



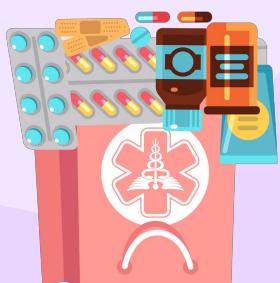
119 EXIT 9

HOTLINE COVID-19:



Keluarga/pengasuh
memastikan lansia
minum obat
se cara teratur.

Tetap cukup persediaannya.
yang harus diminum setiap hari
rutin, tetapi pastikan obat-obatan
tunda pemerkasaan kesehatan



Cukup minimum, sayur
dan buah-buahan.
Bila diperlukan minimum
multi vitaminin
mineral)

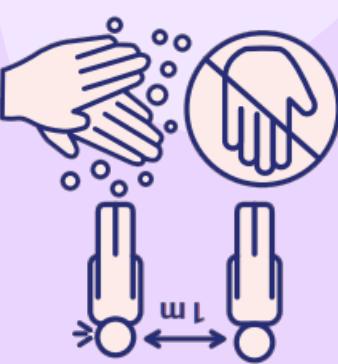
Makan makanaan denganan gizi
seimbangan (cukup karbohidrat,
protein, lemak, vitamin dan
mineral)



Tetap berada di rumah / pantik -
wreda / senior living, melakukann
kegiatan rutin, berjemuur di bawah
sinar matahari sekuupnya dan
berjarak satu denngan
yang lainnya.
Cukup istirahat dan tidur,
minimum 6-8 jam sehari
atau lebih
dari pakaiannya pada



Tetap iaga kondisi lingkungan
yang Bersih,aman dan nyaman,
ventilasi dan cahaya matahari
cukup.



Pasti lansia paham
sabt memberi penjelasan,
gunaikan masker, iaga
jarak dan tanggani sterili
serta pakaiannya juga bersih.



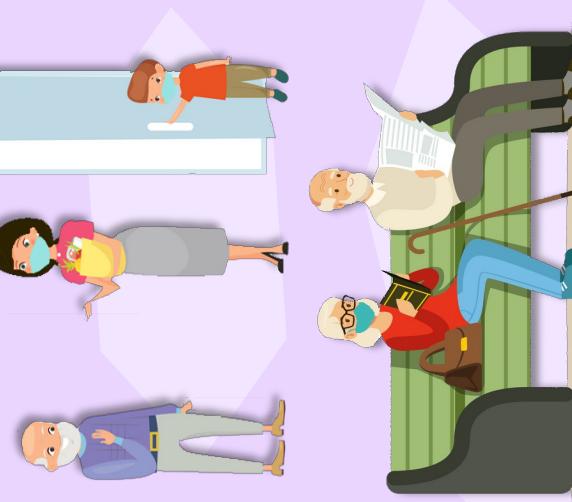
Lansia paling berisiko KEMATIAN akibat COVID-19

Jaga agar LANSIA
terhindar dari COVID-19

Jaga agar LANSIA terhindar dari COVID-19



Lansia paling berisiko KEMATIAN akibat COVID-19



Jauhi keramaian, perkumpulan, kegiatan sosial seperti: arisan, reuni, rekreasii, pergi berbelanja, dll

Anggota keluarga/kerabat/kenalan atau siapapun yang memiliki aktifitas dan berisiko terpapar COVID-19 TIDAK BOLEH mendekati lansia

Hanya orang-orang yang SEHAT dan TIDAK ADA riwayat terpapar dengan lingkungan yang berisiko penularan dapat menemui/mendampingi lansia (menjadi Caregiver)

Hanya saat yang diperlukan anggota keluarga/pengasuh (jumlah terbatas hanya 1-2 orang) setelah cuci tangan dengan sabun, kondisi bersih dan menggunakan masker bisa menemui lansia dengan jarak 1 meter dan waktu secukupnya

Ajak atau anjurkan lansia untuk melakukan kegiatan yang menyenangkan (merawat tanaman di sekitar rumah, membaca, atau aktifitas lain)



**HOTLINE COVID-19 :
119 ext 9**

