

# Wiadomości

Wtorek, 17 grudnia 2013

## **Mamma Mia: Zdrowo jeść - oto jest zadanie**

Podkreślona została również duża waga nawyków żywnościowych, które nabywa się w pierwszych latach życia, sygnalizując tym samym jak istotne znaczenie ma wprowadzenie racjonalnej diety dla przyszłości swoich pociech. Kluczem do sukcesu jest nie tylko zdrowa dieta, ale również ruch i duża aktywność fizyczna.

*Fot. CKiT/Eva Hajduk*