

Strony wydrukować w duplikacie na papierze (najlepiej technicznym) format A4 i wyciąć wzdłuż linii.

Pozostawione wolne miejsca możesz uzupełnić wybranymi przez siebie uzależnieniami.

CHODZENIE NA ZAKUPY Z LISTĄ ZAKUPÓW	UNIKANIE ODWODNIENIA	ZMIANA STYLU ŻYCIA
SPOŻYWANIE CO NAJMNIJ 3 POSIŁKÓW DZIENNIE	PSYCHO- TERAPIA	PRZEJŚCIE NA ZDROWY TRYB ŻYCIA

Strony wydrukować w duplikacie na papierze (najlepiej technicznym) format A4 i wyciąć wzdłuż linii.

Pozostawione wolne miejsca możesz uzupełnić wybranymi przez siebie uzależnieniami.

<p style="text-align: center;">ZIOŁO- LECZNICTWO</p>		
---	--	--



Strony wydrukować w duplikacie na papierze (najlepiej technicznym) format A4 i wyciąć wzdłuż linii.

Pozostawione wolne miejsca możesz uzupełnić wybranymi przez siebie uzależnieniami.

