

@UPDATE ON JULY 2021

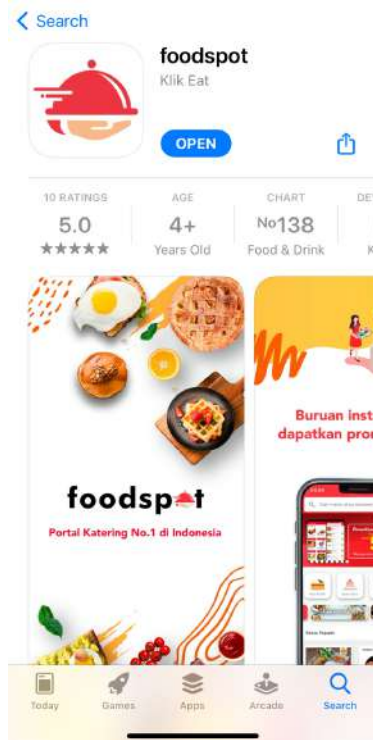
Krisna Sanarta



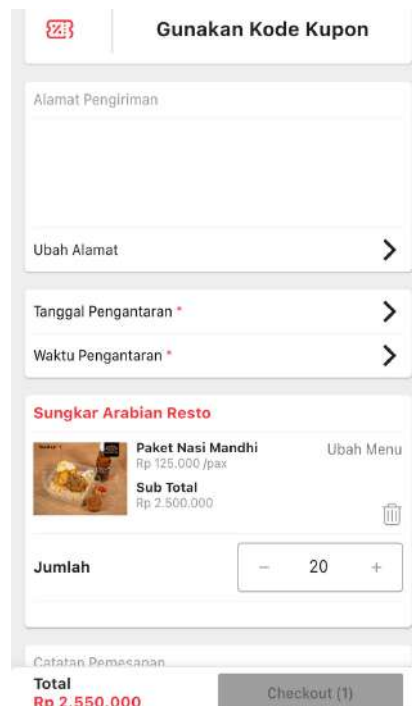
WRITING PORTFOLIO



UX WRITING



WORK ON THE TEXT IN APPLICATION AND WEBSITE USER INTERFACE (UI), SUCH AS BUTTONS, HINTS, POP-UPS, EXPLANATIONS, AND OTHER MESSAGES.



Tips Kesehatan Wanita yang Bisa Dilakukan dengan Mudah

Anda tentu sering mendengar bahwa kesehatan itu mahal harganya, tidak ternilai. Hal tersebut benar adanya, kesehatan adalah hal yang pertama dan paling utama bagi wanita dan siapapun juga. Tubuh yang sehat memungkinkan Anda untuk melakukan banyak aktivitas yang bermanfaat. Bicara soal kesehatan, secara luas, sehat bukan hanya perkara tidak mengidap suatu penyakit tertentu. Sehat berarti kondisi tubuh Anda tetap prima, tanpa suatu kendala. Untuk menjaga kesehatan, pastinya diperlukan tips-tips tertentu. Tips kesehatan wanita yang bisa dilakukan dengan mudah adalah dengan melakukan tiga hal. Pertama, memperbanyak gerak tubuh untuk membakar lemak dan mencegah lemak menutupi peredaran darah. Kedua, menjaga pola makan yang seimbang agar kinerja tubuh semakin maksimal, jika diperlukan, konsumsi multivitamin atau obat-obatan tertentu harus dilakukan dengan teratur. Ketiga, melakukan pemeriksaan rutin agar Anda tahu apa saja permasalahan yang terjadi pada tubuh Anda.

