

# מהו החוק הפארטו שלכם?

איזה שינויים קלים בהתנהלות שלכם יכולים להניב תוצאות משמעותיות בבריאות וגם במשקל?

להפחית שתיה מתוקה?

לסגור את המסכים ב22:00 בערב?

להוריד את ה"ליד" של הקפה?

להפחית את כמות הפירות בשייק?

להקטין את גודל הצלחת?

מהו החוק פארטו שלכם?

איזה שינוי פשוט אתם יכולים לאמץ שיניב שינוי משמעותי בבריאות ובמשקל שלכם?

