

ORSO DIET

Aaaaaaargh.....



L'urlo risuonò
agghiacciante

Il piede, il mio
orso piede non
si vede.



Non capisco
eppure sono
sicuro di sentirlo,
acc...
questa maglia si è
ristretta

Non ci posso credere, ho cambiato la pila della bilancia ieri ma ancora non funziona bene....

Se troppo avanti va la pancia anche l'orso si sbilancia





Ma come è
possibile, in fondo
non mangio mica
tanto.....

Cosa posso fare ?

Idea mi metto a
dieta.

Se troppo cibo metti sotto i denti orso
ippopotamo tu diventi





Mi ricordo della dieta
delle mele...

Il primo giorno una mela,
il secondo due mele,
il terzo tre mele,
il quarto quattro mele,
dopo una settimana ho
fatto amicizia col bruco...
meglio di no.



In fondo basta un
po' di volontà...

Scegliere cibi
giusti..
ma ci vuole metodo
scientifico non si può
improvvisare.



Io posso farcela ma non da solo.

L'esperto mi aiuterà.
Chiedo consiglio a Orso-Chef per distinguere i cibi giusti.

Orso-Chef dice che la scelta giusta è dentro di te.

Il tuo istinto ti guiderà su quali sono i cibi giusti.

Si ma come faccio in pratica ?





La regola è facile tutti i cibi
"B" equivalente non
vanno bene.

Scusa Orso chef ma
proprio non capisco puoi
farmi degli esempi ?

I cibi che cominciano per "B" equivalente sono i cibi che appena li vedi ti fanno dire "Hmmm BBBBuono" .

Ecco questi sono i cibi da evitare.

Se invece ti viene da dire "Hmm che S...." allora sono cibi "S" equivalente e vanno bene per la dieta.