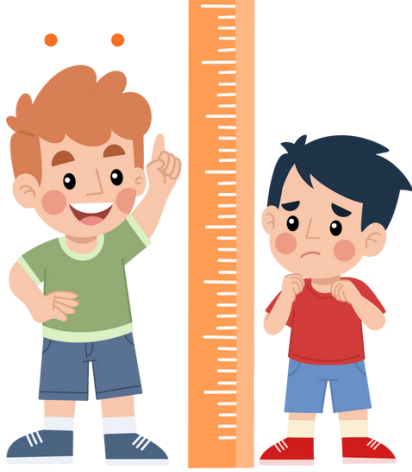
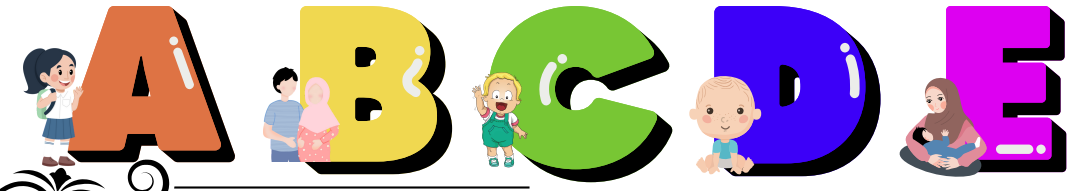
GERMAS
Gerakan Masyarakat Hidup Sehat



Stunting

Bisa dicegah loh dengan



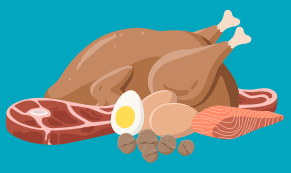
Apa itu?

A AKTIF MINUM TABLET TAMBAH DARAH

- **Konsumsi TTD bagi remaja putri 1 tablet seminggu sekali**
- **Konsumsi TTD bagi ibu hamil 1 tablet setiap hari (minimal 90 tablet selama kehamilan)**

B BUMIL TERATUR PERIKSA KEHAMILAN MINIMAL 6 KALI

Periksa kehamilan minimal 6 kali, 2 (dua) kali oleh dokter menggunakan USG



C CUKUPI KONSUMSI PROTEIN HEWANI

Konsumsi protein hewani bagi bayi usia di atas 6 bulan

D DATANG POSYANDU SETIAP BULAN

Datang dan lakukan pemantauan pertumbuhan (timbang dan ukur) dan perkembangan serta imunisasi balita ke posyandu setiap bulan

E EKSLUSIF ASI 6 BULAN

Asi ekslusif selama 6 bulan dilanjutkan hingga usia 2 tahun

Created by Promkes Dinkes Babel