

## GERAKAN AKSI BERGIZI DI SMA NEGERI 3 METRO

Gerakan Nasional Aksi Bergizi merupakan kegiatan yang dilaksanakan untuk meningkatkan kesadaran remaja usia sekolah dalam membiasakan untuk mengkonsumsi tablet tambah darah, konsumsi gizi seimbang dan aktifitas fisik. Untuk tablet tambah darah dikhususkan bagi remaja putri.

Puskesmas Banjarsari melalui Program Gizi mengadakan kegiatan "Gerakan Aksi Bergizi serentak di SMA Negeri 3 Metro. Kegiatan ini dibuka oleh Kepala Sekolah SMA Negeri 3 Metro dengan rangkaian kegiatan antara lain senam bersama, sarapan bersama, minum tablet tambah darah bersama khusus siswa putri.

Dalam kegiatan ini siswa diminta untuk membawa bekal sendiri dari rumah dan air putih. Selain menanamkan kebiasaan makan makanan yang sehat, kegiatan ini juga memberikan pengetahuan tentang gizi yang baik sehingga menambah wawasan para siswa tentang makanan sehat.

Setelah makan selesai dilanjutkan dengan pemberian obat penambah darah yang dilakukan oleh pihak Puskesmas Banjarsari. Pemberian pil penambah darah ini bertujuan untuk meningkatkan kesehatan siswa terutama siswa putri sehingga terhindar dari berbagai efek yang ditimbulkan oleh anemia.

Kepala UPTD Puskesmas Banjarsari dr. Balkis, menyatakan bahwa Program aksi Bergizi ini akan mengenalkan kepada siswa berbagai variasi makanan yang sehat dan kandungan gizi yang ada pada makanan serta manfaat yang akan diberikan kepada tubuh sehingga siswa dapat memilih makanan yang baik.

