



Gelar Lansia Sehat 2012

Bareng PT Mirota KSM

JOGJA- Kecamatan Gondokusuman bekerja sama dengan HiLab, K24, dan PT. Mirota KSM menggelar acara Gelar Lansia 2012, Minggu kemarin (10/6). Hadir dalam acara tersebut, Wali Kota Jogja Haryadi Suyuti dan diakhir acara fashion show lansia berpasangan dan doorprize.

PT Mirota KSM merupakan perusahaan asli Jogja dan bergerak di industri pengolahan susu. Salah satu produk andalannya adalah susu bubuk PROSTEO tinggi kalsium, rendah lemak.

"Tim Prosteo dari PT Mirota KSM pada acara tersebut ikut mengedukasi para lanjut usia (Lansia) yang ikut acara tersebut. Sehingga, mereka lebih memperhatikan soal kesehatan mereka dengan mengonsumsi makanan yang sarat gizi," kata Vera P. Restiyanni dari PT. Mirota KSM, di sela-sela acara.

Menurut Vera, ini bermanfaat supaya tetap sehat kuat dan semangat di masa tua. Konsumsi makanan dan gizi yang seimbang disarankan bagi para lansia. harapannya, mereka bisa memenuhi kecukupan gizi harian. Yakni dengan mengonsumsi makanan 4 sehat 5 sempurna. Konsumsi minum susu ini penting. Apalagi memasuki usia lanjut masyarakat, dan sering terkena berba-



DOK. PT MIROTA KSM FOR RADAR JOGJA

SEHAT: Acara Gelar Lansia 2012 dihadiri Wali Kota Jogja Haryadi Suyuti.

gai macam penyakit kardiovaskuler dan degenerative.

Karena itu, mereka perlu selektif mengonsumsi susu yang mengandung lemak rendah. Selain risiko penyakit degenerative, seperti jantung koroner, stroke, tekanan darah tinggi, para lansia juga dikhawatirkan dengan penyakit diabetes mellitus.

"Mereka dihibau mengurangi konsumsi gula. Yaitu dengan memilih makanan yang memiliki indeks glikemik rendah," katanya.

Konsumsi susu disarankan, karena dalam susu ada banyak manfaat, mengandung protein hewani dengan susunan asam amino yang paling lengkap dibandingkan protein dari nabati. Edukasi tersebut dilakukan kepada lansia. Meski sudah tua, mereka harus tetap *aware* terhadap kesehatan.

"Caranya dengan berlatih fisik ringan secara rutin. Ini baik bagi kelancaran metabolisme tubuh, di samping konsumsi makanan yang bergizi tinggi," jelasnya.

PT Mirota KSM menjadi salah satu pelopor penghasil produk pangan berkualitas dan memiliki nilai manfaat sebagai *functional food*.

"Komitmen kami sangat tinggi. Terutama dalam pemenuhan gizi masyarakat. Karenanya, kami menghasilkan produk yang berkualitas. Seperti susu bubu PROSTEO," katanya.

Susu Prosteo merupakan susu bubuk skim bebas lemak. Didalamnya terkandung 100 persen kalsium susu. Sehingga lebih mudah diserap tubuh dan tidak memicu pengkapuran yang bisa mengakibatkan osteoarthritis atau nyeri sendi. (adv/hes)

Instansi	Nilai Berita	Sifat	Tindak Lanjut
1. Kecamatan/Kemantren Gondokusuman	Positif	Biasa	Untuk Diketahui

Yogyakarta, 01 Agustus 2026
Kepala

Ig. Trihastono, S.Sos. MM
NIP. 19690723 199603 1 005