodczy**



5.



**Wodę zamiast
farbowanych
bąbelków**



7.



**Czytanie etykiet
zamiast ulegania
reklamom**



9.



**Sport i wspólną
zabawę na WF
zamiast olewania**



11.



**Jak najczęściej
rower i nogi
zamiast samochodu
i autobusu**

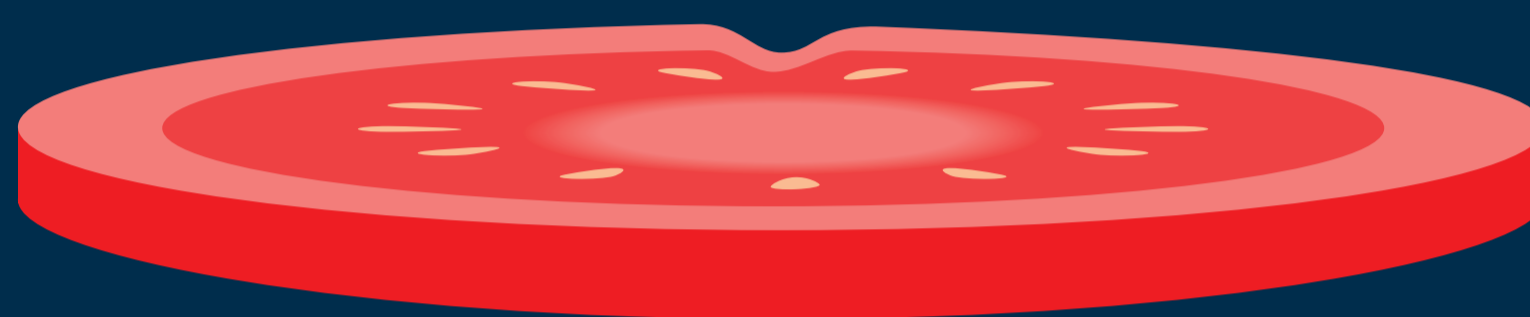
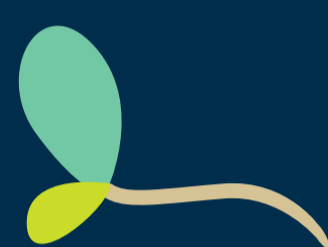
... BO LUBIMY SIEBIE I O SIEBIE DBAMY!

ODWAŻNIE WYBIERAMY...

