

The background is a light yellow color with a repeating pattern of blue beer bottles and orange burgers. Each bottle has a white circle with three yellow stars on it. The burgers are stacked with green lettuce, red tomato, and brown meat on a golden-brown bun. White 'X' marks are scattered throughout the background.

POKARMY SZKODLIWE DLA MÓZGU

www.seniorowo.com

The background is a light yellow color with a repeating pattern of blue beer bottles and orange burgers. Each bottle has a white circle with three yellow stars on its label. The burgers are stacked with green lettuce, red tomato, and brown meat. There are also white 'X' marks scattered throughout the background.


ALKOHOL

działa neurotoksycznie,
bezpośrednio niszczy komórki
nerwowe





www.seniorowo.com



CIASTKA I SŁODYCZE, SŁODKIE NAPOJE



duża ilość cukru powoduje stany
zapalne naczyń krwionośnych
mózgu




www.seniorowo.com







**CZERWONE MIĘSO, PRZETWORZONE
PRODUKTY MIĘSNE**



duża ilość tłuszczu
nasyconych sprzyja procesom
zapalnym




www.seniorowo.com






**MASŁO I MARGARYNA, ŻÓŁTY SER,
SMAŻONE POTRAWY I FAST FOOD**



zawierają dużo tłuszczu nasyconych
typu trans, które uszkadzają
naczynia krwionośne mózgu



www.seniorowo.com

