

SAĞLIKLI BESLENME YOLCULUĞUM

SAĞLIĞIN SENİN ELİNDE!



Gazlı içecekler yerine su iç.



SAĞLIKLI BESLENME YOLCULUĞUM

ETİKET OKUMA

ÜRÜNÜN
İÇERİĞİNİ VE
BESİN DEĞERLERİNİ
KONTROL ET!





SAĞLIKLI BESLENME YOLCULUĞUM

ŞEKER TÜKETİMİ



ŞEKERİ AZ
TÜKETMEYE VE
ŞEKER EKLENMİŞ
YİYECEKLERDEN
KAÇINMAYA ÇALIŞ!



SAĞLIKLI BESLENME YOLCULUĞUM

Sağlıklı Atıştır, Güçlü Ol!





SAĞLIKLI BESLENME YOLCULUĞUM

OKUL KANTİNLERİNDE SAĞLIKLI BESLEN!





SAĞLIKLI BESLENME YOLCULUĞUM

RENKLİ GIDALAR ZARARLIDIR!





SAĞLIKLI BESLENME YOLCULUĞUM

YERLİ ÜRÜN KULLAN



TÜRKİYE'DE ÜRETİLMİŞTİR



SAĞLIKLI BESLENME YOLCULUĞUM

ETİKET OKUMAK ÖNEMLİ!

Ürünün içeriğini ve besin
değerlerini kontrol
etmeyi unutma!

