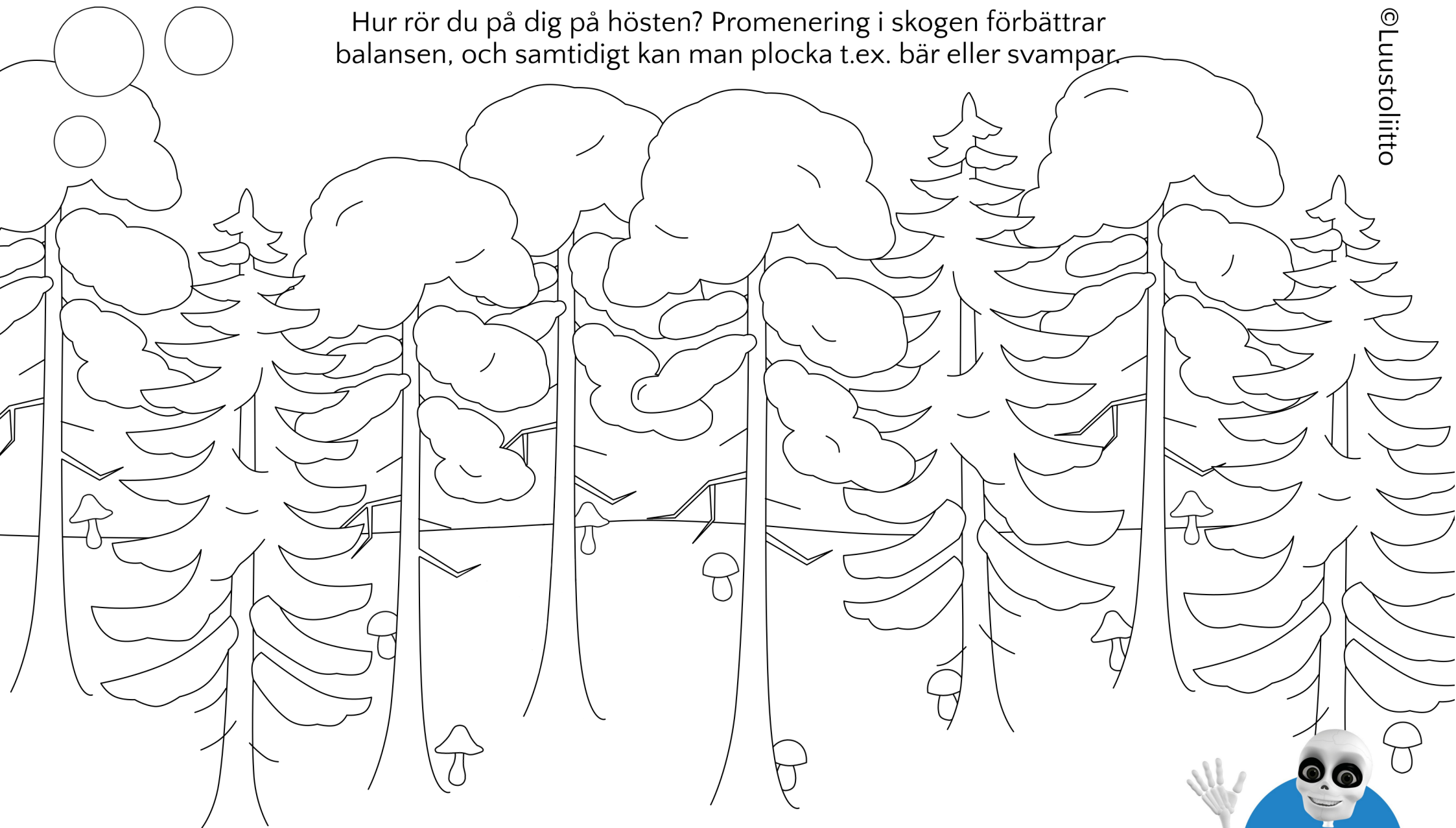


Hur rör du på dig på hösten? Promenering i skogen förbättrar balansen, och samtidigt kan man plocka t.ex. bär eller svampar.

@Lustoliitto



Visste du, att vissa svampar innehåller D-vitamin, som tillsammans med kalcium hjälper till att hålla benstommen stark? Hur många svampar hittar du i bilden? Till slut färglägg bilden.

