

# Healthy life

K X I J H X H S A V S E L B A T E G E V Y X S W  
R S M R C V D J K Z W U Y E E P W T C I J G I S  
F Q Y K D V C O N S T I P A T I O N K E E N J I  
O J Q B O G B W E Z I G N V C T U M O A S K Q A  
E V C Z O Z X O I I A C X B J T V C G V I H I O  
Y P C O G X O H H G J E Z V R G Z X C H Z V Q B  
Y L A W M L V E M N G Z L I H K S S K E I F U U  
B Z V K T L T U K E U Q E F J L Q K D G D F B A  
B R V N M U D N N Z B N U H E S N A F Q C X X K  
H L T U R V N H L T T J B I Q R X A A B P G L V  
Z T S S N A Z B E S J D M S N D R X T J Y F D C  
G Q D T C P I N W L K L N I J F F P G F P J V F  
F H M E U S A Q Z K A I E G N S U V Q U M M C C  
X F N I A Y E V J G M R U G E E G Y I M O Y U L  
N D I D N I C Y B A W J V U R J R W F X X N Y M  
X P E J A K U P T A Z W N G J L A A F E R A T X  
Z L T W E L Y I O C X O O N Z J M O L T U B G J  
C X O C M W V N F P Z E X E C N C M V S T A F N  
G K R Y I L O B J E W Y Q F E K D S P R Q G C G  
X S P G A S X S U D S B E I T C F Y Z B P T Z Z  
W K A U D P D O M Y O R C O H A Z P K E N F O U  
C Z C A L C I U M H B A I B E Q P Z K P S L M L  
I O T E C Z O Q R I C S U F T X E K F O C D B U  
M Y B W C K S X F E E T A R D Y H O B R A C M A

Constipation

Carbohydrate

Vegetables

Nutrients

Minerals

Vitamins

Calcium

Anaemia

Protein

Fibre

Diet

Fat