

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Kunci untuk Tingkatkan Kesehatan Alami

Dalam segala keadaan dan situasi, pastikan Anda selalu mempraktikkan kebiasaan hidup bersih dan sehat seperti:



Mencuci tangan dengan sabun dan air mengalir.



Menggunakan air bersih.



Mengonsumsi makan bergizi seimbang.



Tidak merokok di tempat umum.



Berolahraga teratur.



Istirahat yang cukup.

Sumber: <https://ayosehat.kemkes.go.id/flyer-phbs-2019>

CALL CENTER :

☎ 15000 22 📞 0811 50 5000 22

FOLLOW US ON:

📱 @yakestelkom 🌐 yakestelkom.or.id