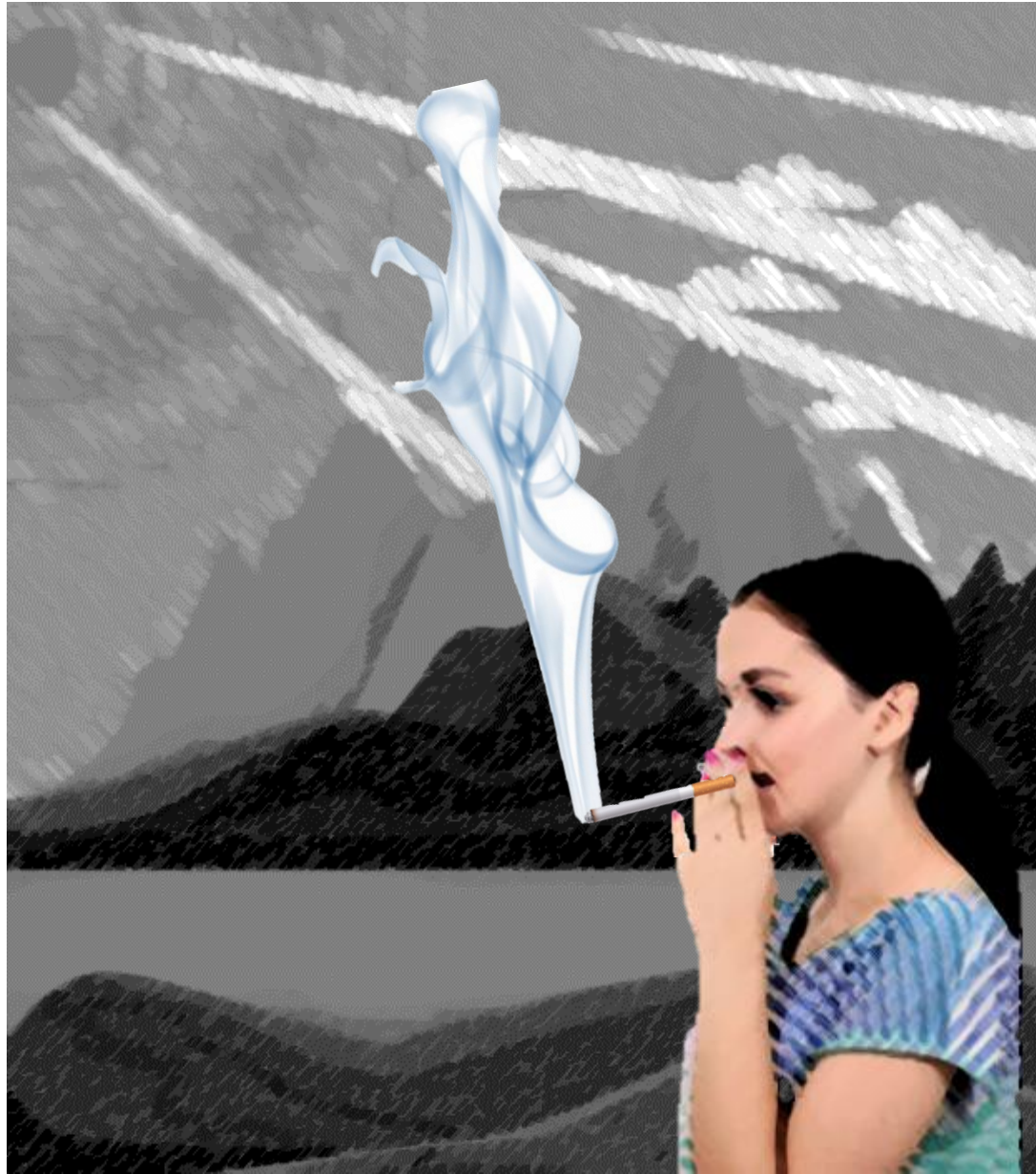
