1. Karpuz, çilek, kiraz, patlıcan, kabak gibi meyve ve sebzeleri yazın tüketebiliriz. (D)
2. Karnabahar, ayva, pırasa, portakal gibi meyve sebzeleri kışın tüketebiliriz. (D)
3. Paketlenmiş gıdalar vücudumuzun büyüme ve gelişmesine olumlu etki eder. (Y)
4. Meyve ve sebzelerin yıkanması içerisinde bulunan tarımsal ilaç katkılarının giderilmesini sağlar. (D)
5. Besinler ne kadar taze ise besin değerleri o kadar düşüktür. O yüzden taze olmayan besinler tüketmeliyiz. (Y)
6. Besinlerin değerini korumak için onları taze bir şekilde dondurup saklamalıyız. (D)
7. Dondurulmuş bir besin yavaş yavaş çözdürülmeli ve bir daha dondurulmadan tüketilmelidir. (D)
8. Paketlenmiş gıdalarda; besin içeriğine, üretim ve son kullanma tarihlerine, TSE damgasına dikkat etmeye gerek yoktur. (Y)
9. Besin israfını önlemek için; tabağımıza yiyebileceğimiz kadar yemek almalıyız, son kullanma tarihi yaklaşan ürünleri tarihi geçmeden öncelikli olarak tüketmeliyiz. (D)
10. Obezite, vücuda besinler ile alınan enerjinin harcanan enerjiden fazla olmasından kaynaklanan ve vücut yağ miktarının olması gerekenden daha fazla olması ile açıklanan kronik bir hastalıktır. (D)
11. 19 Mayıs 2008 tarihinde yürürlüğe giren yasa ile kapalı mekânlarda sigara içilmesi serbest bırakılmıştır. (Y)
12. Sigarada bağımlılık yapan maddeye nikotin denir. (D)
13. Sigara kullanmak, solunumda görev yapan organ ve yapıları tahrip ederek bronşit, astım gibi hastalıklara sebep olur. (D)
14. Alkol kullanmak, kişinin bilincini kaybetmesine sebep olur. Kalbin ritmini bozarak kanın vücutta sağlıklı dolaşımını engeller. (D)
15. Yeşilay, tütün ve alkol gibi zararlı maddelerle mücadele etmeyi amaçlamaktadır. YEDAM (Yeşilay Danışmanlık Merkezi), bağımlılık konusunda bağımlılara ve aile yakınlarına ücretsiz psikolojik destek ve sosyal hizmet desteği vermektedir. (D)