

1

صرف زیاد فست
فود و نوشیدنی های
شیرین باعث ابتلا
به انواع بیماری ها
می شود.



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی شهرد
معادنت بهداشت
کیفری علمی تولید رسانه‌های آموزشی

۲

به جای فست فود
غذاهای خانگی
متنوع مصرف کنیم.



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی شهرد
معادن بدهشت
کیفری علمی تولید رسانه‌های آموزشی

۳

به جای نوشیدنی های
شیرین انواع نوشیدنی
های سالم مانند دوغ و
... مصرف کنیم.



دانشگاه علوم پزشکی و فنات بهدشتی و مهندسی شامرو و
معادن بهدشت
کیمی اسلامی تولید رسانه های آموزشی



صرف فست فود و
نوشیدنی های شیرین
باعت ابتلا به چاقی
می شود.



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی شاهرود
معادن بدهشت
کیفری علمی تولید رسانه‌های آموزشی



صرف فست فود و
نوشیدنی های شیرین
را به ماهی یکبار
محدود کنیم.



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی شهرد
معادنت بهداشت
کیفری علمی تولید رسانه های آموزشی





فست فودها حاوی
مقادیر زیادی روغن
و نمک است که برای
سلامتی مضر است.



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی شهرد
معادن بدهشت
کیمیا توییدرسانه‌ای آموزشی

V

نوشیدنی های شیرین
مقدار زیادی قند دارد
و احتمال دیابت، چاقی
و ... را افزایش می دهد.



دانشگاه علوم پزشکی و فنون بهداشتی شهرداری شهر شهر
معادن بدهشت
کیمیا تولید رسانه های آموزشی

