

# HUMAS

## Kodim 0305/Pasaman Terima Penyuluhan Kesehatan dari Denkesyah

Syafrianto - [PASAMAN.HUMAS.CO.ID](http://PASAMAN.HUMAS.CO.ID)

Jan 20, 2025 - 12:33



Pasaman, - Kodim 0305/Pasaman, dapat penyuluhan dari Denkesyah 01.04.04, Padang, materi di isi oleh Dr. Torangin Damanik, didampingi oleh Lettu Ckm Puri Wahyudi. Kegiatan yang dilaksanakan di Aula Makodim 0305/Pasaman, Senin (20/01/2025).

Dandim 0305/Pasaman Letkol Arh Budi Prasetya menyampaikan, kegiatan ini untuk penyebarluasan informasi dan pemahaman terhadap kesehatan, perilaku hidup bersih dan sehat.

"Ini bertujuan untuk menambah pengetahuan para prajurit sehingga memahami tentang kesehatan diri dan keluarga.

Sementara Dr. Torangin Damanik, dalam kesempatan itu mengatakan jika dalam kegiatan ini dilaksanakan penyuluhan kesehatan tentang perilaku hidup bersih dan sehat.

"PHBS di Rumah Tangga yaitu Persalinan ditolong oleh tenaga kesehatan, Memberi bayi ASI eksklusif, Menimbang bayi dan balita, Menggunakan air bersih, Mencuci tangan dengan air bersih dan sabun, Menggunakan jamban sehat, Memberantas jentik di rumah, Makan buah dan sayur setiap hari, Melakukan aktivitas fisik setiap hari dan Dilarang merokok di dalam rumah," pungkasnya.

Nanti akan ada pengisian kuesioner PHBS di tempat kerja, Institusi Pendidikan, tempat Umum dan lain-lain. Cara perilaku hidup sehat yaitu makan-makan yang bergizi sayur mayur dan buah-buahan setiap hari.