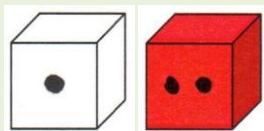


KARŃA DOBRZYCH
NAWYKÓW

+1

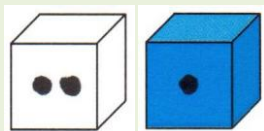
W TRAKCIE RODZINNEGO
OBIADU NIE UŻYWAŁEŚ
TELEFONU



KARŃA DOBRZYCH
NAWYKÓW

+1

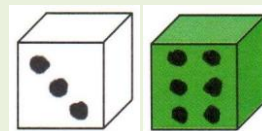
WZIAŁEŚ PRYSZNIC
PO TRENINGU,
ODŚWIEŻYŁEŚ SIĘ



KARŃA DOBRZYCH
NAWYKÓW

+1

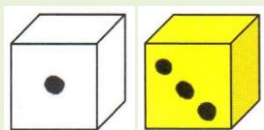
UMYŁEŚ RĘCE PRZED
ŚNIADANIEM



KARŃA DOBRZYCH
NAWYKÓW

+1

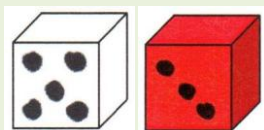
UMYŁEŚ RĘCE PRZED
OBIADEM



KARŃA DOBRZYCH
NAWYKÓW

+1

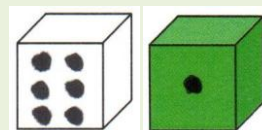
UMYŁEŚ RĘCE PRZED
KOLACJĄ



KARŃA DOBRZYCH
NAWYKÓW

+1

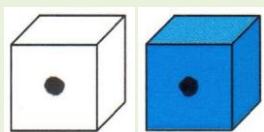
CAŁY DZIEŃ BYŁEŚ
UPRZEJMY W STOSUNKU
DO INNYCH



KARŃA DOBRZYCH
NAWYKÓW

+1

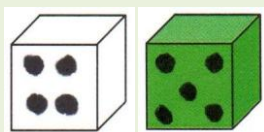
OD TYGODNIA
CODZIENNIE
WYNOSISZ ŚMIECI



KARŃA DOBRZYCH
NAWYKÓW

+1

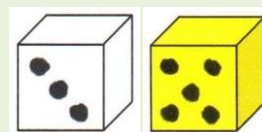
OD TYGODNIA
CODZIENNIE
WYNOSISZ ŚMIECI



KARŃA DOBRZYCH
NAWYKÓW

+1

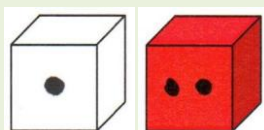
NA PRZERWIE WYSZEDŁEŚ
NA BOISKO, ŻEBY
DOTLENIĆ ORGANIZM



KARŃA DOBRZYCH
NAWYKÓW

+1

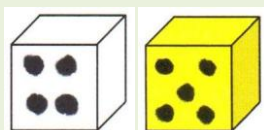
OD TYGODNIA
CODZIENNIE
WYNOSISZ ŚMIECI



KARŃA DOBRZYCH
NAWYKÓW

+1

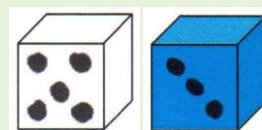
OD TYGODNIA
CODZIENNIE
WYNOSISZ ŚMIECI



KARŃA DOBRZYCH
NAWYKÓW

+1

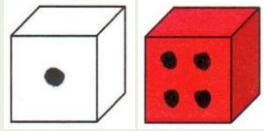
NA PRZERWIE WYSZEDŁEŚ
NA BOISKO, ŻEBY
DOTLENIĆ ORGANIZM



KARŃA DOBRZYCH
NAWYKÓW

+1

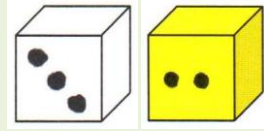
WYWIETRZYŁEŚ SWÓJ
POKÓJ PRZED SNEM



KARŃA DOBRZYCH
NAWYKÓW

+1

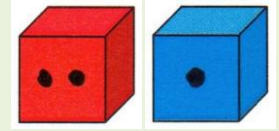
WYWIETRZYŁEŚ SWÓJ
