

GEMARIKAN Gemar Makan Ikan di Sekolah Dasar



"Meningkatkan
Kesadaran
Tentang Bahaya
Stunting"



APA ITU STUNTING ?

Tahukah kamu ?

Stunting adalah kondisi ketika tubuh anak tumbuh lebih pendek dari teman-temannya karena kurang makan makanan bergizi.



Sumber: portaljtv.com

Ciri- ciri anak stunting



Memiliki badan yang pendek



Mudah lelah dan sakit



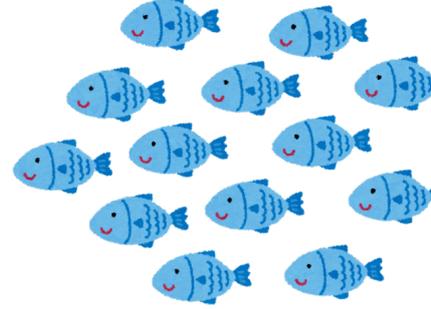
Susah berkonsentrasi saat belajar



Tapi tenang! Stunting bisa dicegah!

Caranya? Yuk, makan ikan!

GEMAR



KENAPA HARUS MAKAN IKAN ?



Sumber: alodokter.com



Sumber: klikdokter.com



Ikan itu makanan super sehat dan hebat!



Ikan kaya akan:



Berkualitas tinggi



Untuk imun & tulang



Penting untuk otak



Mencegah anemia



Anak yang rajin makan ikan tumbuh sehat, pintar, dan aktif!

IBUKU MASAK IKAN!



Ayo bantu Ibu masak makanan dari ikan!



Ikan goreng



Pepes ikan



Sup ikan

JAGA LAUT, JAGA IKAN



Tahukah kamu?
Ikan berasal dari laut dan sungai.
Kalau laut **kotor**, ikan bisa hilang!

Yuk, kita jaga laut dengan cara:



Tidak buang sampah sembarangan



Tidak merusak terumbu karang



Cintai lingkungan sejak dini

ANAK GEMARIKAN ITU...



01 Rajin makan ikan

02 Suka belajar dan aktif

03 Badannya sehat dan kuat

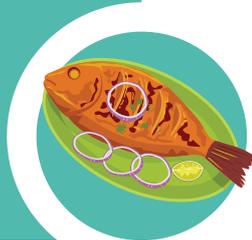
04 Bebas dari stunting



PESAN UNTUK TEMAN-TEMAN



Makan ikan
2–3 kali
seminggu



Bantu Ibu
pilih ikan di
pasar



Jangan
takut coba
olahan ikan
baru



Jadilah anak
sehat, bebas
stunting!



YUK GEMARIKAN!
Gemar Makan Ikan
Sejak Sekarang

"Ayo, jadikan makan ikan sebagai kebiasaan baik setiap hari!"

Dengan makan ikan, tubuh jadi kuat, otak jadi cerdas, dan kita tumbuh sehat tanpa stunting.

Mulailah dari sekarang — untuk masa depan yang lebih cerah!

Ikan untuk anak hebat, laut untuk masa depan yang sehat!

