

World Heart Day

29 September



One World, One Home, One Heart.

Focus on Women & Children

Heart disease and stroke take lives prematurely. Contrary to common belief, women are affected equally to men and children are vulnerable too; action must be taken to reduce their risk. Individuals, families, communities and governments must work together to avoid the emotional and financial burden caused by these diseases. Act now to save the lives of the women and children you love: encourage healthy eating and physical activity, and ban tobacco use.

হৃদরোগ এবং স্ট্রোক অকালে জীবন কেড়ে নেয়। প্রচলিত বিশ্বাসকে ভুল প্রমাণ করে এটা এখন স্পষ্ট, নারীরা পুরুষদের মত সমানভাবে এসব রোগে আক্রান্ত হয় এবং এক্ষেত্রে শিশুরাও একই রকম ঝুঁকিতে আছে। এদেরকে ঝুঁকিমুক্ত রাখতে অবশ্যই পদক্ষেপ নিতে হবে। ব্যক্তি, পরিবার, সমাজ ও সরকারকে একত্রে এসব রোগের কারণে সৃষ্ট মানসিক এবং আর্থিক বোঝা দূর করতে কাজ করতে হবে। আপনার ভালবাসার নারী ও শিশুদের জীবন বাঁচাতে এখনই তাদেরকে সুখম ও স্বাস্থ্যকর খাদ্যগ্রহণ এবং নিয়মিত শারীরিক পরিশ্রম করার পাশাপাশি তামাক ও ধূমপান থেকে বিরত থাকতে উৎসাহিত করুন।



**WORLD HEART
FEDERATION***
UNITING GLOBAL EFFORTS
TO FIGHT HEART DISEASE
AND STROKE

প্রয়োজনে নিকটস্থ চিকিৎসকের পরামর্শ নিন