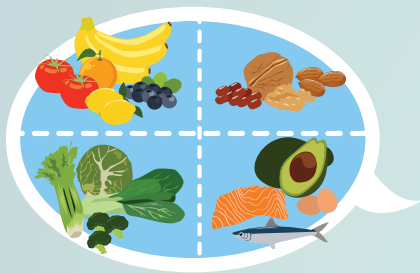


ŻYJ ZDROWO

DLA LEPSZEGO SAMOPOCZUCIA

DBAJ O ZDROWĄ DIETĘ



PIJ WODĘ



**UNIKAJ NIEZDROWYCH
UŻYWEK**



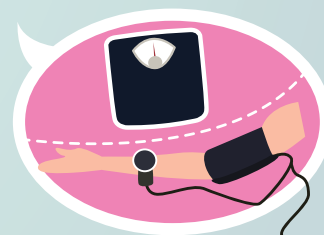
ODPOCZYWAJ



**ZWIĘKSZ AKTYWNOŚĆ
FIZYCZNĄ**



**KONTROLUJ
MASĘ CIAŁA
I CIŚNIENIE
TĘTNICZE KRWI**



**DBAJ O CODZIENNĄ
HIGIENĘ**



ZRELAKSUJ SIĘ

