

# BUDAYAKAN HIDUP SIHAT

Pengambilan Gula yang Berlebihan Boleh  
Mengakibatkan Kencing Manis

**1** daripada **6** Dewasa di Malaysia  
**Menghidap Kencing Manis**



Makan Sihat  
dan Selamat



**KUKUHKAN  
IMUNITI  
BADAN**