



مواد غذایی سالم بخوریم

با قلب
خورد
روست
باشیم

پیشگیری از بیماری های قلبی

نام آموزشگاه:





بهداشت فردی را رعایت کنیم

با قلب
خود
روست
باشیم

پیشگیری از بیماری های قلبی

نام آموزشگاه:





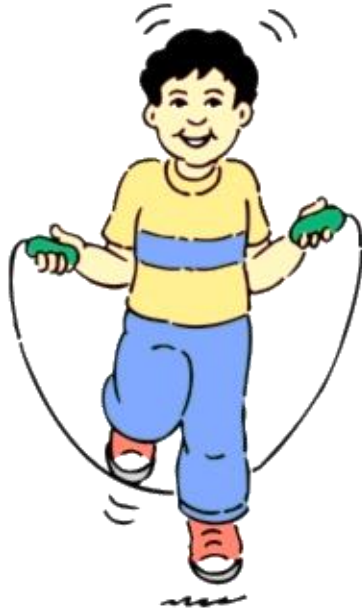
اضطراب را از خود دور کنیم

با قلب
خود
روست
باشیم

پیشگیری از بیماری های قلبی

نام آموزشگاه:



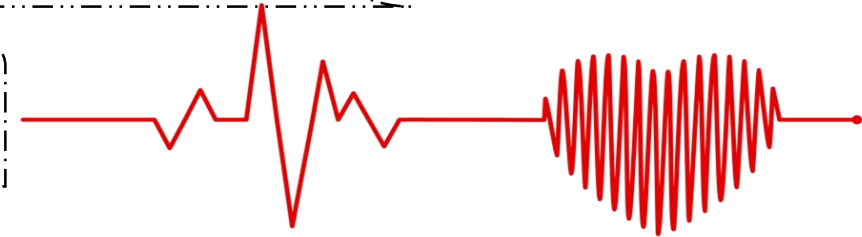


به طور منظم ورزش کنیم

با قلب
خورد
روست
باشیم

پیشگیری از بیماری های قلبی

نام آموزشگاه:





خواب کافی داشته باشیم

با قلب
خورد
روست
باشیم

پیشگیری از بیماری های قلبی

نام آموزشگاه:





وزن خود را کنترل کنیم

با قلب
خود
روست
باشیم

نام آموزشگاه:

پیشگیری از بیماری های قلبی





برای بررسی سلامت قلب به پزشک
مراجعه کنیم

با قلب
خود
روست
باشیم

پیشگیری از بیماری های قلبی

نام آموزشگاه:





غذاهای چرب و فست فود
نخوریم

با قلب
خود
روست
باشیم

نام آموزشگاه:

پیشگیری از بیماری های قلبی

