



BADAN NARKOTIKA NASIONAL REPUBLIK INDONESIA (NATIONAL NARCOTICS BOARD REPUBLIC OF INDONESIA)

Jl. MT. Haryono No. 11 Cawang Jakarta Timur

Telepon : (62-21) 80871566, 80871567

Faximili : (62-21) 80885225, 80871591, 80871592, 80871593

e-mail : info@bnn.go.id website : www.bnn.go.id

Yang Terhormat:

1. Sekretaris Utama BNN;
2. Inspektur Utama BNN;
3. Para Deputi BNN;
4. Para Inspektur Utama BNN;
5. Para Direktur BNN;
6. Para Karo Settama BNN;
7. Para Kepala Pusat BNN;
8. Para Kepala BNN Provinsi;
9. Kepala Balai Besar Rehabilitasi BNN;
10. Para Kepala BNN Kabupaten/ Kota;
11. Para Kepala Loka Rehabilitasi BNN.

SURAT EDARAN

NOMOR: SE/35/V/KA/KP.10/2019/BNN

TENTANG

GERAKAN MASYARAKAT HIDUP SEHAT DI LINGKUNGAN BADAN NARKOTIKA NASIONAL

1. Rujukan:
 - a. Undang-Undang Nomor 5 Tahun 2014 tentang Aparatur Sipil Negara;
 - b. Instruksi Presiden Nomor 1 Tahun 2017 tentang Gerakan Masyarakat Hidup Sehat;
 - c. Peraturan Menteri Perencanaan Pembangunan Nasional/ Kepala Badan Perencanaan Pembangunan Nasional Republik Indonesia Nomor 11 tentang Pedoman Pelaksanaan Gerakan Masyarakat Hidup Sehat;
 - d. Peraturan Kepala Badan Narkotika Nasional Republik Indonesia Nomor 12 Tahun 2018 tentang Pedoman Nilai-Nilai Organisasi Dalam Pengembangan Budaya Kerja;
 - e. Peraturan Badan Narkotika Nasional Nomor 3 Tahun 2019 tentang Organisasi dan Tata Kerja Badan Narkotika Nasional.
 - f. Peraturan Badan Narkotika Nasional Nomor 23 Tahun 2017 tentang Perubahan Kelima Atas Peraturan Kepala Badan Narkotika Nasional Nomor 3 Tahun 2015 tentang Organisasi dan Tata Kerja Badan Narkotika Nasional Provinsi dan Badan Narkotika Nasional Kabupaten/Kota.

/g. Surat

g. Surat Sekretaris Kementerian PPN/Sekretaris Utama Bappenas Nomor: 11502/Ses/12/2017 tanggal 7 Desember 2017 Perihal Undangan Sosialisasi Gerakan Masyarakat Hidup Sehat.

2. Sehubungan dengan rujukan tersebut di atas, disampaikan bahwa dalam rangka Gerakan Masyarakat Hidup Sehat di lingkungan Badan Narkotika Nasional dihimbau kepada seluruh pegawai di lingkungan BNN agar melaksanakan program Gerakan Masyarakat Hidup Sehat sebagai berikut:
 - a. Menciptakan lingkungan Badan Narkotika Nasional sebagai kawasan bebas asap rokok;
 - b. Melaksanakan Olah Raga bersama wajib setiap hari Jumát selama 1 (satu) sampai dengan 2 (dua) jam sebelum melakukan kegiatan seperti biasa.
 - c. Melakukan peregangan otot (*stretching*) pada Pukul 10.00 dan Pukul 15.00 waktu setempat selama 5 s.d. 10 menit/hari.
 - d. Dihimbau dalam rangka asupan sehat, menu snack sebelum jam 12.00 dalam kegiatan tidak dalam bentuk karbohidrat tetapi yang mengandung banyak serat seperti buah-buahan, atau rebus-rebusan. Dan menu makanannya harus memenuhi semua unsur empat sehat lima sempurna;
 - e. Untuk konsumsi disajikan secara prasmanan, pengaturan sajian makan dengan urutan : buah-buahan, sayuran, lauk-pauk dan terakhir nasi.
 - f. Disarankan melakukan kegiatan cek kesehatan pegawai setiap 3 (tiga) bulan berupa tensi tekanan darah, pengukuran lingkar pinggang, tinggi badan dan berat badan, serta cek laboratorium yang meliputi : gula darah, asam urat dan kolestrol (biaya ditanggung pribadi)
 - g. Mengurangi bungkus kemasan konsumsi (plastik/kardus) untuk kegiatan rapat. Konsumsi bisa disajikan pada piring penyajian, untuk air mineral gelas/botol bisa menggunakan dispenser dengan menggunakan tempat minum masing-masing pegawai (botol minum/gelas)
3. Demikian untuk dipedomani dan dilaksanakan.

Ditetapkan di Jakarta
 Pada tanggal : Mei 2019

KEPALA BADAN NARKOTIKA NASIONAL
Drs. HERU WINARKO, S.H.