

نصائح وإرشادات تهم المستهلك

* **عزيزي المستهلك:** بيئتنا جميلة، فساهم في إضفاء معالم الجمال عليها، وذلك من خلال إلقاء النفايات في أماكنها المخصصة لها، ولا تلقها في الشارع أو بين الدور لأنها ستشكل ضرراً صحياً عليك وعلى أفراد أسرتك، ولا تحرقها لأنها ستساهم في تلويث جو مدينتك.

* **عزيزي المستهلك:** إن استخدامك للأواني المنزلية المصنوعة من الألمنيوم أو البلاستيك المعاد يمكن أن تسبب لك مشكلات صحية ونفسية وحالات مرضية قد لا يرجى منها الشفاء، فتجنب شرائها واستعمالها.

* **عزيزي المستهلك:** هل تعلم إن تناول الطلاب لفطورهم الصباحي قبل الذهاب إلى المدرسة ضروري جداً لصحتهم ومن شأنه أن يسهم في رفع مستواهم العلمي والمعرفي وإن يبعث فيهم النشاط.

* **عزيزي المستهلك:** الباعة المتجولون ظاهرة غير حضارية وأطعمتهم تحمل في طياتها أمراضاً وإسقاماً فاحرص كل الحرص على عدم الشراء منهم من أجل صحتك وسلامة أفراد أسرتك.

* **عزيزي المستهلك:** السكائر وجدت للتمتع والتلذذ، إذا كان الثمن هو صحتك وحياتك!!؟ فاحرص أن تبتعد عنها لأنها سبب رئيسي لأمراض القلب والرئة والسرطان.. كما لا يقل شر (النركيلة) عن شراء السكائر، بل أنها تفوقها في ذلك أضعافاً مضاعفة.

* **عزيزي المستهلك:** الأدوية مستحضرات كيميائية وجدت لشفائك من الأمراض والأسقام لا يجوز أخذها إلا بوصفة الطبيب الخبير بحالتك المرضية، لان تناولها من دون الرجوع إلى الطبيب من شأنها أن تسبب لك مضاعفات وأزمات مرضية اكبر.

* **عزيزي المستهلك:** أطفالنا فلذات أكبادنا وزهرة الحياة الدنيا، فساهم في رسم الابتسامة على شفاهم وخلق غد مشرق لهم من خلال التزامك بتلقيحهم في المواعيد المقررة لينشئوا صحيحين سليمين.

* **عزيزي المستهلك:** احرص على شراء الألبان ومنتجاتها من المصادر الموثوقة لتجنب الإصابة بحمى مالطا وأمراض أخرى قد تنقلها لك البكتريا الموجودة فيها.

* **عزيزي المستهلك:** تجنب الاعتماد في طعامك على المعلبات، واحرص على تناول الأغذية الطبيعية كالفواكه والخضر الطازجة، لان قيمتها الغذائية ومنافعها الصحية أكثر من المعلبات.

* **عزيزي المستهلك:** المشروبات الغازية مرطبة ومنعشة ولذيذة ولكنها في الوقت ذاته ضارة لأنها تحتوي على مادة الكافيين الذي يقلل من امتصاص الأوكسجين والمواد الغذائية ويسبب تراكم المواد السامة في الجسم، فتجنب الإكثار من تناولها وامنع الأطفال من شربها.. وتناول العصائر الطبيعية لان فائدتها أكثر.

* **عزيزي المستهلك:** هل تعلم إن الإفراط في تناول الشاي يؤدي إلى الإصابة بتصلب الشرايين؟ كما انه يحتوي على الكافيين، وأن الإفراط في تناوله يؤدي إلى الإصابة بفقر الدم وهشاشة الأظافر والقلق والضغط والتهاب المجاري البولية وقرحة المعدة.. فاحرص على التقليل من شربه.

* **عزيزي المستهلك:** ربة البيت هي الخبير الاقتصادي بشؤون واحتياجات المنزل لأنها تعلم ما ينفعها وما يؤثر على ميزانيتها، فلا تشتري ما يزيد عن حاجتها ولا تكس البضائع والمواد خوفا من تلفها.