

SZÁNJANAK IDŐT
A KÖZÖS FŐZÉSRE!
ÉTELEIKET KÉSZÍTSÉK
PÁROLÁSSAL,
GRILLEZÉSSEL!

EGÉSZSÉGES
NASSOLÁS?
LEHETSÉGES!

A RENDSZERES TESTMOZGÁS
A TESTET ÉS A LELKET
IS FRISSEN TARTJA!
MOZOGJANAK,
JÁTSZANAK KÖZÖSEN!



EGÉSZSÉG EGY ÉLETEN ÁT!

ZÖLDSÉGEKET
MINDEN
ÉTKEZÉSHEZ
FOGYASSZUNK!

ÉPÍTSÜK
BE AZ
ÉTRENDÜNKBE
A HALAT!

ZSÍRSZEGÉNY
TEJTERMÉKEK
FOGYASZTÁSA
NAPONTA AJÁNLOTT!

MINDIG TELJESÉRTÉKŰ
GABONAFÉLÉKBŐL KÉSZÜLT
TERMÉKEKET VÁLASSZUNK
VAGY KÉSZÍTSÜNK!

SZÉCHENYI 2020



Egészségügyi Ellátórendszer
Szakmai Módszertani Fejlesztése
EFOP-1.8.0-VEKOP-17-2017-00001



MAGYARORSZÁG
KORMÁNYA

Európai Unió
Európai Szociális
Alap



BEFEKTETÉS A JÖVŐBE