

Col·loca cada consell segons per a quien aparator siga:

**APARATO
NERVIÓS**

**APARATO
LOCOMOTOR**

Evitar l'ús de
substàncies addictives

Portar una dieta
saludable

Fer exercici físic adequat
per a cada edat.

Usar sistemes
de protecció

Evitar postures que puguin
danyar la nostra columna



Mari Carmen