

بإمكانك القيام بذلك!

بإمكاننا مساعدتك

لقد أقلعت عن التدخين – من أجل الأطفال ومن أجلي



Photo courtesy of VicHealth

لقد عدت مؤخراً إلى أشياء طالما اشتقت إليها - الفاكهة والخضراوات



أعرف حدودي وأدرك مخاطر تعاطي المشروبات الكحولية



أصبحت الآن أكثر حيوية ونشاطاً – واستمتع أكثر بالحياة



لن أسمح بزيادة وزني مجدداً



هذه الخطوة هي الاشتراك في برنامج Lifescrpts – أحد البرامج الوطنية لتحسين الصحة.

نحن نتحدث مع مراجعينا عن الحياة الصحية استفسر من الطبيب الممارس العام الذي تتعامل معه عن كيفية الاستمتاع بالحياة بشكل أكبر.

Lifescrpts

نصائح لحياة صحية