

Dia Nacional de Luta Contra a
Obesidade
22 de maio

DIZ NÃO À OBESIDADE

FAZ UMA ALIMENTAÇÃO
COMPLETA, EQUILIBRADA E
VARIADA.

BEBE ÁGUA COM FREQUÊNCIA

PRATICA EXERCÍCIO FÍSICO

OCUPA OS TEUS TEMPOS
LIVRES EM FAMÍLIA E AO AR
LIVRE

