

## Pegawai dan Warga Binaan Lapas Kembangkuning Laksanakan Senam Pagi

Narsono Son - CILACAP.JURNALIS.ID

Nov 4, 2023 - 10:47



*Olahraga Senam Masal di Lembaga Pemasyarakatan Kembangkuning*

CILACAP - Kalapas Kembangkuning, Winarso Bersama Pegawai dan Ratusan Warga Binaan Antusias mengikuti senam masal yang dilaksanakan di Lapangan Sepak Bola Lapas Kembangkuning pada, Sabtu, (04/11/2023).

Kegiatan senam ini merupakan inisiasi dari Kalapas Kembangkuning yakni, Winarso. Hal ini dilaksanakan untuk meningkatkan imunitas dan semangat Warga Binaan dalam menjalani masa pidana di Lapas Kembangkuning.

“Kesehatan Warga Binaan wajib kita upayakan, melalui tindakan preventif seperti kebiasaan berjemur dan senam pagi akan sangat membantu mereka meningkatkan imunitas dan kesehatan mereka,” tutur Winarso.

Aktifitas dengan melibatkan peran warga binaan sangatlah membantu untuk

menurunkan tingkat kejenuhan dan stres. Hal ini tentunya akan berdampak baik pada kesehatan mental dan fisik warga binan.

Diharapkan dengan banyaknya kegiatan positif di Lapas Kembangkuning dapat membantu perbaikan secara psikologis warga binaan untuk mencegah munculnya tindakan pelanggaran.

(Wahyu)