

هل تنشُدون  
مظهرًا جيّدًا  
وشعورًا رائِعًا؟

خطة مجانية  
لخسارة الوزن

هل يتراوح  
عمركم ما بين  
١٨-١٢ عامًا؟

مع الحصول  
على دعمٍ إضافيِّ

هل ترغبون  
في خسارة  
الوزن؟

# الوزن المثالي

WEIGH TO GO (Arabic)

هل أنتم مستعدون للتحدي؟

إذا كنتم كذلك، فإننا نقدّم لكم برنامج الوزن المثالي،  
يمكنكم الاتصال بنا في مرفق صحة الشباب على رقم الهاتف التالي:

٠١٤١ ٤٥١ ٢٧٢٧

أو تفضّلوا زيارة موقعنا الإلكتروني: [www.nhsggc.org.uk/weightgo](http://www.nhsggc.org.uk/weightgo)

المواقع المتاحة في أنحاء جلاسجو الكبرى وكلايد