

## **GERMAS dan POSBINDU Desa Grogolpenatus**

GROGOLPENATUS - Dalam upaya deteksi dini Penyakit Tidak Menular (PTM), Pemerintah Desa Grogolpenatus mengadakan kegiatan Posbindu dibantu oleh Bidan Desa dan kader kesehatan, Jum'at (17/05/2024). Posbindu (Pos Pembinaan Terpadu) adalah kegiatan monitoring dan deteksi dini faktor risiko penyakit tidak menular (PTM) terintegrasi, serta gangguan akibat kecelakaan dan tindakan kekerasan dalam rumah tangga yang dikelola oleh masyarakat melalui pembinaan terpadu.

Kegiatan yang rutin dilaksanakan setiap bulan ini diawali dengan Kegiatan Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (GERMAS) melalui kegiatan Senam bersama yang dimulai pukul 08.00 wib - 09.00 wib yang di pimpin oleh instruktur senam.

Setelah kegiatan senam, ada beberapa pengecekan kesehatan antara lain :

1. Pengukuran Tinggi badan dan berat badan
2. Pengukuran Tekanan Darah
3. Pemeriksaan laborat (cek gula darah)

Terlihat masyarakat terutama ibu- ibu atau kaum perempuan sangat antusias mengikuti kegiatan posbindu. Dengan adanya kegiatan tersebut diharapkan masyarakat dapat menerapkan pola hidup sehat.