



## BUPATI KOTAWARINGIN BARAT

Pangkalan Bun, 27 Agustus 2020.

K e p a d a

- Yth. 1. Kepala Satuan Organisasi Perangkat Daerah  
(SOPD) Kabupaten Kotawaringin Barat.  
2. Camat se Kotawaringin Barat`  
3. Pimpinan Perusahaan /BUMN/ BUMD  
se Kotawaringin Barat.  
di -

**TEMPAT.**

### **SURAT EDARAN** **NOMOR : 421.6/308/DISPORA**

#### **TENTANG** **HIMBAUAN UNTUK MENGGIATKAN KEMBALI SENAM BERSAMA** **SETIAP HARI JUM'AT PAGI**

Menindaklanjuti surat dari Kementerian Pemuda dan Olahraga RI Nomor S.6.17.1/MENPORA/VI/2020 tanggal 17 Juni 2020 perihal Himbauan untuk menggiatkan kembali senam bersama di setiap hari Jum'at pagi, maka Kepada semua Kepala SOPD , Camat dan pimpinan Perusahaan/BUMN/BUMD dihimbau untuk kembali mengoptimalkan kegiatan Senam bersama yang selama ini dilakukan secara rutin pada hari Jum'at pagi jam 07.00 – 08.00 WIB, dengan pertimbangan :

1. Pada prinsipnya setiap ASN dan karyawan Perusahaan/BUMN/BUMD dituntut untuk menunjukkan kinerja seoptimal mungkin sesuai dengan tugas pokok dan fungsinya masing-masing. Optimalisasi kinerja tersebut hanya dimungkinkan seandainya didukung dengan kondisi fisik dan mental dari seluruh jajaran ASN, dan karyawan secara prima;
2. Dalam kondisi Indonesia masih dilanda COVID-19, maka salah satu persyaratan pencegahannya adalah dengan cara melakukan kegiatan olahraga secara proporsional bagi kepentingan menjaga kebugaran tubuh;
3. Kegiatan senam bersama rutin setiap hari jum'at pagi yang selama ini berlangsung lebih banyak hanya bersifat opsional dan kurang lagi menjadi kewajiban bersama dari setiap lembaga. Sehingga dipandang perlu untuk mengoptimalkan kembali kegiatan senam bersama sesuai kondisi dan *shift* jam kerja masing-masing lembaga dengan tetap menjaga dan melaksanakan protokol kesehatan, yaitu minimal kepada peserta senam bersama untuk

- a. Cuci tangan;
  - b. Diukur suhu badannya sebelum mengikuti senam bersama oleh petugas yang ditunjuk;
  - c. Menggunakan masker;
  - d. Menerapkan *physical distancing*;
4. Tujuan optimalisasi kegiatan senam bersama ini merupakan salah satu bagian dari pelaksanaan Instruksi Presiden No. 1 Tahun 2017 tentang Gerakan Masyarakat Hidup Sehat;

Sehubungan dengan hal tersebut di atas, kami menyampaikan himbauan kepada saudara untuk menggiatkan kembali kegiatan senam bersama dilingkungan kerja masing-masing dan kepada seluruh Camat se Kotawaringin Barat agar melanjutkan himbauan ini ke seluruh Lurah/Kepala Desa di wilayah Kecamatan masing-masing.

Demikian edaran ini kami sampaikan. Atas perhatiannya diucapkan terima kasih.



**BUPATI KOTAWARINGIN BARAT**

**Hj. NURHIDAYAH, S.H.,MH.**

**Tembusan disampaikan kepada Yth. :**

3. Menteri Pemuda dan Olahraga RI  
di – **JAKARTA.**
4. Gubernur Kalimantan Tengah  
di – **PALANGKA RAYA.**