Cara Menjaga Kesehatan Tubuh Wanita untuk Para Wanita Karir

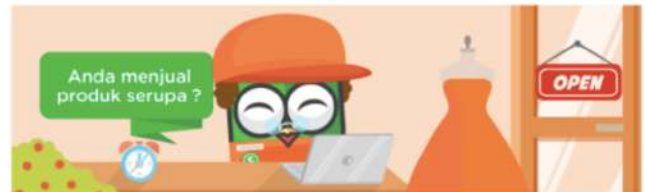
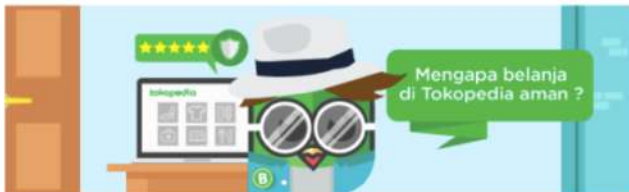
Anda yang bekerja setiap hari tentu lebih rentan terkena banyak penyakit. Hal tersebut disebabkan pola makan yang tidak sehat ataupun masalah kelelahan. Akan tetapi, faktanya, tidak selalu demikian. Meskipun sibuk, Anda tetap bisa hidup sehat dengan cara menjaga kesehatan tubuh wanita yang khusus. Cara menjaga kesehatan tubuh wanita karir yang bisa Anda lakukan adalah sebagai berikut. Pertama, membawa botol minum sendiri. Hal ini bertujuan agar Anda tidak malas minum ketika merasa haus. Zat-zat yang berbahaya bagi tubuh bisa dihilangkan lewat urin. Kedua, menjaga pola makan. Meskipun Anda tidak bisa mengonsumsi makanan rumahan saat sedang bekerja, Anda tetap bisa mengonsumsi buah-buahan juga sayuran seperti salad sepulang kerja. Namun, jika tidak sempat atau tidak suka mengonsumsi sayuran buah, Anda perlu mengonsumsi multivitamin alami. Ketiga, gunakanlah tangga sesering mungkin ketimbang lift. Dengan menggunakan tangga, secara tidak langsung, Anda telah berolahraga dengan teratur.

Perbedaan Antara Kesehatan Tubuh Wanita dan Kesehatan Tubuh Pria

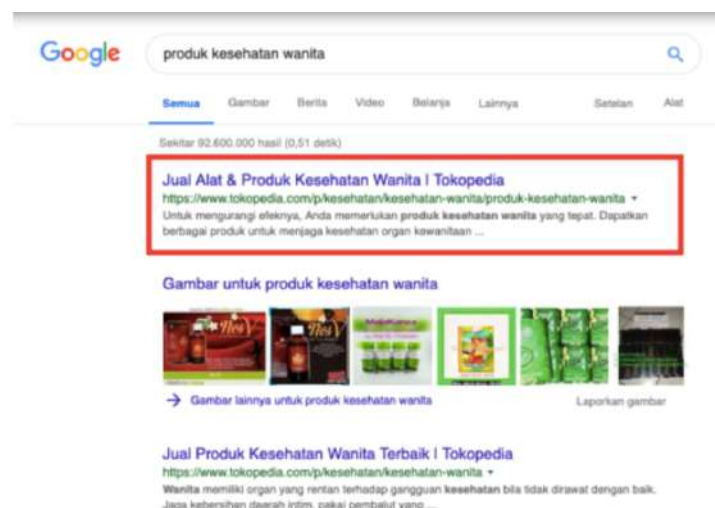
Seperti yang sudah disinggung sebelumnya, kesehatan tubuh wanita dan pria itu berbeda, tidak bisa disamakan. Berdasarkan berbagai pendapat ahli kesehatan dari Australia, perbedaan kesehatan tubuh wanita dan pria itu terbagi atas tiga hal. Pertama, daya tahan tubuh. Tubuh wanita memiliki hormon oestrogen, sedangkan pria testosteron. Hormon oestrogen ini terbukti lebih aktif dan kebal melawan patogen atau virus dan penyakit, sehingga wanita lebih kebal terhadap penyakit daripada pria. Kedua, mekanisme pencernaan. Tubuh wanita memiliki aktivitas otot yang lebih sedikit, sehingga proses pencernaannya terbilang cukup lama. Hal itu pula yang menyebabkan wanita lebih rentan terkena masalah lambung, seperti maag dan gastritis. Ketiga, reaksi terhadap obat-obatan. Berbeda dari pria, ginjal wanita bekerja lebih lambat saat mencerna obat-obatan. Hal tersebut menyebabkan wanita memiliki dosis obat yang lebih rendah daripada pria.

