

நீங்கள் ஆரோக்கியமாக இருக்க உதவிக்குறிப்புகள்

மதிய உணவுக்குப் பிறகு பசிக்கிறதா?

பதப்படுத்தப்பட்ட தின்பண்டங்களுக்குப் பதிலாக உப்பில்லாத கொட்டைகள் அல்லது தயிர் சாப்பிடுங்கள். அவை நீண்ட காலத்திற்கு உங்கள் உடலுக்கு மிகவும் நல்லது, மேலும் அவை நீண்ட காலத்திற்கு ஆற்றலைத் தருகின்றன.



Proudly presented by:



MINISTRY OF
MANPOWER



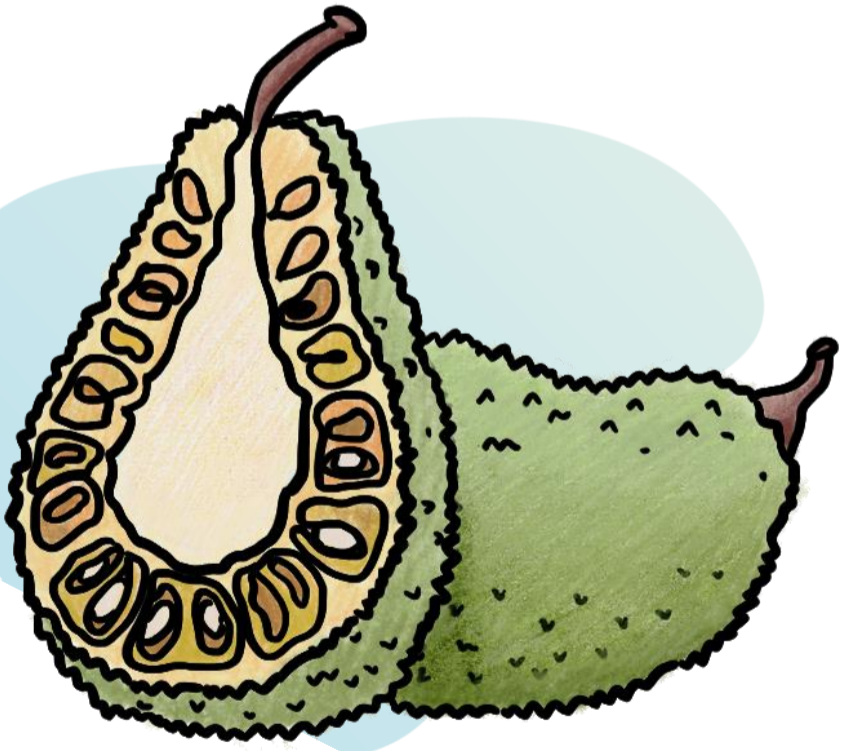
My Brother SG
HERE FOR YOUR HEALTH

நீங்கள் ஆரோக்கியமாக இருக்க உதவிக்குறிப்புகள்

இந்த ஆரோக்கியமான \$5 சிறுநுண்டிகளை முயற்சிக்கவும்!

உணவுக்கு இடையில் ஏதாவது சாப்பிட ஆசைப்படுகிறீர்களா?

வாழைப்பழம் அல்லது பலாப்பழம் போன்ற சில புதிய பழங்களுக்கு உங்கள் சர்க்கரை சிறுநுண்டியைத் தவிர்க்கவும். அவற்றின் விலை \$5க்கும் குறைவானது மற்றும் மிகவும் ஆரோக்கியமானது.



Proudly presented by:



MINISTRY OF
MANPOWER



My Brother SG

HERE FOR YOUR HEALTH