

ABSTRAK

Nama : Farida Fitriani

Program Studi : Desain Komunikasi Visual

Judul : Perancangan Infografis Gaya Hidup Sehat ala Vegetarian

Banyak masyarakat yang memiliki gaya hidup kurang sehat. Mereka sibuk akan rutinitas dan pekerjaan sehari-hari sehingga tidak memperhatikan pola makan sehingga menuntut gaya hidup yang serba cepat dan instant. Banyak orang yang baru sadar akan pentingnya menjalankan hidup sehat setelah dirinya mengalami sakit akibat pola hidup yang di jalannya, tentu saja hal ini tidaklah tepat, jauh lebih baik sejak dini menjalankan pola hidup sehat. Banyak yang tidak tahu akan vegetarian yang memiliki manfaat untuk kesehatan. Pola makan vegetarian bukan suatu hal yang aneh lagi, bahkan sudah menjadi trend sebagai gaya hidup sehat. Banyak orang yang menjalani pola hidup vegetarian ini karena alasan untuk kesehatan. Tetapi masih kurangnya media informasi yang memuat tentang vegetarian ini. Maka dapat disimpulkan dengan perancangan infografis gaya hidup sehat ala vegetarian, masyarakat lebih peduli akan kesehatan dimasa sekarang dan dimasa mendatang. Dengan mulai mengurangi mengonsumsi produk hewani dan menjalankan pola makan nabati yang terbaik untuk kesehatan.

Kata Kunci : Gaya hidup, Kesehatan, Vegetarian