Pentingnya Menjaga Kesehatan Wanita Sejak Usia Muda

Kesehatan berlaku untuk semua orang dari berbagai usia. Penyakit tidak menyerang usia tua ataupun muda, baik anak-anak perempuan, remaja, ataupun wanita dewasa berisiko terkena berbagai penyakit. Salah satu penyebab seseorang terkena penyakit serius adalah ketidakefektifan terhadap penyakit tersebut. Penyakit pada umumnya selalu bisa dicegah dan diobati. Jika Anda mulai menjaga kesehatan sejak usia dini, Anda pasti akan sadar dan peka terhadap apa yang baik bagi tubuh Anda ataupun perbedaan apa yang terjadi pada diri Anda. Mencegah lebih baik daripada mengobati, dan lebih baik menyadari daripada terlambat, bukan? Oleh karena itu, Anda perlu menjaga kesehatan wanita, baik diri sendiri maupun orang lain. Menjaga kesehatan wanita tidaklah susah, Anda bisa mulai dari hal yang sederhana seperti menjaga pola makan, mengonsumsi vitamin dan suplemen alami yang dibutuhkan tubuh, berolahraga, dan melakukan pemeriksaan rutin.



BUILD SEO FRIENDLY COPIES FOR LANDING PAGES; GATHER SOME KEYWORDS ON ONE ARTICLE RELATED TO PAGES FOR GAINING TRAFFIC.



HOME MENU • RESTAURANT CARA PESAN JAMINAN KUALITAS ULASAN FOODSPOT KATALOG
021 2509 1900 0811 9770 050

foodspot
Daftar Masuk

COHIVE DANA DANONE DHL GENERALI

foodspot merupakan portal penyedia jasa untuk berbagai kebutuhan konsumsi Anda, mulai dari nasi kotak, tumpeng, buffet, mini buffet, snack box, coffee break, makanan sehat, hingga catering makanan harian untuk individu dan perusahaan. Kami melayani dan menerima pesanan untuk berbagai menu catering di daerah Jakarta, Tangerang, Depok, Bekasi, Bogor, dan Surabaya.

Kami paham bahwa kualitas dan kuantitas makanan yang disajikan dalam acara Anda, baik rapat (meeting), pesta atau syukuran ulang tahun, pesta pernikahan, seminar, maupun workshop, mencerminkan kepedulian terhadap setiap tamu atau peserta yang hadir. Untuk itu, foodspot dapat diandalkan dalam pemilihan dan pengaturan menu makanan enak sesuai anggaran; Menu hemat yang bercita rasa tinggi dan memuaskan lidah semua undangan, baik teman terdekat, karyawan kantor, hingga peserta seminar atau workshop.

Masakan catering atau catering dapat disajikan dalam dua cara, yaitu nasi kotak dan secara prasmanan (buffet maupun mini buffet). Metode penyajian nasi kotak atau nasi box dinilai lebih praktis saat pembagian dan pengumpulan sisa makanan, baik di jam makan siang ataupun makan malam. Acara yang biasanya menggunakan sajian ini antara lain, seminar, rapat, dan workshop. Berbeda dari nasi box, metode penyajian prasmanan pada umumnya dilakukan di acara yang bersifat perayaan, seperti pernikahan atau ulang tahun. Sajian buffet dinilai lebih fleksibel dalam hal kehadiran para undangan ataupun ketersediaan tempat saat acara. Walaupun ada beberapa acara yang cenderung menerapkan salah satu metode sajian saja, namun hal tersebut tidak menutup kemungkinan adanya pergantian metode. Misalnya saja, penyajian buffet catering atau mini buffet catering diterapkan di acara rapat, seminar, atau workshop.

