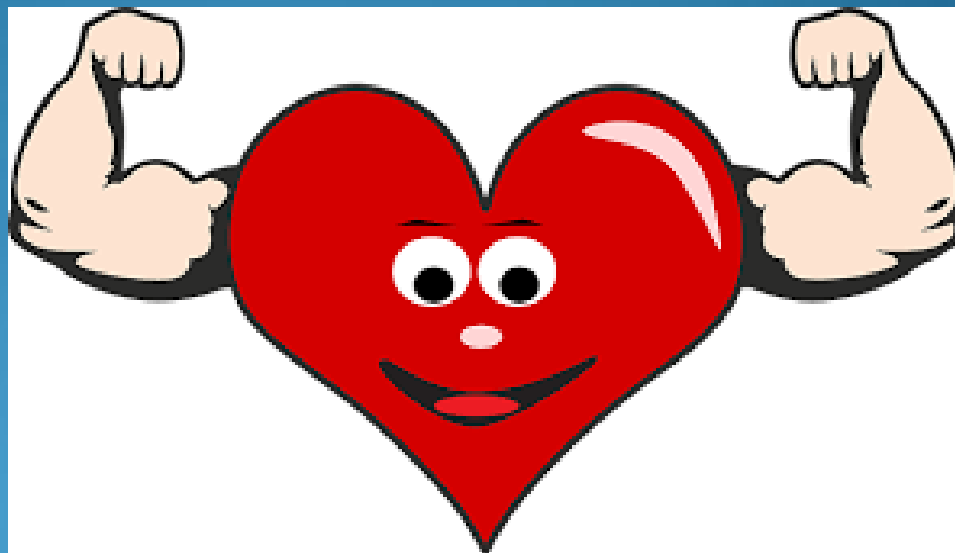


Moja droga do zdrowia



Jestem Julka do niedawna nie ruszałam
się ani nie wychodziłam na dwór.
Ostatnio to się zmieniło.
Zobaczcie moją przemianę



Do niedawna moją ulubioną przekąską były chipsy.....



..I słodyczne



Teraz zdecydowanie wolę jeść zdrowo i omijam niezdrowe jedzenie.



Kiedyś moja pozycja podczas odrabiania lekcji wyglądała tak.



Teraz wygląda tak



Kiedyś moim ulubionym zajęciem było...

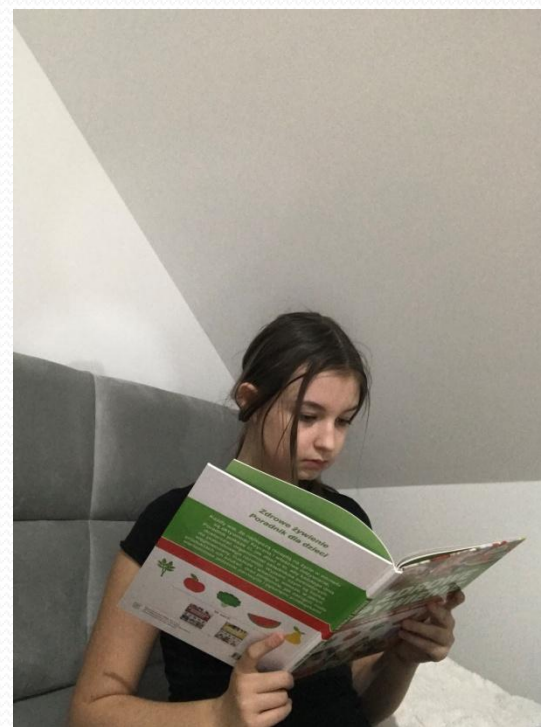
- Oglądanie telewizji



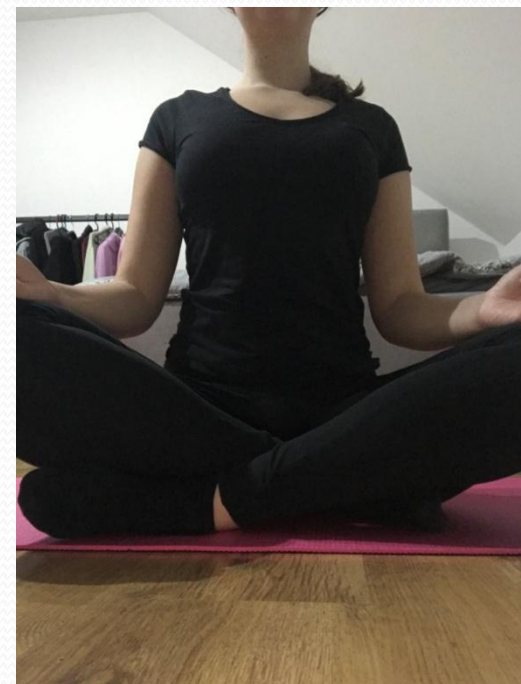
- Granie na telefonie



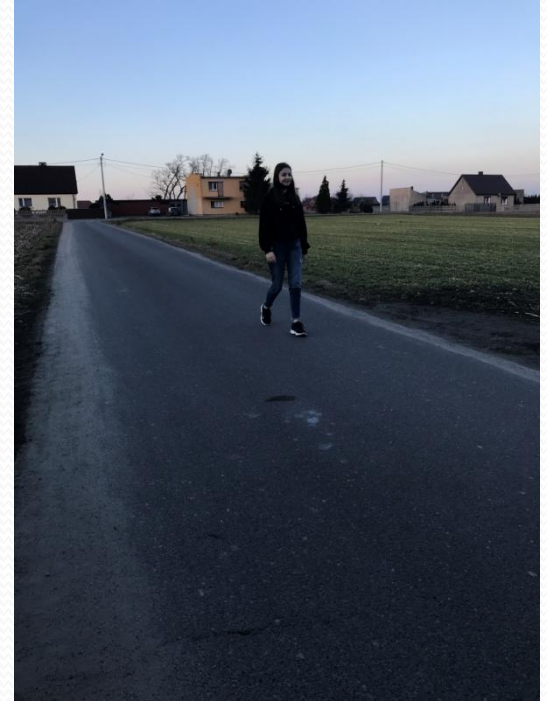
A teraz czytam..



Ćwiczę, no bo w końcu sport to zdrowie..



Spaceruję..



Jeżdżę na rowerze..



Spotykam się z przyjaciółmi



- Wyraziły zgodę

Tego już nie ma..



Teraz jest tylko zdrowy i aktywny
styl życia





Koniec

- Wykonała: Julka Lamek