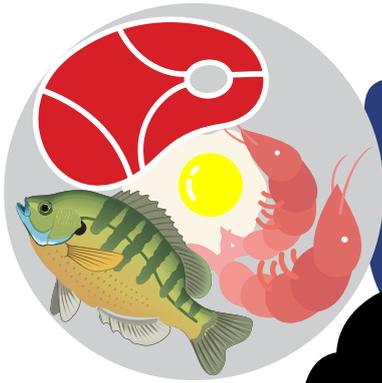


# Gals, Yuk Tetap Sehat!

## **BEBAS ANEMIA!**

### Bagaimana Cara Mengonsumsi Tablet Tambah Darah?



Makan **GIZI SEIMBANG**  
sebelum minum TTD



Minum dengan **air putih**

Makan jeruk atau jus kaya **vitamin C**,  
supaya penyerapan TTD lebih **EFEKTIF**



**JANGAN** minum TTD dengan **teh**,  
**kopi**, atau **susu**, karena akan  
**MENGHAMBAT** penyerapan **zat besi**



@DitGizi



@gizimasyarakatkemenkes