

# Sosialisasikan Hidup Sehat, Babinsa Koramil Banjar Ikuti Senam Germas Dan Pemeriksaan Kesehatan

Ray - [BULELENG.INDONESIAASATU.ID](http://BULELENG.INDONESIAASATU.ID)

Oct 21, 2022 - 09:45



*Personil Koramil 1609-06/Banjar, ikuti senam Germas dan pemeriksaan kesehatan*

BULELENG - Menciptakan Masyarakat yang sehat dan kuat serta terhindar dari penyakit, personil Koramil 06/Banjar kodim 1609/Buleleng mengikuti kegiatan Germas ( Gerakan Masyarakat Hidup Sehat) dengan melaksanakan olahraga

bersama dan dilanjutkan pemeriksaan kesehatan yang di selenggarakan oleh Puskesmas Banjar 1 bertempat di Puskesmas Banjar 1 kec Banjar kab Buleleng, Jumat (21/10/2022)

Kegiatan tersebut dihadiri oleh Camat Banjar dan staf, personil Koramil 06/Banjar, personil Polsek Banjar

Secara terpisah Danramil Koramil 06/Banjar kodim 1609/Buleleng kapten Inf Gede Oka menuturkan Germas merupakan sebuah gerakan yang bertujuan untuk memasyarakatkan budaya hidup sehat serta meninggalkan kebiasaan dan perilaku masyarakat yang kurang sehat. Gerakan seperti ini sangat baik dan patut kita dukung bersama, peran Babinsa Koramil 06/Banjar dalam mensosialisasikan lebih luas kepada Masyarakat di Desa Binaannya masing - masing

" Germas dapat dilakukan dengan cara melakukan aktivitas fisik, mengonsumsi sayur dan buah, tidak merokok, tidak mengonsumsi alkohol, memeriksa kesehatan secara rutin, membersihkan lingkungan dan menggunakan jamban, " Tutur Danramil kapten Inf Gede Oka. (Mga)