

இலவச
தொலைபேசி சேவை

get healthy®

Information & Coaching Service

“நான் ஆரோக்கியமாக இருக்க வேண்டும்!”



- உங்களுக்கென ஒரு திறமையான உடல்நலப் பயிற்சியாளரைப் பெறுங்கள்
- ஆரோக்கியமான உணவுத் தெரிவுகளை ஏற்படுத்திக் கொள்ளுங்கள்
- உடல்நீதியாக இன்னும் சுறுசுறுப்பாக இருங்கள்
- ஆரோக்கியமான உடல் எடையை அடைந்து அதைப் பராமரியுங்கள்



Government
of South Australia

SA Health

நீங்கள் தொலைபேசியில் அழைத்தால் போதும்:

1 300 806 258

திங்கள் - வெள்ளி காலை 8.00 - மாலை 8.00

மொழிபெயர்ப்பாளர் ஒருவருடன் கதைக்க வேண்டுமெனில், 'மொழிபெயர்ப்பு மற்றும் உரைபெயர்ப்பு சேவை'யை 131 450 எனும் இலக்கத்தில் அழைத்து "Get Healthy" ("ஆரோக்கியமாக இருங்கள்") எனும் சேவையுடன் கதைக்க வேண்டும் என்று சொல்லுங்கள்.

www.gethealthy.sa.gov.au