

## HUT Lansia ke-28, Bupati Safaruddin: Usia Bukan Tanda Untuk Berhenti Bersemangat dan Berinovasi

Linda Sari - 50KOTA.JARNAS.CO.ID

Jun 22, 2024 - 21:47



*HUT Lansia ke-28, Bupati Safaruddin: Usia Bukan Tanda Untuk Berhenti Bersemangat dan Berinovasi*

Lima Puluh Kota-- Bupati Lima Puluh Kota Safaruddin Dt.Bandaro Rajo mengatakan, usia bukan tanda untuk berhenti bersemangat dan berinovasi untuk menghasilkan sebuah karya demi generasi selanjutnya. "Dalam hidup dan

kehidupan, tidak perlu merasa tua dan muda. Rasa optimis harus ditanamkan untuk meningkatkan produktifitas dan bisa melahirkan ide untuk generasi mendatang.

Ajarkan generasi muda untuk berkarya tanpa mengenal umur," ucap Bupati dalam penyampaiannya kepada ratusan lansia, dalam kegiatan senam bersama untuk memperingati Hari Lanjut Usia Nasional Tahun 2024 (HLUN), Sabtu (22/06/2024). Dihadiri oleh para lansia dari 13 kecamatan di Lima Puluh Kota, momen perayaan HUT Lansia ke 28 turut dihadiri Kepala Dinas Kesehatan Yulia Masna, Kepala DP2KBP3A Wilda Reflita, Kepala Dinas Pendidikan dan Kebudayaan Afri Efendi, serta sejumlah kepala perangkat daerah lainnya.

Di usia yang tak lagi muda, kata Bupati Safaruddin, bukan berarti harus berhenti beraktivitas. Para lansia masih bisa berkegiatan dan berkreasi sebagaimana mestinya. Seperti senam bersama yang digelar di Taman Rekreasi Lembah Harau, semua lansia berkumpul dan bisa saling bersilaturahmi.

"Meskipun usia tidak muda lagi, namun usia bukan sebagai tanda untuk kita tidak melakukan aktivitas lagi. Tapi tetap melakukan kreativitas dan juga perlu dirawat dengan baik. Seperti hari ini kita olahraga bersama sekaligus bersilaturahmi," sambungnya.

Ia berharap, peringatan HLUN ke 28 bisa dimaknai dengan semangat seperti tema tahun ini, yaitu Lansia Terawat Indonesia Bermartabat. Sejalan dengan tema tersebut, peringatan HLUN Lima Puluh Kota 2024 diisi dengan senam bersama dan melakukan kegiatan menarik lainnya. "Kegiatan ini diharapkan bisa memotivasi generasi muda agar lebih bersemangat dan berusaha dalam hal apapun, seperti para lansia yang mengikuti senam dan datang dari berbagai nagari," Bupati Safaruddin.

Bupati turut menghimbau para Lansia untuk rutin memeriksakan kesehatannya ke fasilitas kesehatan terdekat di kediamannya agar mencegah terjadinya berbagai macam penyakit yang mendera mereka. (\*\*).