POKÓJ PRZED SNEM



KARŃA DOBRZYCH
NAWYKÓW

+2

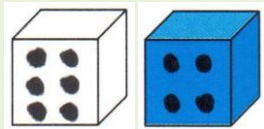
KOLEGA NAMAWIAŁ CIĘ
NA WAGARY,
ODMÓWIŁEŚ MU



KARŃA DOBRZYCH
NAWYKÓW

+1

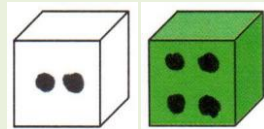
POSZEDŁEŚ SPAĆ O 20:00
I WRESZCIE CZUJESZ SIĘ
WYSPANY



KARŃA DOBRZYCH
NAWYKÓW

+1

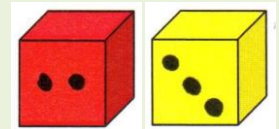
OD CZTERECH DNI
CODZIENNIE WYPIJASZ
1 LITR WODY



KARŃA DOBRZYCH
NAWYKÓW

+2

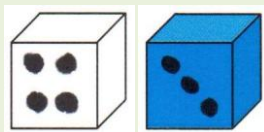
NAUCZYŁEŚ SIĘ JEŚĆ
Z ZAMKNIĘTYMI USTAMI



KARŃA DOBRZYCH
NAWYKÓW

+1

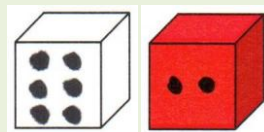
SAM WKŁADASZ BRUDNĄ
ODZIEŻ DO PRALKI



KARŃA DOBRZYCH
NAWYKÓW

+1

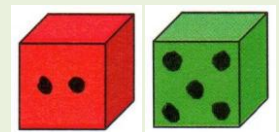
WYTRZYMAŁEŚ TRZY
GODZINY BEZ GRANIA
NA KOMPETERZE



KARŃA DOBRZYCH
NAWYKÓW

+2

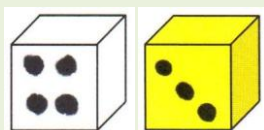
KOLEDZY NAMAWIALI CIĘ
DO GRANIA NA TELEFONIE,
ODMÓWIŁEŚ



KARŃA DOBRZYCH
NAWYKÓW

+1

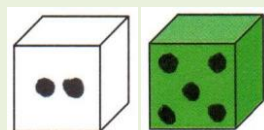
ZAMIAST OGLĄDAĆ FILM,
POMOGŁEŚ TACIE
NAPRAWIĆ ROWER



KARŃA DOBRZYCH
NAWYKÓW

+1

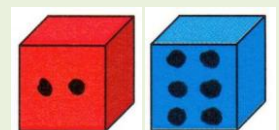
DBASZ O WYGLĄD,
ZNAJOMI MÓWIA, ŻE
ŁADNIE WYGLADASZ



KARŃA DOBRZYCH
NAWYKÓW

+2

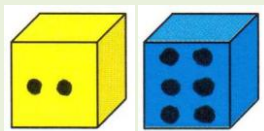
KOLEDZY NAMAWIALI CIĘ
DO GRANIA NA TELEFONIE,
ODMÓWIŁEŚ



KARŃA DOBRZYCH
NAWYKÓW

+ 2

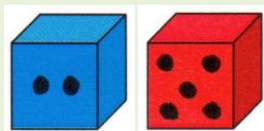
W TRAKCIE SPEKTAKLU
TEATRALNEGO NIE
UŻYWAŁEŚ TELEFONU



KARŃA DOBRZYCH
NAWYKÓW

+ 2

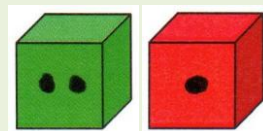
W TRAKCIE SEANSU
FILMOWEGO NIE
UŻYWAŁEŚ TELEFONU



KARŃA DOBRZYCH
NAWYKÓW

+ 2

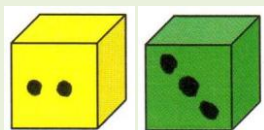
BABCIA PROPONOWAŁA CI
SŁODYCZE, TY WYBRAŁEŚ
