



JEZ ZDRAVĚ!

Osvobodte klouby od zátěže a pomozte svému srdci



Co omezit?

- Tučná jídla
- Sladká jídla
- alkohol

Co jíst?

- Čerstvé jídlo
- Bio potraviny

Lucka, Matěj, Honza a Eliška.