

Senam masal dalam Rangka Peringatan Hari Ibu ke-86 dilaksanakan di Bangsal Wiyotoprojo, Kepatihan, Yogyakarta, Jum'at (21/11) pagi tadi

Senam masal ini melibatkan sekitar 500 peserta yang terdiri dari beberapa komponen organisasi kewanitaan se-DIY.

Dra. Kristiana Swasti, M.Si, Kepala BPPM DIY yang mewakili Gubernur DIY Hamengku Buwono X mengatakan bahwa kesehatan itu mahal harganya. Untuk itu, penerapan pola hidup bersih dan sehat akan jauh lebih murah, kalau dilaksanakan secara konsisten, bahkan menjadi budaya hidup sehari-hari. Banyak pilihan dan cara untuk menjaga tubuh agar tetap sehat. Dari cara yang termurah, sampai dengan yang membutuhkan biaya besar.

Persoalannya adalah, banyak pengalaman menunjukkan, bahwa kita sering lupa ketika kondisi badan masih sehat dan menyesal ketika harus menderita sakit. Lupa pada upaya preventif, namun menyesal karena upaya kuratif mahal biayanya, masih ditambah harus merasakan sakit dan segala dampak negatif yang diakibatkannya. Oleh karena itu, nasehat *?mencegah lebih baik dari pada mengobati?* perlu menjadi kesadaran kita semua lanjut Kristiana.

Diharapkan agar acara ini dapat menjadi momentum untuk memulai berolahraga secara rutin, bagi yang selama ini belum mempunyai kebiasaan berolahraga. Dan bisa menjadi momentum untuk melanjutkan dan meningkatkan semangat berolahraga, bagi yang sudah menjadikan olahraga sebagai bagian hidup sehari-hari.

Sementara itu, Ketua panitia peringatan Hari Ibu 86 Ir. Hj. Asiantini, MM, mengungkapkan tujuan diselenggarakannya senam masal adalah meningkatkan kiprah perempuan dan generasi muda Indonesia dalam berbagai aspek kehidupan. Selain itu sebagai pelestarian budaya bangsa dan Negara guna mencapai tujuan pembangunan nasional. Sehingga senantiasa teringat, melestarikan dan membangkitkan semangat perempuan untuk berjuang dalam dunia kesehatan, pendidikan dan kebudayaan.

Setelah acara senam massal selesai dilanjutkan dengan lomba senam yang diikuti oleh semua peserta senam masal yang berjumlah 12 grup. (tim)