

LA SCELTA È TUA!

STILE DI VITA SANO



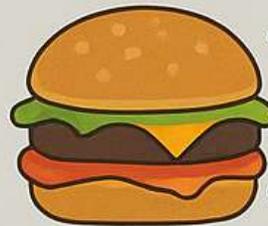
- ALIMENTAZIONE EQUILIBRATA
- ESERCIZIO FISICO REGOLARE
- SONNO DI QUALITÀ
- MENTE LUCIDA E CORPO ENERGICO



VIVI OGNI GIORNO AL MASSIMO!



STILE DI VITA NON SANO



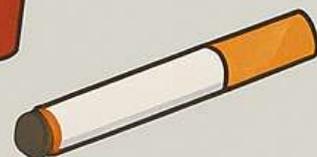
- CIBO SPAZZATURA E SEDENTARIETÀ
- STANCHEZZA CRONICA



- STRESS E NERVOSISMO
- PROBLEMI DI SALUTE A LUNGO TERMINE



SOPRAVVIVI...
O VIVI DAVVERO?



IL TUO CORPO È LA CASA IN CUI VIVI:
TRATTALO CON RISPETTO.