

choroby układu oddechowego

uszkodzenie układu nerwowego

# Czy wybierasz? ciemność?



nowotwory



przemoc

choroby serca

udar mózgu

degradacja

trucizna



depresanty

zaburzenie pamięci

zobojętnienie

uszkodzenie organów

## WOLNI-NIE UZALEŻNIENI

„Wolnieniuależnieni”

[www.zsp1kepno.cał.pl/wolni-nie-uzależnieni](http://www.zsp1kepno.cał.pl/wolni-nie-uzależnieni)

powiatkepno

[www.powiatkepno.pl](http://www.powiatkepno.pl)



SAMORZĄD WOJEWÓDZTWA  
WIELKOPOLSKIEGO

Współfinansowano ze środków Samorządu Województwa Wielkopolskiego  
oraz Powiatu Kępińskiego w ramach zadania  
pn. „WOLNI - NIE UZALEŻNIENI”



większa wydolność organizmu

lepsz koordynacja ruchowa

# Czy wybierasz? kolorową stronę życia!



rzeźbi mięśnie



zwalcza stres

poprawia odporność

dotdaje pewności siebie

lepsz sprostregawczość

otwiera umysł



„Wolnieniuależnieni”

[www.zsp1kepno.cał.pl/wolni-nie-uzależnieni](http://www.zsp1kepno.cał.pl/wolni-nie-uzależnieni)

## WOLNI-NIE UZALEŻNIENI

poprawia nastrój



dotlenia organizm

rozładowuje napięcia

powiatkepno

[www.powiatkepno.pl](http://www.powiatkepno.pl)



SAMORZĄD WOJEWÓDZTWA  
WIELKOPOLSKIEGO

Współfinansowano ze środków Samorządu Województwa Wielkopolskiego  
oraz Powiatu Kępińskiego w ramach zadania  
pn. „WOLNI - NIE UZALEŻNIENI”

