

HALK SAĞLIĞI

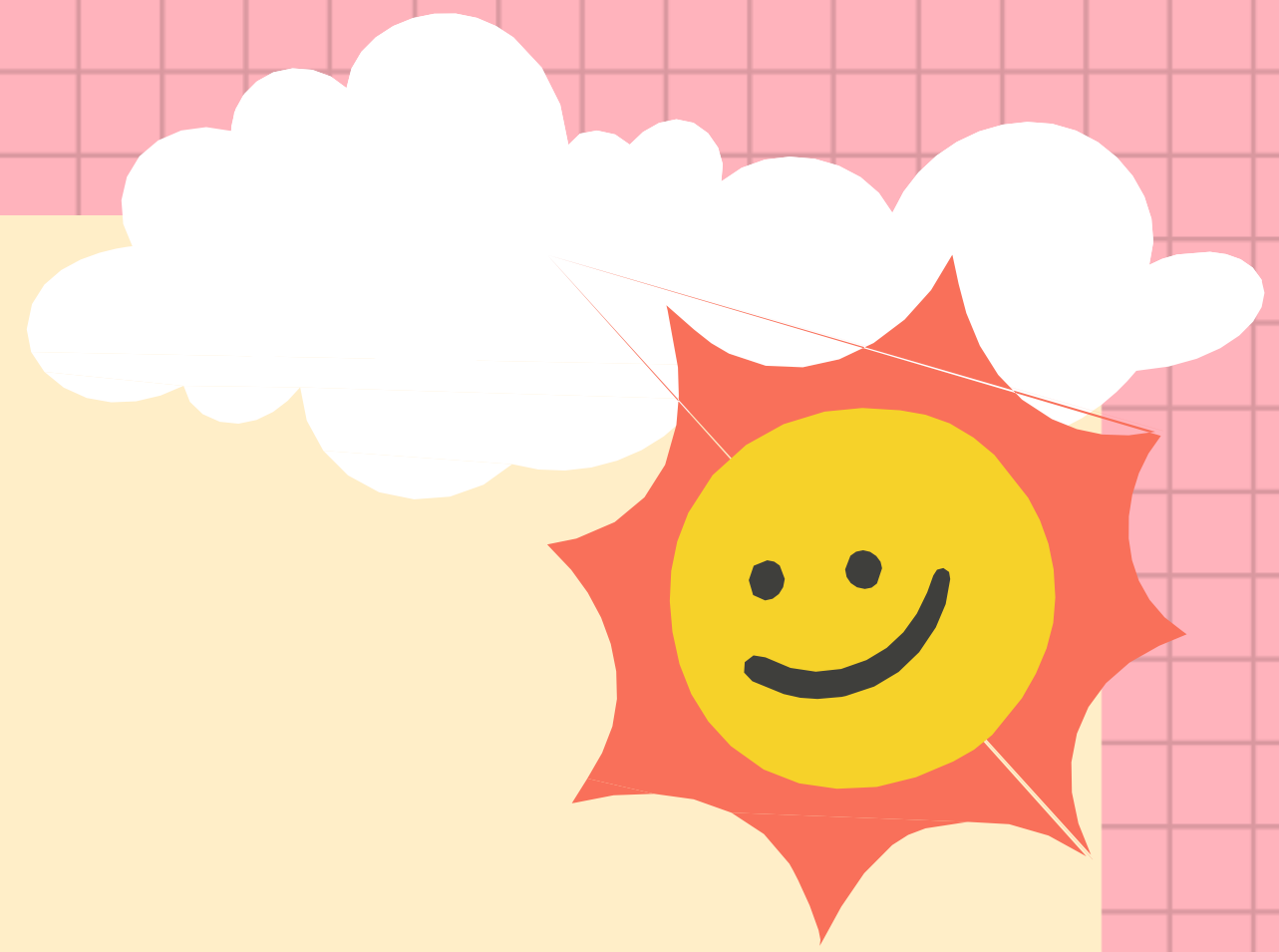
AMELİYATHANE HİZMETLERİ TOPLULUĞU





KONULARIMIZ

1. Sağlıklı Beslenme
2. Ağız ve Diş Sağlığı
3. El Hijyeni
4. Kişisel Temizlik ve Öz Bakım
5. Çevre Kirliliği ve Çevre Sağlığı





