

SAĞLIKLI YAŞAM ÖNERİLERİ

Mikroplarla savaşabilmenin en etkili yolu

KİSİSEL TEMİZLÜĞİMİZE DİKKAT ETMEKTİR.

BOL BOL SU İÇ.





YETERLİ VE
DENGELİ
BESLENME
SAĞLIĞIN
TEMELİDİR.

SAĞLIĞINIZ İÇİN
DAHA AZ TUZ TÜKETİN



Vücutta gerekli tuz
besinlerin doğasında
bulunan sodyumdan da
karşılanabilmektedir



Sağlık Bakanlığı
Türkiye Halk Sağlığı
Kurumu

T.C. SAĞLIK BAKANLIĞI

www.beslenme.gov.tr

www.diabturk.gov.tr

DAHA AZ
ŞEKERLİ GIDA
TÜKET



DIŞLERİNİ FIRÇALA



#SağlıklıYaşamHareketi



SAĞLIKLI BESLEN

HAREKET ET

MUTLU YAŞA

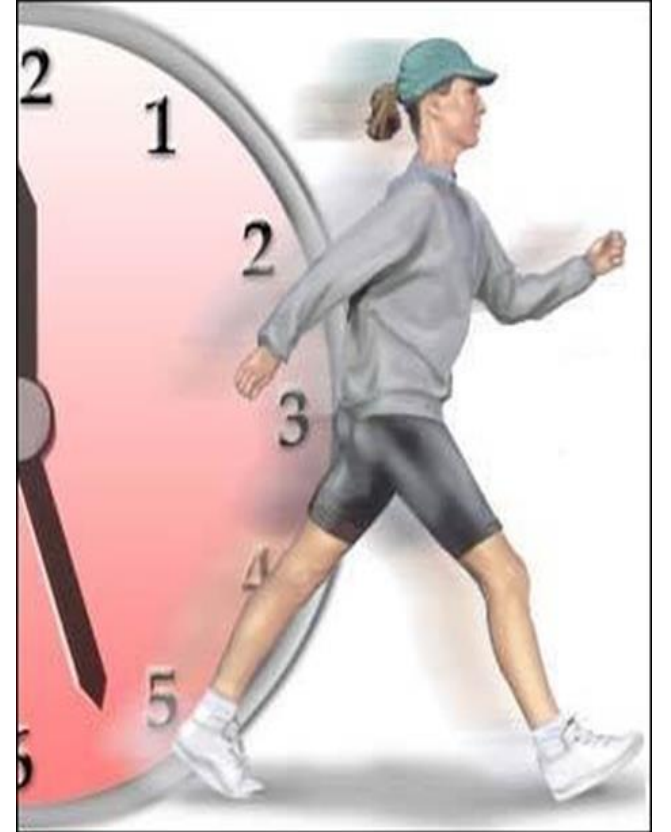
[f](#) [t](#) [v](#) [r](#) [w](#) /sağlikbakanligi



SAĞLIK
İÇİN
SPOR



www.yazparakazan.com



İNTERNETTEKİ TUZAKLARA YEM OLMAYIN



İnternette Dolaşan
Bir Çok Kullanıcı
Sahte Kimlik
ve Cazip Teklifler
Sunarak
Sizi Kandırabilirler
Zamanınızı,
Paranızı,
ve Değerlerinizi
Kötü Amaçlı Bu
Kişilere Yem
Etmeyiniz.



(C) CİHAN

Tasarım :Asi ÖZCAN- alozcan78@hotmail.com

**STRES VE ÖFKEDEN
UZAK DUR.**



Dinimiz; Dünya ve ahiret mutluluğunu engelleyen kişisel, ailevi ve toplumsal huzursuzluklara yol açan başta alkol, uyuşturucu ve kumar olmak üzere bütün zararlı alışkanlıkları yasaklamıştır.

