

**ZDROWIE
Z KLASA**



MANIFEST ZDROWIA

1. ZDROWE JEDZENIE – DOBRA ENERGIA.
FAST FOOD OUT. REAL FOOD IN.
2. WODA? – TAK POPROSZĘ! LEJ WODĘ
3. NIE ZAMULAJ – RUSZ SIĘ
4. CUKIER NIE KRZEPI.
MNIEJ CUKRU – WIĘCEJ WODY
5. SOLO JEST NUDNE – GRAMY ZESPOŁOWO
ZGRANA KLASA TO SILNA KLASA
6. ŁĄCZYMY ROCZNIKI – BURZYMY BARIERY
7. STOP STRESOWI – START RÓWNOWADZE
8. ROZMAWIAJ, NIE OCENIAJ. KOMUNIKACJA TO
PODSTAWA. MÓW WPROST – SŁUCHAJ SERIO
9. REGENERACJA TO NIE LENISTWO
10. ZDROWIE TO NIE TREND, TO STYL ŻYCIA