

RADIO SCRIPT

You know how it is

Vietnamese

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

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

Male voice: Bạn biết chuyện như thế nào rồi đấy... bạn định cư ... lên một vài ký ... nhưng tôi chẳng lo lắng về điều đó.

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

Male voice: Rồi bạn có con ... cuộc sống trở nên bận rộn hơn, bạn để mặc cho cơ thể lên cân thêm một tí... Tôi cũng chẳng lo.

Child voice: Bố ơi! Cố bắt con đi!

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.*

Male voice: Thế nhưng đến lúc tôi chợt nhận ra rằng chuyện đó ảnh hưởng đến sức khỏe của mình ...thì tự nhiên tôi phải lo lắng!

Daughter: Cố lên Bố!

Announcer: Càng lên cân bao nhiêu, quý vị càng phải làm giảm cân nhiều bấy nhiêu.

Ăn uống không lành mạnh và không vận động đầy đủ có thể ảnh hưởng nghiêm trọng đến sức khỏe của quý vị.

Đối với hầu hết mọi người trong cộng đồng chúng ta, những người nam có vòng eo trên 90cm và nữ trên 80cm đều tăng nguy cơ mắc một số bệnh ung thư, bệnh tim và bệnh tiểu đường loại 2.

Hãy đến bác sĩ để tìm hiểu xem quý vị có bị nguy cơ mắc các chứng này không.

Số đo của bạn như thế nào?

Muốn biết thêm thông tin và các cách giảm cân đơn giản, xin xem trang mạng www.australia.gov.au/MeasureUp

Được chính phủ Úc tại Canberra ủy quyền cho (A), (B) và (C) đọc.