

Jagalalah Tubuhmu

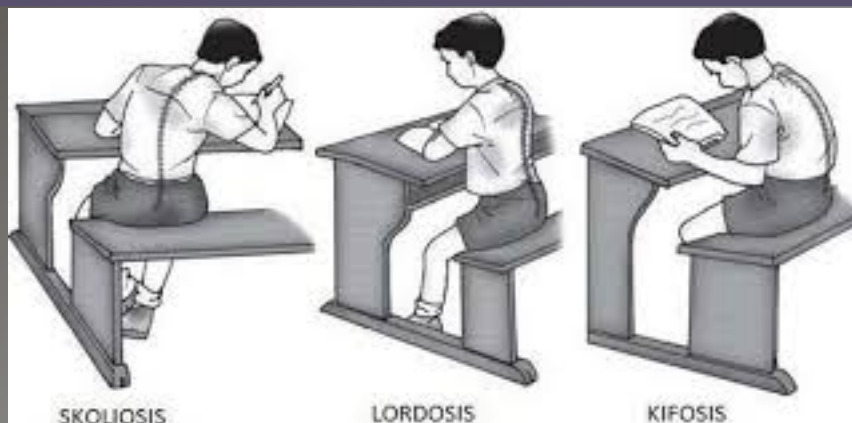


**Perhatikan
bagaimana
kita
melakukan
aktivitas**

Sekarang akan nyaman, namun nanti akan kesusahan

**Bagaimana cara kita
mencegahnya?**

- Duduklah diposisi yang tepat
- banyak melakukan olahraga
- mengkonsumsi makanan / minuman berkalsium



**CEGAHILAH 3 HAL
INI**

**Jagalalah bentuk kita
Demi Kenyamanan kita sendiri**