SAŁATKĘ OWOCOWĄ



KARŃA DOBRZYCH
NAWYKÓW

+ 2

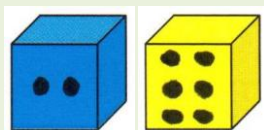
U CIOCI NA IMIENINACH
ZJADŁEŚ TALERZ
PYSZNEGO ROSOŁU



KARŃA DOBRZYCH
NAWYKÓW

+ 2

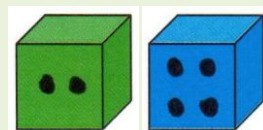
U CIOCI NA IMIENINACH
ZJADŁEŚ TALERZ PYSZNEJ
POMIDOROWEJ



KARŃA DOBRZYCH
NAWYKÓW

+ 2

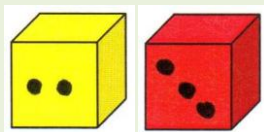
POMOGŁEŚ STARSZEJ
SĄSIADCE ZANIEŚĆ
ZAKUPY NA DRUGIE PIĘTRO



KARŃA DOBRZYCH
NAWYKÓW

+ 2

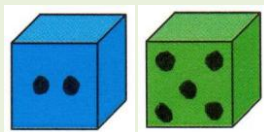
POMOGŁEŚ STARSZEMU
SĄSIADOWI ZANIEŚĆ
ZAKUPY NA PIĄTE PIĘTRO



KARŃA DOBRZYCH
NAWYKÓW

+ 2

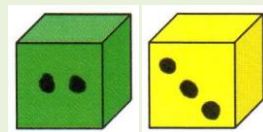
ZABRAŁEŚ MŁODSZE
RODZEŃSTWO NA PLAC
ZABAW



KARŃA DOBRZYCH
NAWYKÓW

+ 2

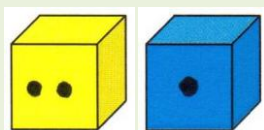
MYJESZ OWOCE I
WARZYWA PRZED ICH
ZJEDZENIEM



KARŃA DOBRZYCH
NAWYKÓW

+ 2

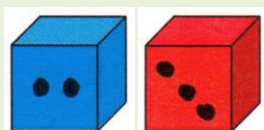
OD TYGODNIA
NIE PRZEKLINASZ



KARŃA DOBRZYCH
NAWYKÓW

+ 2

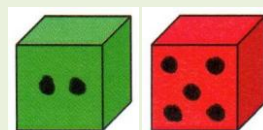
PO LEKCJI WF WYPIŁEŚ
SOK WARZYWNO-
OWOCOWY



KARŃA DOBRZYCH
NAWYKÓW

+ 2

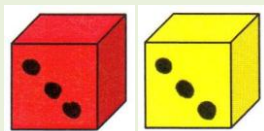
NIEZNAJOMA
CZĘSTOWAŁA CIĘ
SŁODYCZAMI, ODMÓWIŁEŚ



KARŃA DOBRZYCH
NAWYKÓW

+ 3

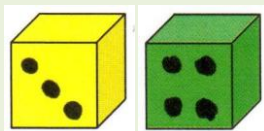
WYBRAŁEŚ SIĘ NA
PIĄTKOWY PIKNIK
SZKOLNY



KARŃA DOBRZYCH
NAWYKÓW

+ 3

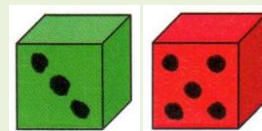
WYBRAŁEŚ SIĘ NA
WYCIECZKĘ KLASOWĄ



KARŃA DOBRZYCH
NAWYKÓW

+ 3

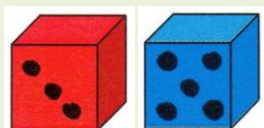
WYBRAŁEŚ SIĘ
NA RODZINNY SPACER
PO LESIE



KARŃA DOBRZYCH
NAWYKÓW

+ 3

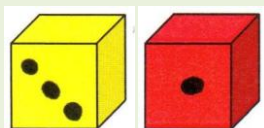
WZIAŁEŚ UDZIAŁ W AKCJI
LOKALNEGO SCHRONISKA
„BIEG NA SZEŚĆ ŁAP”



