



Tingkatkan Kesadaran Hidup Sehat, Dinkes Sulbar Gelar Senam Bersama.

MAMUJU, Terbitsulbar.com – Dinas Kesehatan Provinsi Sulawesi Barat (Sulbar) melaksanakan kegiatan senam bersama yang berlangsung di depan Kantor Dinas Kesehatan Sulbar, Jumat 30 Agustus 2024. Kegiatan ini dihadiri oleh pegawai di lingkup OPD tersebut.

Senam bersama ini merupakan salah satu upaya Dinas Kesehatan untuk meningkatkan kesadaran akan pentingnya hidup sehat melalui aktivitas fisik. Kegiatan ini juga bertujuan untuk mempererat tali silaturahmi antarpegawai, sekaligus menciptakan suasana kerja yang lebih harmonis dan produktif.

Sekretaris Dinas Kesehatan Sulbar, Mahdiana menekankan pentingnya menjaga kesehatan melalui olahraga rutin.

“Senam bersama ini diharapkan bisa menjadi contoh bagi

masyarakat luas bahwa menjaga kesehatan bisa dimulai dengan hal sederhana seperti rutin berolahraga. Mari kita jadikan kegiatan ini sebagai motivasi untuk hidup lebih sehat," ujarnya.

Kegiatan senam ini berlangsung selama satu jam dengan dipandu oleh instruktur senam professional Mimi Paule. Antusiasme peserta terlihat dari semangat mereka mengikuti setiap gerakan senam yang diberikan. Setelah senam selesai, acara dilanjutkan dengan sesi foto bersama.

Acara ini mendapat respon positif dari para peserta yang berharap agar kegiatan serupa dapat rutin diadakan. Menurut salah satu peserta, kegiatan seperti ini sangat bermanfaat, selain menyehatkan juga mempererat kebersamaan.

Dinas Kesehatan Sulbar berkomitmen akan terus mengadakan kegiatan-kegiatan serupa dalam rangka meningkatkan kualitas hidup masyarakat Sulbar melalui pola hidup sehat. (Rls/Ts)