Selain membantu Anda menentukan menu catering acara dan memilih nasi box yang sesuai, foodspot juga dapat membantu Anda dalam memilih kebutuhan konsumsi lain. Misalnya saja tumpeng untuk acara syukuran, paket makan full day (lengkap dengan snack), hidangan coffee break & snack, catering harian dengan menu catering sehari-hari yang sehat dan lengkap, makanan sehat untuk keluarga Anda dan rekan kerja, serta Japanese bento dengan menu otentik yang variatif.

Baca selengkapnya

foodspot

LOYALTY POINT FAQ ABOUT US f @ in

PARTNERSHIP BLOG TERMS & CONDITIONS

Klik untuk tinggalkan pesan

BUILD SEO FRIENDLY COPIES FOR LANDING PAGES; GATHER SOME KEYWORDS ON ONE ARTICLE RELATED TO PAGES FOR GAINING TRAFFIC.

Google
katering karyawan

Dapur Jakarta Catering
4.8 ★★★★★ (54) - Katering
Kota Jakarta Pusat, Daerah Khusus Ibukota Jakarta · (021) 63869332
Tutup · Buka pukul 07.00 hari Sen
Pesanan antar · Bawa pulang
SITUS RUTE
Lihat semua

www.tokopedia.com › ... › Beras › Beras Putih
Jual Katering Nasi Karyawan - Tangerang - Koleksi Kita 21 ...
Jual Katering Nasi Karyawan dengan harga Rp15.000 dari toko online Koleksi Kita 21, Tangerang. Cari produk Beras Putih lainnya di Tokopedia. Jual beli ...

foodspot.co.id › landing-page › katering-karyawan
Portal Catering dengan Menu Terlengkap - Jakarta - FoodSpot
Sejak 2015 lalu, foodspot telah menyediakan kebutuhan konsumsi para karyawan PT Loreal Indonesia. Kebutuhan konsumsi yang dimaksud meliputi makan ...

pesonakatering.com › katering-perusahaan
Katering Perusahaan | Pesona Katering
Katering Perusahaan Selain Nasi Box/Nasi Kotak, Pesona Katering juga menyediakan layanan menu katering/paket makan siang untuk karyawan perusahaan.

Gambar untuk katering karyawan

10 Hal yang Paling Sering Ditanyakan Tentang Alibaba Group



Selama lebih dari 20 tahun, Alibaba Group telah melahirkan berbagai inovasi dan lini bisnisnya berhasil menjangkau lebih dari 190 negara, sejalan dengan visi dan misi perusahaan. Yuk, kenali lebih dalam tentang Alibaba Group lewat 10 topik yang paling sering ditanyakan tentang Alibaba Group.

Apa itu Alibaba Group?

Alibaba Group merupakan perusahaan teknologi global yang terintegrasi. Alibaba telah bertransformasi dari penyedia platform e-commerce menjadi sebuah ekosistem ekonomi digital yang menyediakan infrastruktur dan jangkauan pemasaran integratif. Tujuannya guna membantu pelaku bisnis agar dapat beroperasi dan menjangkau konsumen dengan lebih mudah dan efisien dengan memanfaatkan kekuatan teknologi.

Mengapa dinamakan Alibaba?

Jack Ma memilih nama ini karena *e-commerce* adalah industri yang sangat global sehingga dibutuhkan nama yang dikenal secara global dan mudah diucapkan oleh siapapun dan dalam bahasa apapun.

Selain itu, terinspirasi dari kisah 1001 malam, Alibaba merepresentasikan "*open sesame*" (ucapan Alibaba untuk membuka pintu gua yang berisi harta karun), bahwa *platform* dan usaha Alibaba membuka pintu kesempatan dan rezeki bagi masyarakat – *wong cilik*, perempuan, kaum disabilitas, usaha skala kecil hingga besar – baik di Tiongkok dan bahkan dunia.

