



PEMERINTAH KOTA SOLOK
DINAS KESEHATAN KOTA SOLOK
PUSKESMAS KTK

Jln. Pandan PutiKec. LubukSikarah Kota Solok
Email: puskesmas.ktk@solokkota.go.id



Kode pos. 27315

Telp. (0755) 22324

PEDOMAN TEKNIS

**INOVASI“LANSIA BERSOLEK (Bersama Meningkatkan
Kemanadirian Lansia)”**

1. Tim pelaksana inovasi melakukan pendataan lansia untuk inovasi LANSIA BERSOLEK (Bersama Meningkatkan Kemanadirian Lansia)yang ada di puskesmas KTK.
2. Tim pelaksana inovasi menentukan kelompok berdasarkan data pasien lansia di puskesmas KTK.
3. Melakukan sosialisasi pelaksanaan inovasi LANSIA BERSOLEK .
4. Menyelenggarakan kegiatan inovasi **lansia bersolek** di Kelurahan IX Korong
5. setiap kegiatan lansia bersolek meliputi kegiatan :
 - Olah raga (senam atau peregangan sesuai dengan kemampuan fisik lansia)
 - Pemeriksaan kesehatan
 - Edukasi Konsumsi makanan sehat,serta makanan yang harus dihindari Melalui Petugas Gizi
 - Penyuluhan kesehatan berdasarkan masalah kesehatan yg dihadapi lansia

Ditetapkan di Solok
Pada tanggal, Oktober 2025
KEPALA PUSKESMAS KTK,

dr. Yulia Primiyani R.M.Kes
NIP. 19800718 201001 2 015