



# Every Day!

- 5** Pojedi najmanje 5 voćki I povrćki dnevno.
- 2** Svedi gledanje televizije I kompjutera(ne uključujući zadaću) na dva ili manje sata dnevno.
- 1** Budi fizički aktivan najmanje jedansat ili više dnevno.
- 0** Trudi se da piješmanje šećera.Probaj vodu I obrano mlijekoumjesto gaziranih pića I nap-itaka sa puno šećera.



[www.letsgo.org](http://www.letsgo.org)

This message is brought to you by the Founding Partners of Let's Go!:

Anthem Blue Cross and Blue Shield Foundation, Hannaford Bros. Co., Maine Medical Center, MaineHealth, TD Charitable Foundation, United Way of Greater Portland, and Unum.

This message is also funded in part by Harvard Pilgrim Health Care Foundation, The Mattina R. Proctor Foundation and The Barbara Bush Children's Hospital at Maine Medical Center.