Mengapa Alibaba didirikan? Apa misi dan visinya?

Misi Alibaba adalah untuk memudahkan seluruh masyarakat berbisnis di mana saja di era digital. Para pendiri Alibaba ingin membantu *wong cilik* dengan keyakinan internet bisa memberikan kesempatan yang sama bagi UKM untuk tumbuh dan berkompetisi lebih efektif di ekonomi lokal dan global.

Alibaba tidak mengejar skala dan kekuatan, kami memiliki visi menjadi perusahaan baik yang berkarya selama 102 tahun.

TRANSLATE ALIBABAGROUP BLOGS FROM ENGLISH TO BAHASA INDONESIA. ADDING SOME EXTRA INFORMATION AND MAKE SURE THE ARTICLE IS COHERENT.



TANGGAL PENTING PROMO

BLIBLI 7th ANNIVERSARY

Spek7akuler

TUKAR POIN DESTINASI SPEK7AKULER

11 JULI - 30 SEPTEMBER 2018

Hanya dengan memainkan game-nya, kamu berkesempatan untuk memenangkan liburan gratis ke Seoul, Hongkong, Sydney, Paris, Manchester, Dubai, dan Maldives.

Di promo ini, kamu bisa mendapatkan harga spesial dari setiap brand yang berpartisipasi. Listnya selalu bertambah, jadi cek terus ya!

Spek7akuler BRAND DEALS

11 JULI - 30 SEPTEMBER 2018

Spek7akuler SPECIAL BIG PAY DAY

27 JULI 2018

Promo spesial gaji untuk produk pilihan. Hanya satu hari, lho! Jangan sampai kelewatan, ya!

PESTA 7 HARI 7 MALAM

19 JULI - 25 JULI 2018

Pesta 7 Hari 7 Malam akan mewujudkan impianmu untuk punya barang-barang idaman seharga Rp70.000 dan dapatkan juga cashback 70%-nya!

Dapatkan harga spesial untuk pembelian produk secara grosir! Gunakan kesempatan ini untuk beli keperluan rumahmu, ya!

Spek7akuler GROSIR FAIR

11 JULI - 30 SEPTEMBER 2018

Produk pilihan dari SEMUA KATEGORI bakal didiskon layaknya Bazaar!

Spek7akuler BAZAAR

SEMUA KATEGORI PRODUK

11 JULI - 30 SEPTEMBER 2018

Spek7akuler FLASH SALE

SEMUA KATEGORI PRODUK

11 JULI - 30 SEPTEMBER 2018

7 produk pilihan akan didiskon 70% setiap harinya. Setiap hari produknya berbeda! So, stay tuned ya!

Yuk, langsung cek promo Spek7akuler di #BlibliSekarang!

blibli.li/spektakuler-bbf





LANGKAH MUDAH

BABY PROOFING

SUPAYA SI KECIL SELALU AMAN

BABY PROOFING DI RUANG TAMU

- Gunakan alat penahan pintu agar tangan si kecil nggak terjepit.
- Gunakan penutup stop kontak agar tak terjangkau tangan si kecil.
- Pasang pengaman siku meja agar si kecil nggak terluka ketika berpegangan pada meja dan juga nggak terbentur.

BABY PROOFING DI KAMAR TIDUR

- Pasang safety bed rail setiap kali si kecil tidur.
- Jika si kecil tidur di ranjang, cegah ia terguling dengan meletakkan kasur tebal di lantai.
- Simpan barang pecah belah dalam laci dan lemari yang terkunci.

