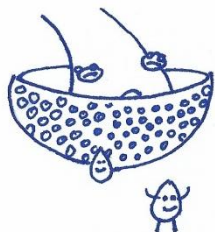


מסעו של תפוח



4. הכבד

הדם מביא את הסוכרים החלבונים והשומנים אל הכבד שמכין מהם אבני בניין לצרכי הגוף



1. הקיבה

כאן התפוח נחלק לחתיכות קטנות



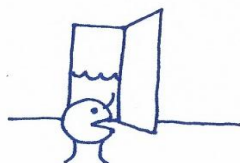
5. המעי הגס

לכאן מגיעות השאריות שהגוף לא צריך. כל המים נספגים חזרה לגוף.



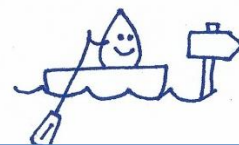
2. המעי הדק

כאן מוסיפים מיצים שונים שיפרקו טוב יותר את התפוח



6. פי הטבעת

מכאן יוצאות השאריות שהגוף לא צריך. דרך הקקי שלנו!

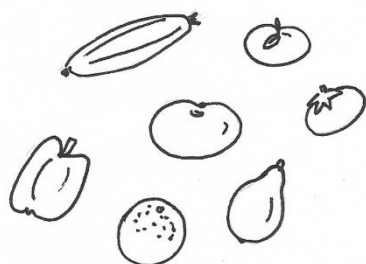


3. הדם

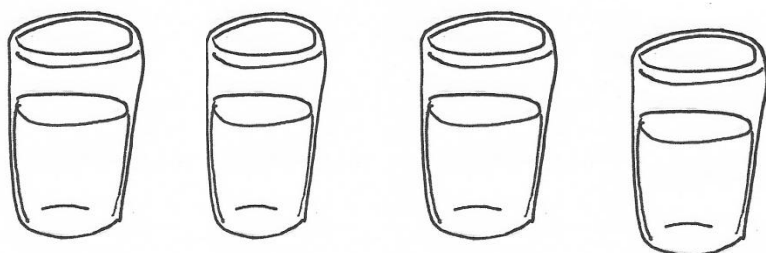
חומרי המזון החשובים נספגים מהמעי אל הדם, שמוביל אותם אל הכבד

כעת הכרתם את מערכת העיכול שלכם ואת המסע
שהאוכל עובר. עכשיו אתם כבר מבינים שהאוכל שנכנס
בסוף ישפיע על הקקי שייצא.

כדי שנהיה בריאים וחזקים וכדי שמערכת העיכול שלנו
תפעל טוב כדאי:



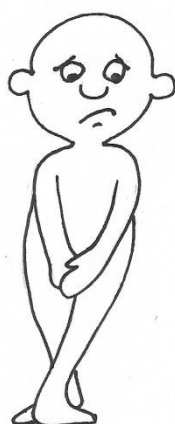
✓ לאכול הרבה פירות וירקות טריים



✓ לשתות הרבה
מים



✓ לשבת על האסלה
כשהרגליים מונחות על
שרפרף (או להשתמש
בישבון)



✓ כשיש לכם קקי אל תתאפקו הרבה זמן.