I consigli permigliorare leabitudini alimentari

Non mangiare tanto"cibo spazzatura"!

:(

Non usare lafarina bianca!

:(

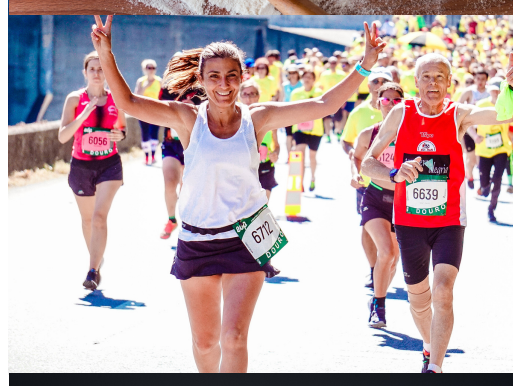
Mangia frutta everduta di stagione!

:)

Sta' attento agliingredienti deiprodotti alimentari!

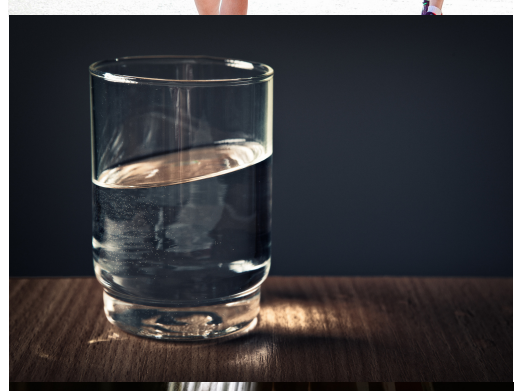
:)

Fa' attività fisica!



:)

Bevi da 6 a 8 bicchieri d'acqua al giorno!



:)

Evita le bibite gassateo zuccherate!

:(

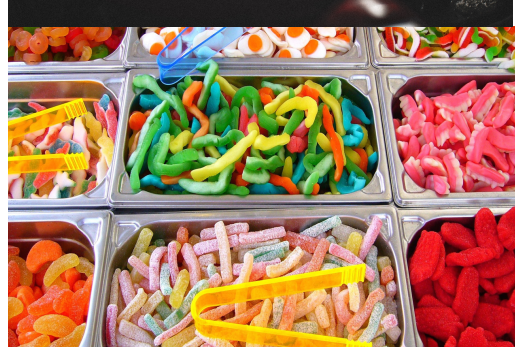
Non mangiaretanto fritto!

:(

Consuma tutto e inpiccole quantità!

:)

Non esagerarecon i dolci!



:(

Jan Georgijević-Špiler 8.c