

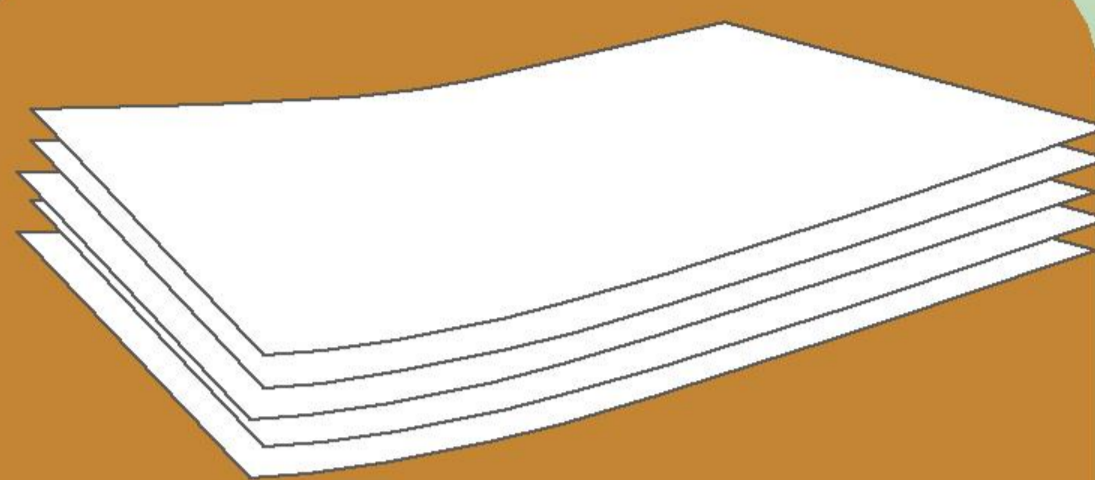


KEMENTERIAN KESEHATAN
REPUBLIK INDONESIA

Sehat di tempat kerja



Kurangi menggunakan
plastik/ sterofoam



Manfaatkan
kertas bekas

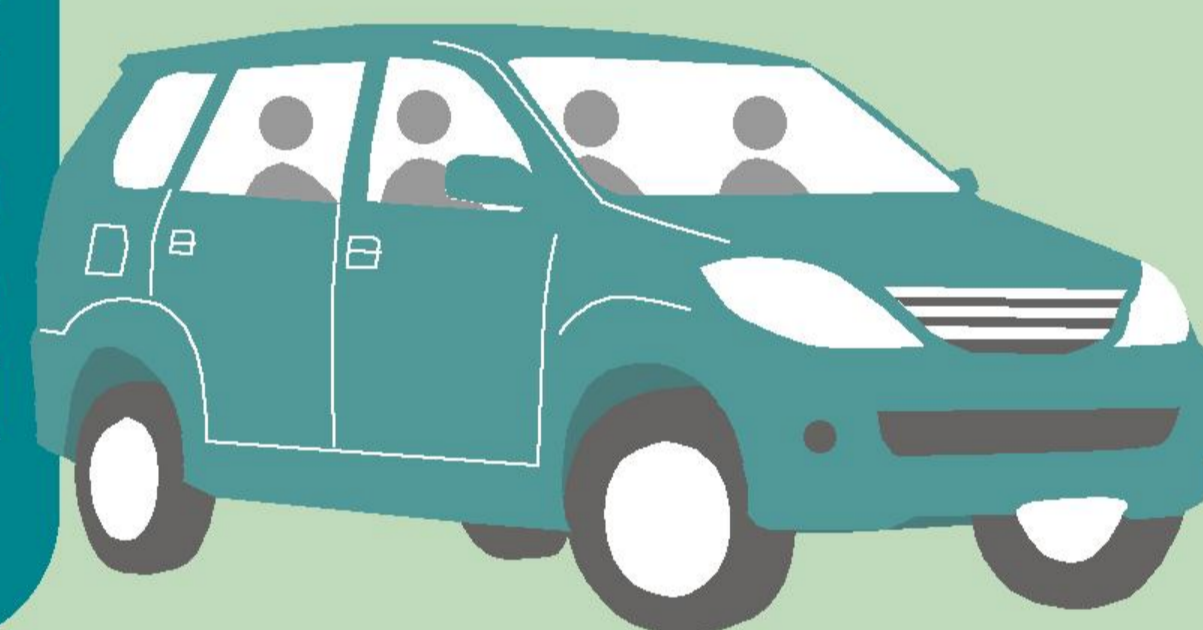


matikan komputer
dan peralatan listrik
jika sudah tidak
dipergunakan



**LETAKAN
SAMPAH DI
TEMPATNYA :**
Pisahkan antara
sampah basah,
