

TIPS TETAP SEHAT SAAT LEBARAN

**BATASI KONSUMSI
GULA, GARAM, LEMAK**



**KONSUMSI BUAH DAN
SAYU YANG CUKUP**

**TETAP LAKUKAN
AKTIVITAS FISIK**



**MINUM AIR PUTIH
YANG CUKUP**

TIDUR YANG CUKUP