KARŃA DOBRZYCH
NAWYKÓW

+ 3

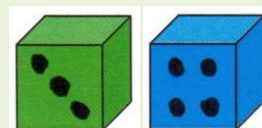
NOTUJESZ TERMINY
SPRAWDZIANÓW
I RZETELNIE SIĘ DO NICH
UCZYSZ



KARŃA DOBRZYCH
NAWYKÓW

+ 3

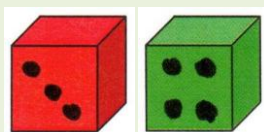
ZAMIAST COLI PIJASZ
ZDROWE SOKI ŚWIEŻO
WYCISKANE



KARŃA DOBRZYCH
NAWYKÓW

+ 3

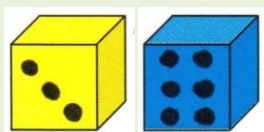
DWA RAZY W TYGODNIU
CHODZISZ NA ZAJĘCIA
AEROBIKU



KARŃA DOBRZYCH
NAWYKÓW

+ 3

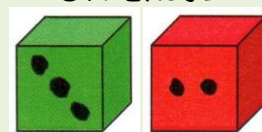
PRZYNAJMNIEJ RAZ
W TYGODNIU CHODZISZ
NA BASEN



KARŃA DOBRZYCH
NAWYKÓW

+ 3

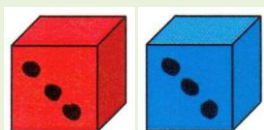
NA TERENIE SZKOŁY
ZAUWAŻYŁEŚ PODEJRZANĄ
OSOBĘ, ZGŁOSIŁEŚ TO
DYREKCJI



KARŃA DOBRZYCH
NAWYKÓW

+ 3

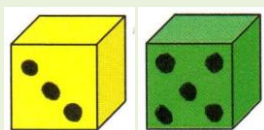
NADROBIŁEŚ ZALEGŁOŚCI
I POPRAWIEŚ OCENY
Z MATEMATYKI



KARŃA DOBRZYCH
NAWYKÓW

+ 3

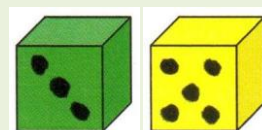
NADROBIŁEŚ ZALEGŁOŚCI
I POPRAWIEŚ OCENY
Z FIZYKI



KARŃA DOBRZYCH
NAWYKÓW

+ 3

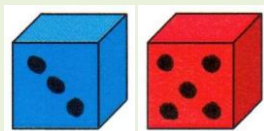
NADROBIŁEŚ ZALEGŁOŚCI
I POPRAWIEŚ OCENY
Z CHEMII



KARŃA DOBRZYCH
NAWYKÓW

+ 3

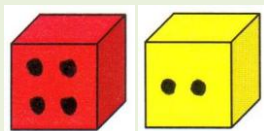
POMOGŁEŚ KOLEDZE
W ODRABIANIU PRACY
DOMOWEJ



KARŃA DOBRZYCH
NAWYKÓW

+ 4

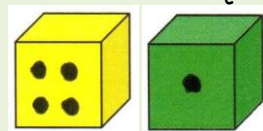
JESTEŚ
WOLONTARIUSZEM
W DOMU DZIECKA



KARŃA DOBRZYCH
NAWYKÓW

+ 4

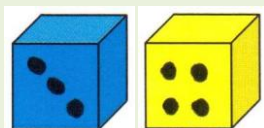
CODZINNIE
WYPROWADZASZ PSA
STARSZEJ SĄSIADKI
Z GÓRNEGO PIĘTRA



KARŃA DOBRZYCH
NAWYKÓW

+ 3

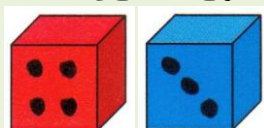
POMOGŁEŚ KOLEŻANCE
W ODRABIANIU PRACY
DOMOWEJ



KARŃA DOBRZYCH
NAWYKÓW

+ 4

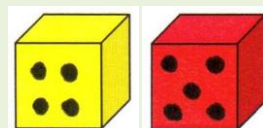
JESTEŚ
WOLONTARIUSZEM
W DOMU POMOCY
SPOŁECZNEJ



KARŃA DOBRZYCH
NAWYKÓW

+ 4

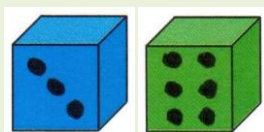
ROBISZ ZAKUPY
STARSZEMU SĄSIADOWI
Z PIĘTRA PONIŻEJ



KARŃA DOBRZYCH
NAWYKÓW

+ 3

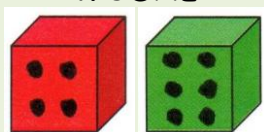
POMOGŁEŚ MAMIE
W PRZYGOTOWANIU
OBIADU



KARŃA DOBRZYCH
NAWYKÓW

+ 4

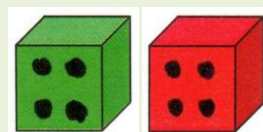
POMAGASZ DZIADKOWI
NA DZIAŁCE - RAZEM