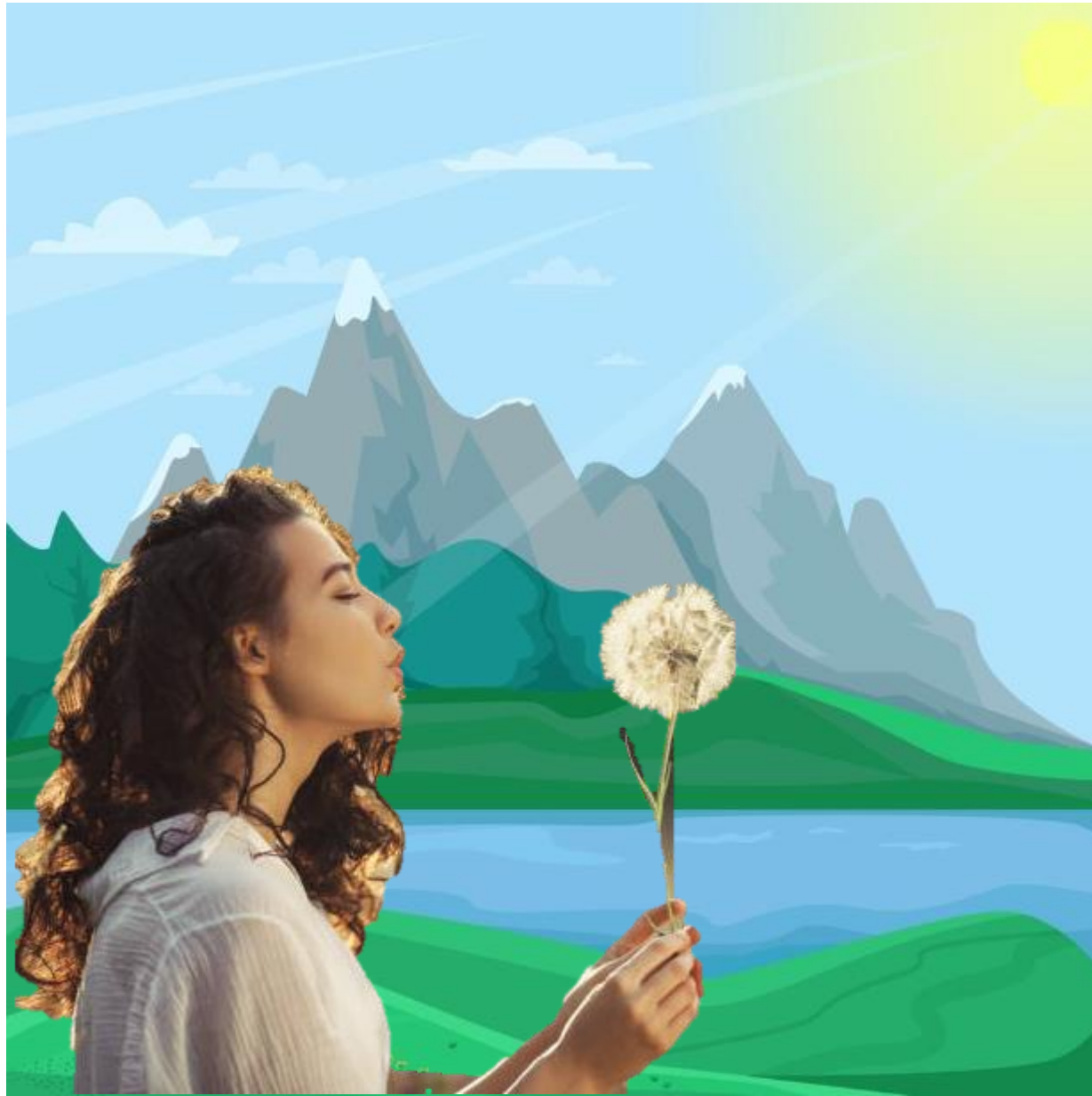


