

# Это не шутка...

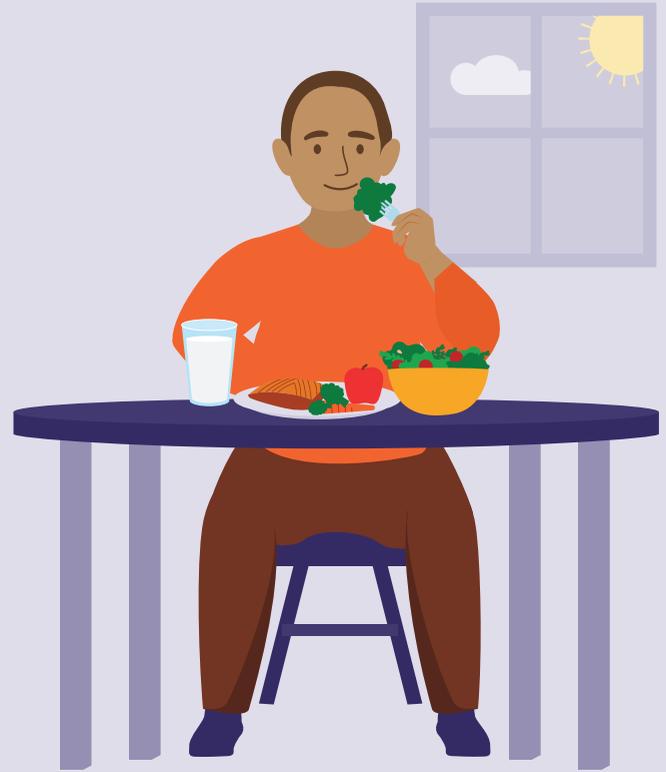
**Вы можете УМЕНЬШИТЬ ВАШ РИСК ИНСУЛЬТА**

(It's no joke... You can REDUCE YOUR RISK of STROKE)



## ЭТО НЕ ШУТКА.

Диета с высоким содержанием холестерина, натрия (соли), насыщенных жиров, транс жиров и добавленного сахара увеличивает Ваш риск инсульта.



## ЗДОРОВОЕ ПИТАНИЕ НАЧИНАЕТСЯ С ВЫБОРА ЗДОРОВОЙ ПИЩИ.\*

Сбалансированное питание, включающее свежие фрукты и овощи, продукты содержанием клетчатки и полезные источники белка, может уменьшить Ваш риск инсульта.



WISCONSIN COVERDELL  
STROKE PROGRAM



WISCONSIN DEPARTMENT  
of HEALTH SERVICES

P-03432ER (04/2024)

**УМЕНЬШИТЕ  
ВАШ РИСК.**

Узнайте больше: →



[dhs.wisconsin.gov/coverdell/community.htm](https://dhs.wisconsin.gov/coverdell/community.htm)

\*Здоровое питание | Американская Ассоциация Сердца