BABY PROOFING DI DAPUR

- Pasang pembatas tinggi pada pintu dapur agar si kecil nggak masuk tanpa pengawasan.
- Simpan benda tajam dalam laci terkunci.
- Kunci lemari pendingin, kabinet, dan rak lain yang berisi barang berat atau pecah belah.
- Gunakan dispenser dengan pengunci khusus pada air panasnya.

BABY PROOFING DI KAMAR MANDI

- Gunakan matras atau keset anti slip agar si kecil nggak tergelincir.
- Pastikan kursi toilet selalu tertutup dan terkunci.
- Atur penggunaan air panas di bawah 54 derajat Celcius.

Caranya mudah bukan? Yuk, #BlibliSekarang semua perlengkapan baby proofing di sini:

blibli.li/babyproofing-ig



PACK ALL INFORMATIVE LINES FROM VARIOUS SOURCES INTO TIGHT POINTS FOR THE INFOGRAPHIC.



FILL IN THE CONTENTS FOR JD.ID INTERNAL MAGAZINE, SUCH AS TIPS AND TRICKS, JD.ID UPDATES, HOROSCOPE, LIFESTYLE ARTICLES, EMPLOYEE PROFILE, ETC.



COMPILING EDHIE BASKORO YUDHOYONO ACTIVITIES WITHIN A CERTAIN PERIOD, CURATED THEM, AND WRITE THE NEWS BASED ON THE ACTIVITIES. THIS MAGAZINE IS PUBLISHED FOR MPR, DPR, AND DAPIL VII JAWA TIMUR AREA (PACITAN, TRENGGALEK, PONOROGO, MAGETAN, AND NGAWI).



Gadget
Spesifikasi Lengkap dan Harga Samsung Galaxy A51
 Samsung Galaxy A51 menghadirkan fitur-fitur terbaru yang keren.

[Baca](#)



Gaya Hidup
Harga Motor Yamaha Terbaru Berdasar Tipenya, Mana Pilihanmu?
 Motor Yamaha terbukti awet dan tahan lama. Lalu, gimana soal harganya.

[Baca](#)



Gadget
Perbandingan Hp Samsung Galaxy S20 dan S20+ Serta S20 Ultra
 Tiga seri smartphone yang diluncurkan bersamaan, yakni S20, S20+, dan S20 Ultra

[Baca](#)

CREATE VARIOUS SEO ARTICLES FOR HOME CREDIT BASED ON THE MAIN KEYWORDS PREPARED BY HOME CREDIT TEAM.

Gaya Hidup

Harga Motor Yamaha Terbaru Berdasar Tipenya, Mana Pilihanmu?

24 Maret 2020



Hidup di kota besar menuntut semua orang untuk bermobilitas tinggi. Wajar aja, sebab kamu selalu dituntut untuk cepat dalam melakukan sesuatu. Memiliki kemampuan untuk mobilitas tinggi bisa membantumu bergerak ekstra cepat nggak hanya untuk urusan kerjaan. Namun, juga membantumu mengatasi masalah-masalah lainnya, lho. Nah, bicara soal mobilitas tentu nggak bisa lepas dari kendaraan bermotor sebagai alat pendukung. Di antara dua pilihan kendaraan bermotor, yakni roda dua dan empat, kendaraan yang paling pas untuk mendukung mobilitasmu di kota besar adalah sepeda motor.

Mengapa harus motor? Adanya sepeda motor memungkinkan kamu untuk lebih cepat beraktivitas. Masalah macet misalnya. Dengan naik sepeda motor, macek nggak akan lagi jadi hambatan karena kamu bisa menggunakan jalan alternatif yang terbelah kecil atau menyaliip kendaraan beroda empat dari sisi mana pun. Ke mana pun dan kapan pun bukan lagi masalah. Selain macet, motor memungkinkan kamu untuk menembus gang-gang kecil dan nggak memakan banyak tempat. Lahan parkir kecil bukan masalah, nggak akan ada berjambak-jambak terbuang percuma hanya untuk cari parkir. Di pasaran, ada banyak banget merek motor dengan berbagai model, salah satunya merek Yamaha. Kualitas motor Yamaha sudah terkenal sejak lama, sama sekali nggak perlu diragukan. Motor Yamaha terbukti awet dan tahan lama. Lalu, gimana soal harga motor Yamaha terbaru, ya? Apakah sesuai dengan kualitasnya?

