

**Laporan Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat  
Lifestyle Diseases  
“Pencegahan Penyakit melalui Perilaku Hidup Bersih & Sehat”  
Sabtu, 10 September 2022**

Kegiatan seminar awam ini, merupakan kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM) mandiri. Permintaan PKM ini berdasarkan permohonan dari Paroki Kampung Duri, Gereja Damai Kristus, Jakarta Barat dengan nomor surat 0097/PPG-KPDURI/IX/2022 tertanggal 4 September 2022. Persetujuan kegiatan berdasarkan surat Dekan FK Untar dengan nomor surat 062/PERS/FK-UNTAR/IX/2022 tertanggal 9 September 2022.

Kegiatan dihadiri oleh 15 peserta dari Gereja Damai Kristus. Materi yang diberikan adalah pengantar tentang ada yang dimaksud pola hidup dan hal yang dapat diubah dan tidak dapat diubah. Perubahan gaya hidup yang baik dan tidak baik, serta pemaparan data mengenai penyakit tidak menular. Selanjutnya dipaparkan bagaimana cara-cara mencegah penyakit tidak menular tersebut sejak dini.

Surat permintaan dari Paroki Kampung Duri, Gereja Damai Kristus, Jakarta Barat.



**Panitia Pembangunan Gereja  
Paroki Kampung Duri, Gereja Damai Kristus**  
Jl. Duri Selatan V No.29, Jakarta Barat - 11270  
Hotline PPG : 0813-8739-9810  
Email : ppg.damakristus@gmail.com

No. Surat : 0097/PPG-KPDURI/IX/2022 Jakarta, 4 September 2022  
Lampiran :  
Perihal : **Permohonan Dr. dr. Arlends Chris sebagai Narasumber**

Kepada Yth.  
**Dr. dr. Noer Saelan Tadjudin, Sp.KJ**  
Dekan Fakultas Kedokteran  
Universitas Tarumanagara  
Jakarta.

Dengan hormat,

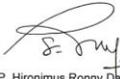
Perkenalkan, kami dari Panitia Pembangunan Gereja Damai Kristus, Paroki Kampung Duri, Jakarta mengadakan kegiatan penggalangan dana dengan berolah raga. Sehubungan dengan itu, kami ingin mengadakan seminar Kesehatan dengan judul Lifestyle Diseases. Oleh karenanya, kami memerlukan seorang narasumber yang handal yang berkaitan dengan judul yang kami pilih.

Bersama surat ini, kami mohon agar Bapak Dr. dr. Noer Saelan Tadjudin, Sp.KJ menyetujui permohonan kami untuk mengijinkan Dr. dr. Arlends Chris, M.Si untuk menjadi narasumber pada seminar tersebut.

Pelaksanaan kegiatan akan dilaksanakan pada :  
Hari, tanggal : Sabtu, 10 September 2022  
Waktu : Pk. 16.00 – pk. 17.30 WIB  
melalui zoom meeting.

Besar harapan kami, Bapak dapat memberikan ijin kepada Staf Pengajar Bapak, untuk berkenan memberikan Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM). Bila ada hal-hal yang ingin ditanyakan dapat menghubungi Ibu Antonia Valentina di no. telp 0512 1938 4148.  
Atas perhatian dan bantuan Bapak Dr. dr. Noer Saelan Tadjudin, Sp.KJ, kami ucapkan terima kasih.

Mengetahui,

  
**P. Hironimus Ronny Darius, S.Pd**  
Pastor Kepala Paroki Kampung Duri  
Gereja Damai Kristus, Jakarta Barat

Hormat kami,

  
**Atanasius Januar Budiman, S.Pd**  
Ketua Panitia Pembangunan Gereja

# Surat persetujuan kegiatan berdasarkan surat Dekan FK Untar



Jakarta, 9 September 2022

Nomor : 062/PERS/FK-UNTAR/IX/2022  
Lampiran : --  
Perihal : Jawaban Permohonan Dr.dr. Arlends Chris, M.Si sebagai Narasumber

Kepada Yth.  
Bapak Atanasius Januar Budiman  
Ketua Panitia Pembangunan Gereja  
Damai Kristus  
Paroki Kampung Duri  
Jakarta

Dengan hormat,

Berdasarkan surat saudara nomor 0097/PPG-KPDURI/IX/2022 tanggal 9 September 2022 perihal Permohonan Dr.dr.Arlends Chris, M.Si sebagai Narasumber, dengan ini diberitahukan bahwa kami dapat memberikan ijin kepada **Dr.dr.Arlends Chris, M.Si.** untuk menjadi narasumber pada seminar kesehatan dengan judul Lifestyle Diseases.

Demikian surat ini kami sampaikan, atas perhatiannya kami ucapkan terima kasih.

DEKAN

  
Dr. dr. Noer Sirehan-Tadjujin, Sp.KJ

Jl. Letjen S. Parman No. 1, Jakarta Barat 11440  
P: 021 - 5695 8744 (Haramai)  
E: haramai@untar.ac.id

#### Sembahan

- Anestesiologi
- Farmakologi dan Riwayat
- Penelitian & Pengabdian Kepada Masyarakat
- Perencanaan Mutu dan Sumber Daya

#### Fakultas

- Ekonomi dan Bisnis
- Hukum
- Tadris
- Kesehatan

- Teknologi Informasi
- Seni Rupa dan Desain
- Ilmu Komunikasi
- Program Pelecatserjana

## Poster Kegiatan



**MILES OF PEACE**

# SABTU SABTU BUGAR

## LIFESTYLE DISEASES

Pencegahan penyakit melalui perilaku hidup bersih dan sehat.

**Sabtu, 10 September 2022**

**Pk. 16.00 - selesai**

**864 6652 4266**  
**Passcode : DAMA1**

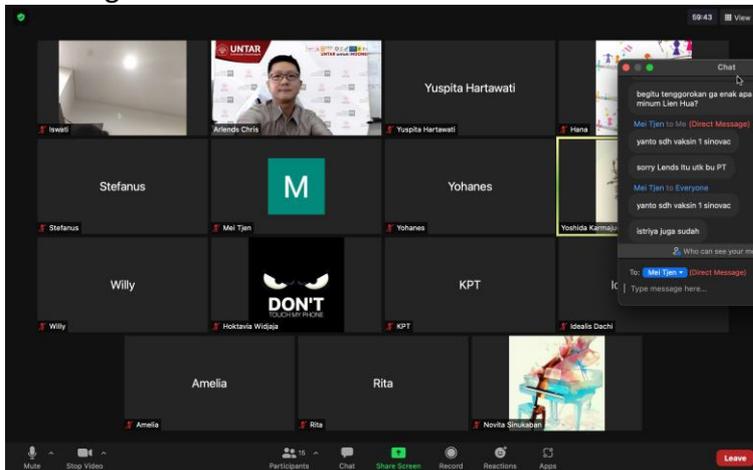
**Dr. dr. Arlends Chris, M.Si.**

**@miles\_of\_peace**      <https://milespeace.aktifin.id>

Sertifikat peserta:



Foto Kegiatan:



Demikian laporan ini dibuat sebagai pertanggungjawaban kegiatan Pengabdian Masyarakat secara mandiri. Semoga semakin banyak kegiatan seperti ini, sehingga membantu secara tidak langsung program Indonesia sehat 2025. Terima kasih.

Jakarta, 26 September 2022

Hormat kami,

Dr. dr. Arlends Chris, M.Si.