SAĞLIKLI BESLENME

Sağlıklı Beslenmen



5 Adımı!

1 Günde en az 8 bardak su içebilirsiniz!



2 Bol miktarda sebze ve meyve tüketebilirsiniz!

2

3 Tam tahıllı ürünler tercih edebilirsiniz!



4 Doymuş yağları azaltabilirsiniz!

4

5 Düzenli olarak egzersiz yapabilirsiniz!



Vücudumuza gereken vitamin, mineral, karbonhidrat,



AĞIZ VE DİŞ SAĞLIĞI



Ağız Bakımında Hang Ürünler



manuel veya elektronik diş



diş macunu

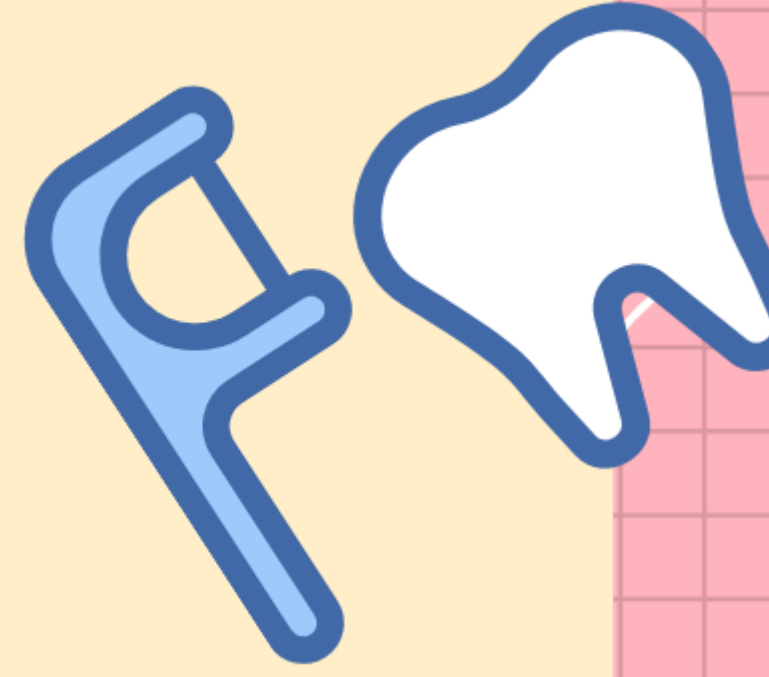
diş ipi



ağız bakım suyu



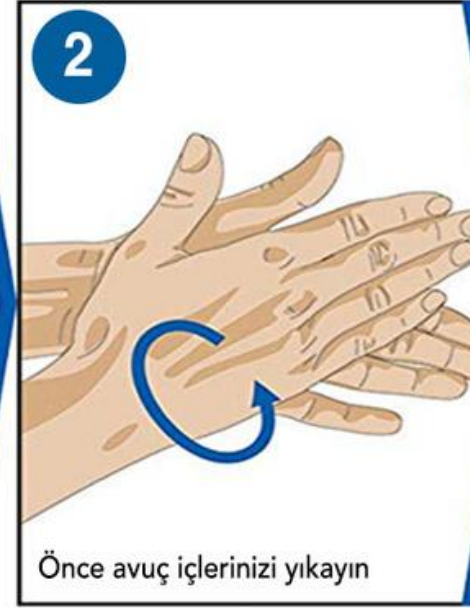
dil temizleme aparatı





EL HIJYENI







KİŞİSEL TEMİZLİK VE ÖZ BAKIM



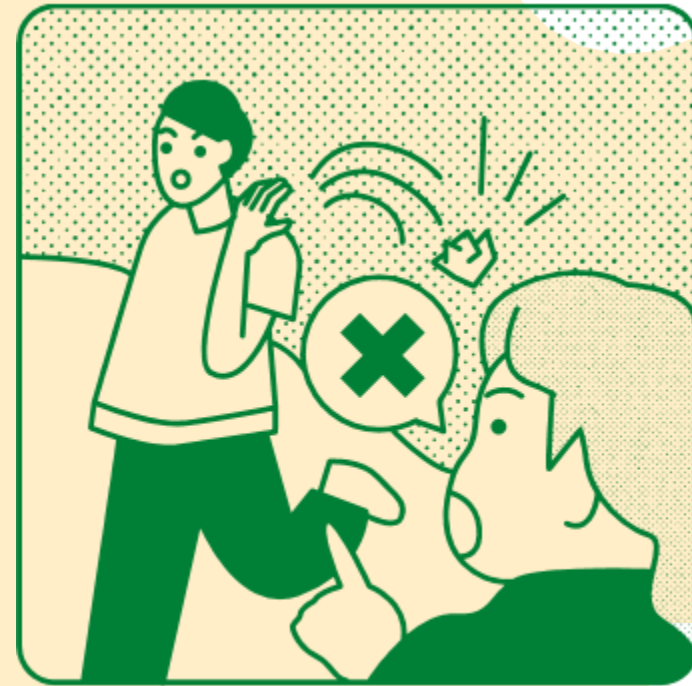


ÇEVRE KİRLİLİĞİ VE ÇEVRE SAĞLIĞI





SIFIR ATIK





Tasarruf Gelecektir



GELECEĞİN
BOŞA GİTMESİN

12/12/2023

Lorem psum dolor st amet,
consectetur adpscong elt.
Vestbulum bbendum nunc
sed orc matts semper. In et

magna lacus, vehcula eu
sem at, pharetra venenats
velt. Maecenas nterdum elt
ut blandt pellentesque.