sampah kering
dan sampah
berbahaya

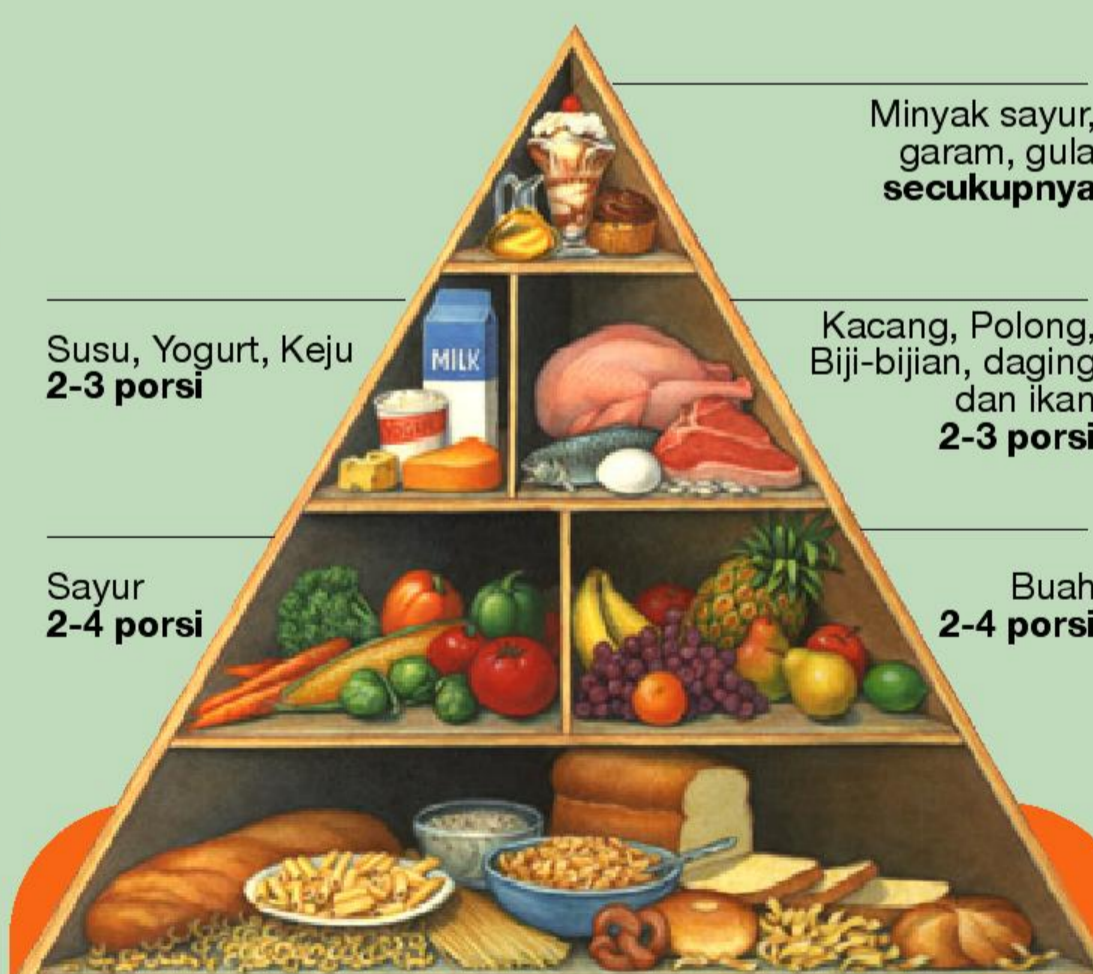
Minimalkan
penggunaan
kendaraan pribadi
ke kantor atau
maksimalkan
penumpang dalam
1 mobil



**TIDAK
MEROKOK**



**beraktivitas
fisik**
sekurangnya
30 menit tiap hari



Cuci Tangan
Pakai sabun
sesering
mungkin

**konsumsi makanan
bergizi seimbang :**
makan buah dan
sayur 3- 5 porsi
sehari