

PEGAWAI DP3AP2KB KABUPATEN LAMANDAU MELAKSANAKAN SENAM BERSAMA

Dalam masa pandemi Covid 19, tentu kita harus melaksanakan protocol kesehatan 4 M guna memutus mata rantai penularannya dengan :

1. Memakai masker;
2. Mencuci tangan dengan sabun;
3. Menjaga jarak;
4. Menghindari kerumunan .

Disamping itu kita harus makan gizi yang seimbang dan guna meningkatkan imun tubuh DP3AP2KB Kabupaten Lamandau melaksanakan ***"Senam Bersama"***
"Dalam tubuh yang sehat terdapat jiwa yang sehat"
"Lamandau JUARA"

