

כפיות סוכר 12



זה אפשרי בריא!

כל מה שחשוב לדעת כדי לאכול בריא, להיות בתנועה,
ולהרגיש טוב

12 כפיות סוכר זו הכמות שמסתתרת בבקבוק משקה "קל" ממותק, מוגז או לא מוגז, של חצי ליטר. בשורה התחתונה: משקאות קלים? מחיר כבד. כדאי להרגיל את הילדים לשתיית מים מגיל צעיר, וגם דוגמה אישית יכולה רק לעזור.

רוצים לדעת יותר?

הצטרפו אלינו, התכנית הלאומית לחיים פעילים ובריאים:
בפייסבוק: www.facebook.com/efsharibari.gov
באתר: www.efsharibari.gov.il

