

RADIO SCRIPT

You know how it is

Afghani (Dari)

Announcer: (Male - calm and reassuring, matter of fact)

Sound effects: *We hear a man walking along as he talks. His footsteps are reasonably brisk.*

آواز مرد: می فامی که گپ از چه قرار اس ... تقاعد میکنی ... یک چند کیلو وزن میگیری ... ولی رأی نمیزنی .

Sound effects: *His footsteps get heavier and slower.*

آواز مرد: باد از او اولاد دار میشی ... زندگی باز مصروف تر میشه، پشت خود زیاد نمیگردی ... رأی نمیزنی.

آواز طفل: ای، پدر جان! بیائین گیرم کنین!

Sound effects: *We hear him try to chase the girl, but it doesn't take too many steps before he runs out of breath. We hear him puffing heavily.*

آواز مرد: مگم وقتی بار اول فامیدم که ای سر صحتیم تاثیر میکنه ... طبعاً" به تشویش شدم.

آواز طفل: بیائین پدر جان!

آناسر: همانقدر که وزن میگیرید همانقدر باید ببازید.

خوردن و نوشیدن غیر صحی و فعالیت جسمانی کافی نداشتن میتواند صحت تانرا شدیداً متضرر بسازد.

برای اکثر مردم در جامعه ما داشتن قطر کمر ۹۴ سانتی متر برای مردان و ۸۰ سانتی متر برای زنان خطر بعضی از امراض سرطانی، قلبی و مرض شکر نوع ۲ را افزایش میدهد.

برای دریافت اینکه آیا شما در خطر استید یا نه با داکتر تان صحبت کنید.

شما چگونه خود را از ریابی میکنید؟

بخاطر حصول معلومات www.australia.gov.au/MeasureUp را ببینید.

به صلاحیت حکومت استرلیا، کنبرا. گویندگان و