

# ZDROWIE SIĘ LICZY!



ZDROWO  
I SPORTOWO

[zdrowoisportowo.edu.pl](http://zdrowoisportowo.edu.pl)

1



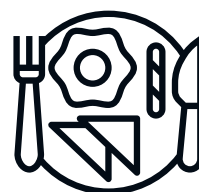
PORCJI  
SŁODZONYCH  
NAPOJÓW  
DZIENNIE

4



POZYTYWNE  
KOMUNIKATY,  
MYŚLI O  
SIEBIE

7



ŚNIADAŃ W  
TYGODNIU

2



GODZINY MAX  
CZASU PRZY  
KOMPUTERZE,  
TV DZIENNIE

5



PORCJI  
WARZYW  
I OWOCÓW  
DZIENNIE

8



I WIĘCEJ  
GODZIN  
SNU

3



SPACERY  
W "ZIELONYM"  
OTOCZENIU W  
TYGODNIU

6



ZDROWYCH,  
DOMOWYCH  
POSIŁKÓW W  
TYGODNIU

9



GODZINA  
MINIMUM  
AKTYWNOŚCI  
FIZYCZNEJ  
DZIENNIE

Patronat  
Honorowy



Patronat  
merytoryczny



Organizator

FUNDACJA  
CONNECT4KIDS

Partnerzy



Dofinansowane przez  
Unię Europejską

