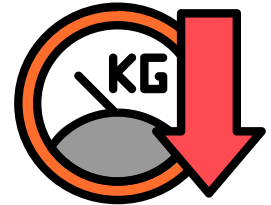


LANZIA SEHAT LANZIA BAHAGIA

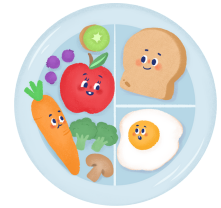
B

Berat badan berlebihan dihindari



A

Atur makanan dengan gizi seimbang



H

Hindari faktor risiko (diabetes, jantung, kanker)



A

Aktif lakukan kegiatan yang bermanfaat



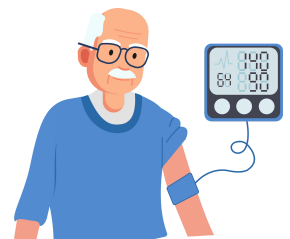
G

Gerak badan teratur wajib dilakukan



I

Iman dan takwa ditingkatkan



A

Awasi dengan melakukan pemeriksaan secara teratur