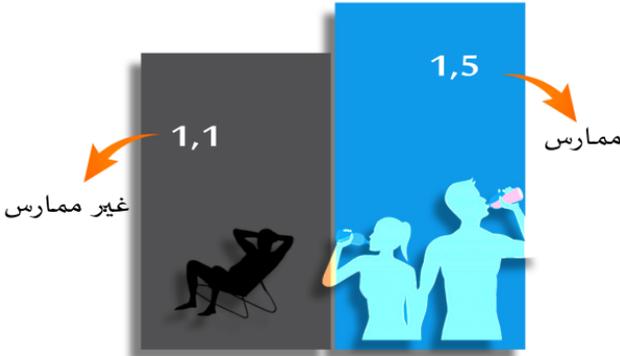


✓ معدل إستهلاك الماء يوميا بالتر



✓ تناول مشروبات تحتوي على السكريات يوميا