Demie Bakmie: Nggak Cuma Sedap, tapi Juga Penuh Inspirasi!

Thu, 11 April 2019 + f t e



Saat pertama kali melangkah ke Demie, mungkin yang terbayang di benak lo adalah restoran ramen khas Jepang. Bayangan itu *nggak* sepenuhnya salah, Urbaners! Soalnya, tata letaknya memang menyerupai restoran khas ramen kebanyakan. Akan tetapi, Demie sebetulnya merupakan restoran bakmie yang menyajikan bakmie *chinese* otentik di Jakarta.

Menjawab Permintaan Bakmie Otentik di Jakarta Selatan



Demie bukan sekadar restoran biasa. Demie adalah jawaban akan kebutuhan anak selatan Jakarta terhadap mie bercita rasa *chinese* otentik; bakmie dengan bumbu sederhana namun kaya rasa. Sebelum Demie ada, Urbaners yang tinggal di daerah Jakarta Selatan pasti harus berkendara cukup jauh, entah ke Kota, Tanjung Duren, atau PIK, untuk menikmati bakmie rasa istimewa.

Kehadiran Demie di Pelapas Dharmawangsa ini memangkas waktu tempuh dan bensin anak Jaksel tiap kali mau makan bakmie enak. *Nggak* hanya itu, Demie juga jadi tempat bersatunya Urbaners yang belum kenal dengan cita rasa bakmie *chinese* otentik itu sendiri.

Bubur Cap Tiger: Nikmatnya Bubur Otentik di Tengah Keriuhan Jakarta Selatan

Tue, 07 May 2019 + f t e



Kalau lagi capek kerja atau beraktivitas, kadang lo males makan di kafe atau resto, tapi justru mencari yang dinamakan *comfort food*. *Comfort food* ini sebutan buat berbagai hidangan sederhana yang sedap dimakan kapan saja dan dimana saja. Hidangannya pun *nggak* aneh-aneh dan memiliki cita rasa yang otentik, seperti semangkuk bubur ayam.

Nah, Urbaners, kali ini ada Bubur Ayam Cap Tiger yang punya menu lengkap buat mengenyangkan perut. Berlokasi di Cikajang, Bubur Cap Tiger menawarkan cita rasa otentik di tengah keriuhan Jakarta Selatan.

**CREATE SEO ARTICLES BY
REVIEWING SOME INSPIRING
PLACES AROUND JAKARTA;
THE STORIES, THE TASTE,
AND THE PURPOSE.**

POPULAR

HOMEARTICLES▼TALENTSEVENTSSERVICESSHOP▼CONTACT

Home · Authors · Posts by Krisna Sanarta

Krisna Sanarta

**351 POSTS****0 COMMENTS**
<http://krisnasanarta.com>
A woman who writes for a living.

**HEALTH**
Alasan Kenapa POple Nggak Perlu Sering Mencuci Celana Jeans
Krisna Sanarta - February 26, 2018 **0**

**GIRLS**
Grup Musik Blackpink Dikenal karena Super Cantik dan Seks! Siapa Saja?
Krisna Sanarta - February 26, 2018 **0**

**NEW GROOVE**
3 Komik yang Membuat Jiwa Pria Bernostalgia!
Krisna Sanarta - February 26, 2018 **0**

**POP NOW**
Kebiasaan yang Harus Kamu Lakukan Apabila Kamu Memelihara Anjing
Krisna Sanarta - February 25, 2018 **0**

CREATE ARTICLES BASED ON VARIOUS TOPICS RELATED TO MEN
WITH A CLICKBAIT TITLE.