

Petugas dan WBP Lapas Selong, Perkuat Imun dengan Berolahraga dan Minum Jahe Merah

Syafruddin Adi - [LOMBOKTIMUR.KINERJA.CO.ID](https://www.kinerja.co.id)

Feb 23, 2022 - 18:52



Lombok Timur NTB - Pandemi covid-19 varian omicron masih menjadi momok di kehidupan sehari-hari, Kepala Lapas Selong Kanwil Kemenkumham NTB Purniawal mengajak semua jajaran dan WBP untuk tetap berolahraga dan minum jahe merah untuk perkuat imun, rabu (23/02).

Dikonfirmasi di Klinik Pratama Lapas, Hakiki Novianti mengatakan jahe merah memiliki banyak manfaat salah satunya meningkatkan imunitas (daya tahan tubuh) karena mengandung gingerol dan shogaol yang berperan sebagai imunomodulator ungkapnya.

Kegiatan ini diharapkan menjadi ikhtiar Lapas Kelas IIB Selong Kanwil Kemenkumham NTB agar terhindar dari penularan covid-19. "Salam sehat untuk kita semua, mari ciptakan pola hidup yang lebih baik lagi dengan rajin berolahraga, istirahat yang cukup, dan asupan gizi yang baik bagi tubuh," ungkap Purniawal.(Adbravo)