Razowe
pieczywo
zamiast
białego



Swieżego
pomidora
zamiast
keczupu

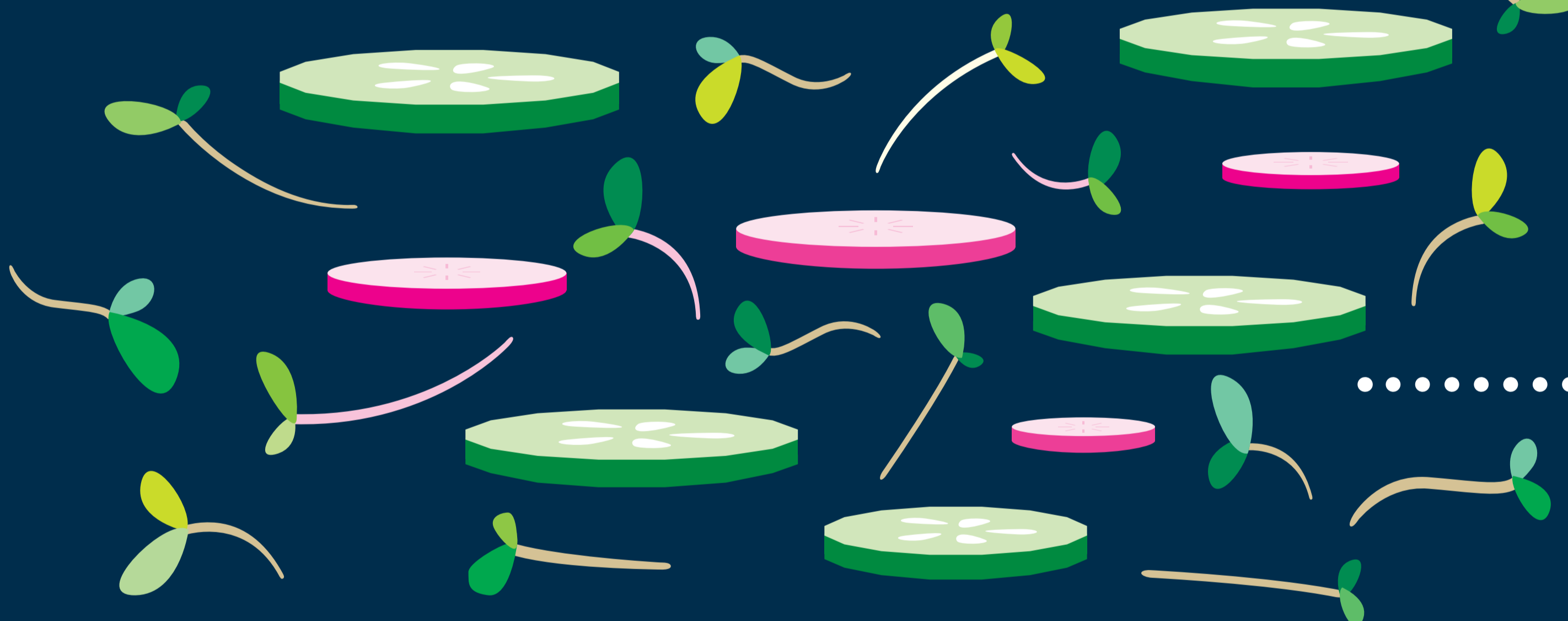
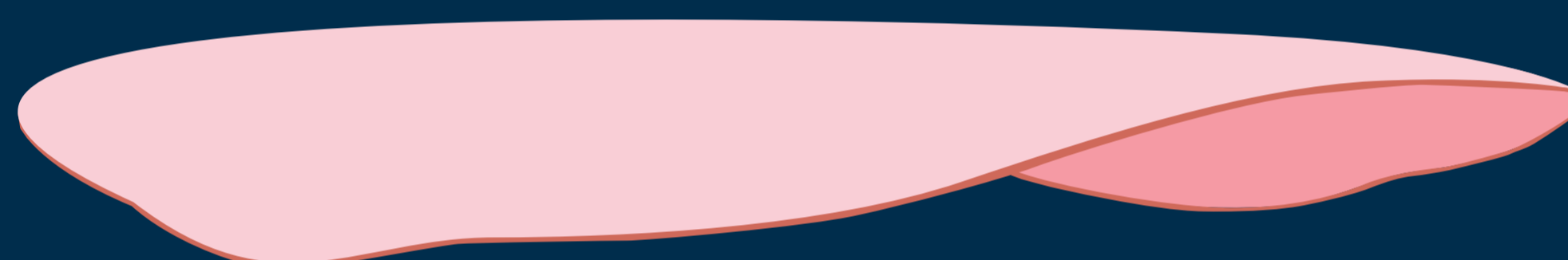


..... Prawdziwy
ser zamiast
wyrobu
sero-
podobnego



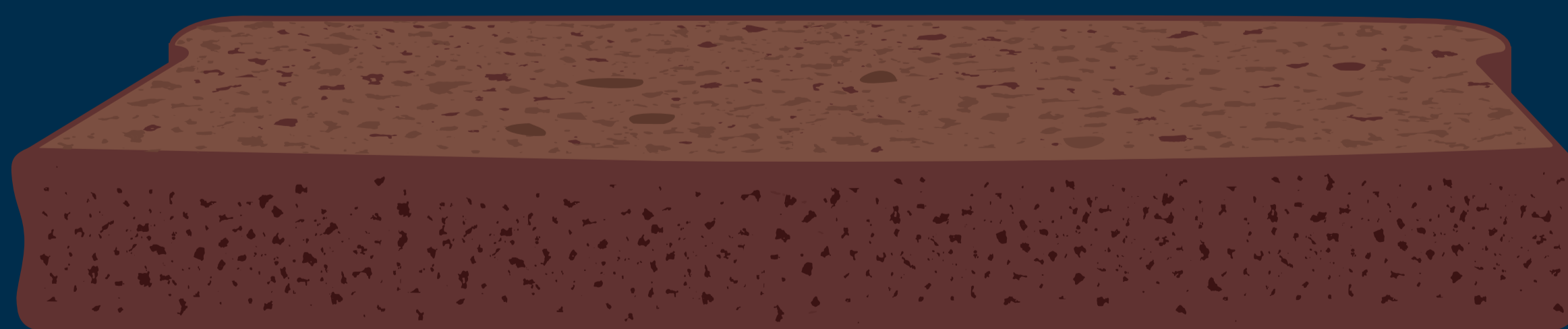
..... Jajko od
szczęśliwej
kury

Chudą
wędlinę
zamiast
tłustego
boczku



..... Świeże
warzywa
zamiast
sztucznych
dodatków

Masło
zamiast
margaryny



... BO LUBIMY SIEBIE I O SIEBIE DBAMY!

PIKAREK POWIĄZANE STRONAMI

