

... Δοκιμάσουμε. Η αλήθεια είναι ότι τέτοιου είδους φάρμακα έχουν τόσο χρωστικές, συντηρητικά και βλαβερές ουσίες για τον οργανισμό μας, που αναστούν αυτή τη μεθυστική γέυση.

... Είναι απαραίτητο να τρεφάστε υγιεινά όχι μόνο για την βελτίωση της φυσικής και νευρικής σας κατάστασης αλλά και γιατί έτσι χτίζονται οι βάσεις για την μελλοντική σας υγεία. Επίσης, όλη αυτή η κατάσταση με τα φαστ φουντ μπορεί να οδηγήσει τα παιδιά σε παχυσαρκία και άλλες αρρώστιες. Αν συνεχιστεί αυτή η κακή συνήθεια το ανασταθμικό του δεν θα παίρνει τις κατάλληλες βιταμίνες και δεν θα βρίσκεται σε καλή φυσική κατάσταση. Μπορεί οι συνέπειες να μην εμφανίζονται σε τέτοια μικρή ηλικία αλλά δυστυχώς τα αποτελέσματα θα είναι ορατά στο μέλλον.

... Τα παιδιά πρέπει να κατανοήσουν ότι το φάρμακο πρέπει να γίνει συνειδητή και αυτόουλη διαδικασία και το σπιτικό φάρμακο δεν πρέπει να υποκαθίσταται από το έτοιμο. Τέλος, τα παιδιά πρέπει να εμπνεύζονται από το διατροφικό πρότυπο το οποίο δίνει ευεργετικά στην υγεία των ατόμων και βασίζεται στην ελληνική παραδοσιακή μεσογειακή διατροφή.