

Amalan Keluarga Sihat

Makan secara sihat

Bersenam selalu

Tidak merokok

Mengamalkan kesihatan pergigian yang baik

Mengamalkan kesihatan mental yang baik

Mengamalkan kesihatan reproduktif yang baik

Memastikan rumah yang selamat

Mengamalkan nilai agama dan moral

Memupuk sokongan sosial

