



A Táplálkozás, Életmód, Testmozgás Platform egy széleskörű társadalmi összefogás a kiegyensúlyozott táplálkozás és az aktív, mozgásban gazdag életmód népszerűsítésére

Egészséged
a te  van!

Meg a ,
meg a , meg a ,
meg a 
és a !

Mozgasd át a tagjaidat rendszeresen!

*Töltsd aktívan a szabadidődet, állj fel a televízió, a számítógép elől! Ebben is tarts mértéket!
A rendszeres testmozgást sosem késő elkezdni, és mindenki talál hozzá illő sportot.*

Rajtad múlik!

Próbáld ki sokféle gyakorlatot, hozd magad formába!

A poszter elkészítését támogatták:



Magyar Szabadidősport
Szövetség



Magyar Dietetikusok
Országos Szövetsége



Élelmiszer-feldolgozók
Országos Szövetsége



További információhoz juthat, illetve a posztert letöltheti:

www.tetplatform.hu

A plakátok megrendelhetők az info@tetplatform.hu e-mail címen is