PROJEKTUJECIE OCZKO
WODNE



KARŃA DOBRZYCH
NAWYKÓW

+ 4

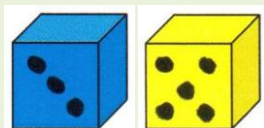
UKOCHANEJ CIOCI
WYŚLAŁEŚ Z WAKACJI
TRADYCYJNĄ POCZTÓWKĘ



KARŃA DOBRZYCH
NAWYKÓW

+ 3

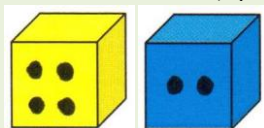
POMOGŁEŚ TACIE
W PRZYGOTOWANIU
KOLACJI



KARŃA DOBRZYCH
NAWYKÓW

+ 4

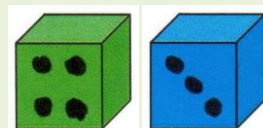
POMAGASZ BABCI
NA DZIAŁCE - RAZEM
PIELICIE GRZĄDKI
Z WARZYWAMI



KARŃA DOBRZYCH
NAWYKÓW

+ 4

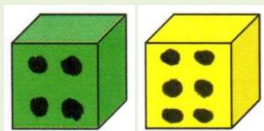
UKOCHANEMU WUJKOWI
WYŚLAŁEŚ Z WAKACJI
TRADYCYJNĄ POCZTÓWKĘ



KARŃA DOBRZYCH
NAWYKÓW

+ 4

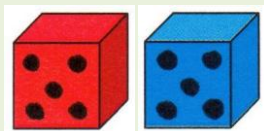
NIE WZIAŁEŚ UDZIAŁU
W BÓJCE NA SZKOLNYM
PLACU ZABAW



KARŃA DOBRZYCH
NAWYKÓW

+ 5

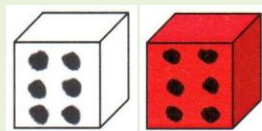
NIE SPOŻYWASZ
ALKOHOLU



KARŃA DOBRZYCH
NAWYKÓW

+6

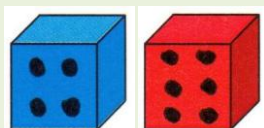
UZNAŁEŚ SWOJE
UZALEŻNIENIE OD
ALKOHOLU - ZAPISAŁEŚ
SIĘ NA PSYCHOTERAPIĘ



KARŃA DOBRZYCH
NAWYKÓW

+ 4

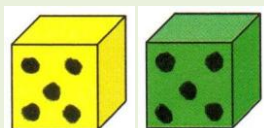
OBRONIŁEŚ MŁODSZEGO
KOLEGĘ ZE SZKOŁY PRZED
ATAKIEM STARSZYCH
UCZNIÓW



KARŃA DOBRZYCH
NAWYKÓW

+ 5

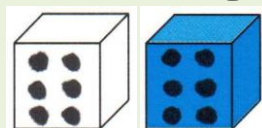
NIE PALISZ
PAPIEROSÓW



KARŃA DOBRZYCH
NAWYKÓW

+ 6

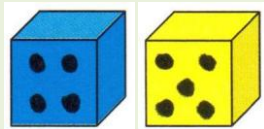
UZNAŁEŚ SWOJE
UZALEŻNIENIE OD
SŁODYCZY - ZAPISAŁEŚ
SIĘ NA PSYCHOTERAPIĘ



KARŃA DOBRZYCH
NAWYKÓW

+ 4

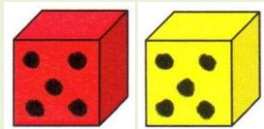
OBRONIŁEŚ MŁODSZĄ
KOLEŻANKĘ ZE SZKOŁY
PRZED ATAKIEM
STARSZYCH UCZNIÓW



KARŃA DOBRZYCH
NAWYKÓW

+ 5

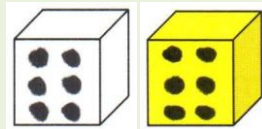
NIE UŻYWASZ
DOPALACZY



KARŃA DOBRZYCH
NAWYKÓW

+ 6

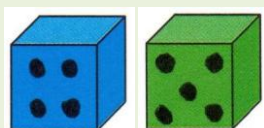
UZNAŁEŚ SWOJE
UZALEŻNIENIE OD
ELEKTRONIKI - ZAPISAŁEŚ
SIĘ NA PSYCHOTERAPIĘ



KARŃA DOBRZYCH
NAWYKÓW

+ 4

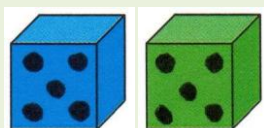
ZWRÓCIŁEŚ KOLEDZE
UWAGĘ, ŻE NIE POWINIEN
PALIĆ PAPIEROSÓW



KARŃA DOBRZYCH
NAWYKÓW

+ 5

NIE JESZ NADMIERNYCH
ILOŚCI SŁODYCZY



KARŃA DOBRZYCH
NAWYKÓW

+ 6

UZNAŁEŚ SWOJE
UZALEŻNIENIE OD
NIKOTYNY - ZAPISAŁEŚ
SIĘ NA PSYCHOTERAPIĘ