FUMARE



RESPIRARE ARIA PURA



DORMIRE LA NOTTE POCHÉ ORE



DORMIRE LA NOTTE REGOLARMENTE PER 10 ORE



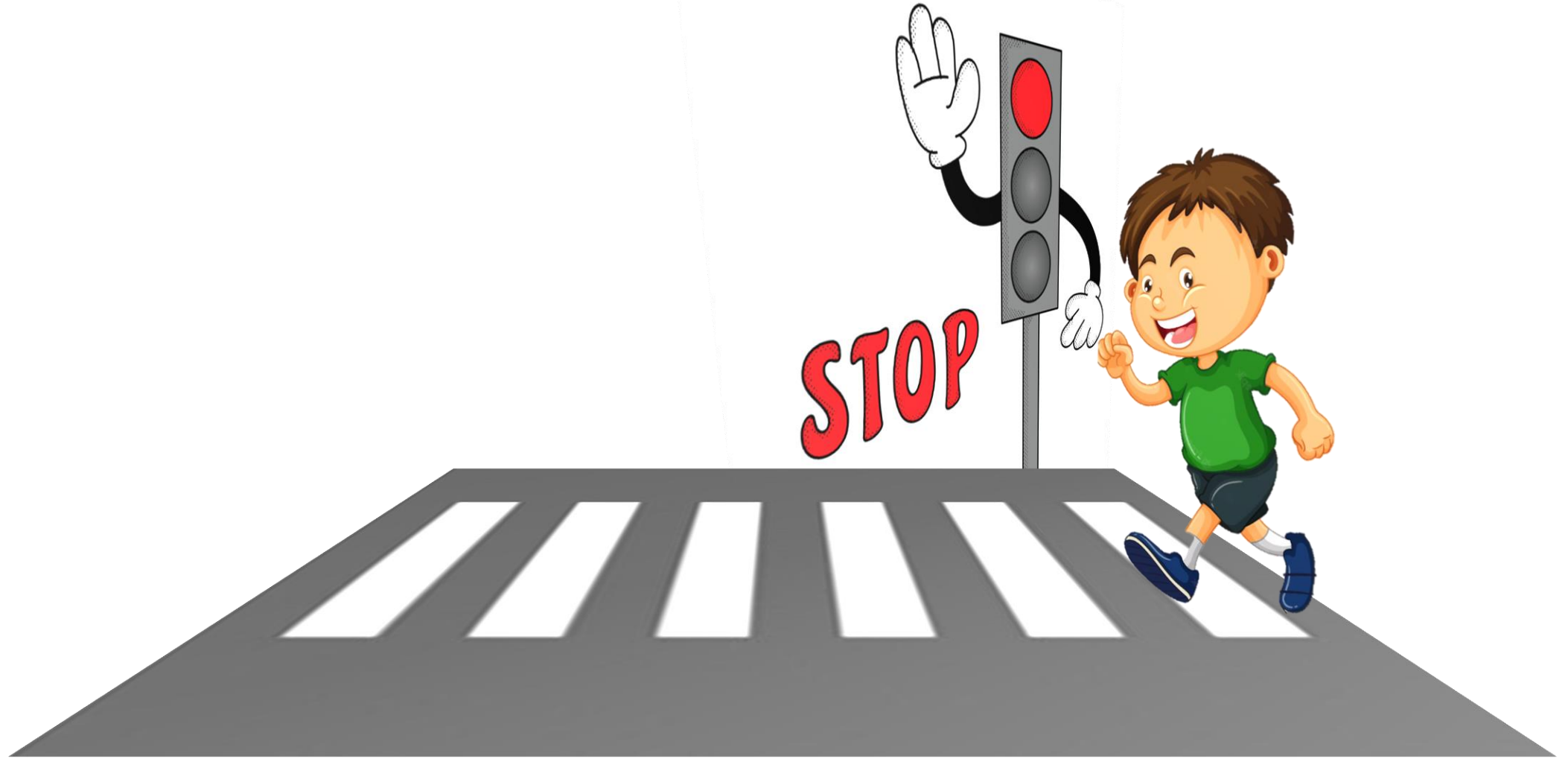
LAVARSI CON REGOLARITA' AVER CURA DELLA PROPRIA IGIENE PERSONALE



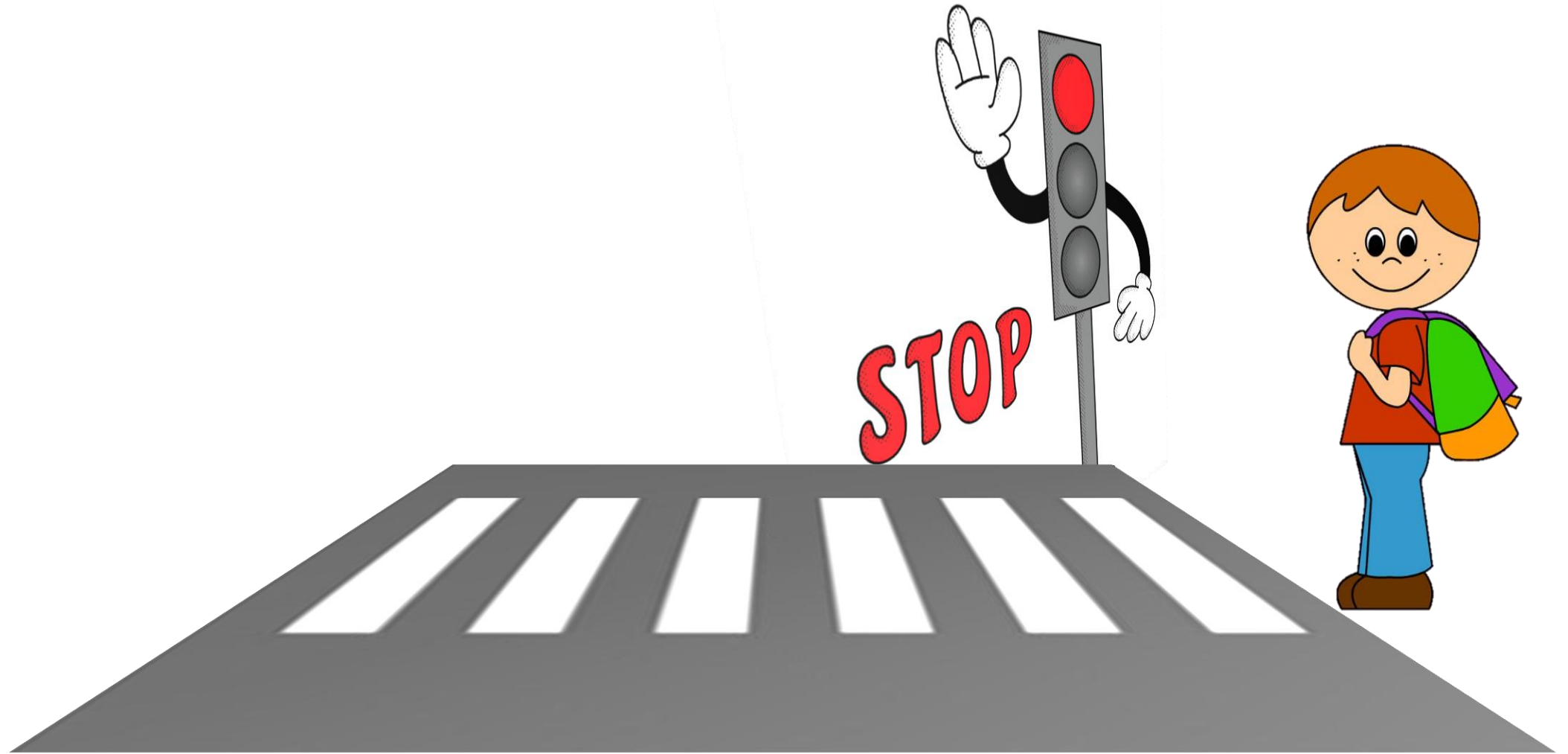
LAVARSI QUANDO SI HA VOGLIA AVENDO CURA OGNI TANTO DELLA PROPRIA IGIENE PERSONALE



ATTRAVERSARE LE STRISCE PEDONALI ANCHE SE IL SEMAFORO È ROSSO



PRIMA DI ATTRAVERSARE LE STRISCE PEDONALI ASPETTARE CHE IL SEMAFORO SIA VERDE



BERE QUANDO SI E' BAMBINI SOSTANZE ALCOLICHE (BIRRA, VINO...)



BERE FREQUENTEMENTE SUCCO DI ARANCIA



STARE SEDUTI CON LA SCHIENA CURVA



STARE SEDUTI CON LA SCHIEDA DIRITTA



MANGIARE DAVANTI ALLA TV O ALLA PLAYSTATION



MANGIARE TRANQULLAMENTE DELLA FRUTTA

