



Indonesia

INTERNATIONAL MEDIA,

Lions Club Bandung Liberty dan Bandung Cemerlang Bersama e-Labs Telkomedika Gelar Medical Check Up Terjangkau



Lai Ai Ling

bongan pertama warga yang datang untuk melakukan tes darah.

Dari pendaftaran diri, pengambilan nomor hingga pengecekan darah semuanya dibantu oleh anggota Lions Club. Karena masih dalam masa epidemi, hanya melayani 120 orang perhari, 20 orang per jam.

Dan saat mendaftarkan diri warga telah memperoleh waktu yang dijadwalkan dan diper-

intahkan datang tepat waktu. Ini untuk mentaati protokol kesehatan dan mengatur waktu untuk tidak menimbulkan kerumunan.

Selain itu juga harus mengenakan masker untuk mengurangi resiko terinfeksi.

Kegiatan yang berlangsung setiap hari diatur dengan sangat baik. Sehingga kegiatan pengecekan darah berjalan lancar, tertib dan sukses. Hingga hari terakhir sebanyak

720 orang telah menjalani pengecekan darah.

Ketua Lions Club 307 B2/1 Lai Ai Ling menjelaskan orang jaman sekarang ini sering sakit karena faktor pola makan, makanan yang dikonsumsi serta polusi udara yang mencemari lingkungan dan lainnya.

Terutama kolesterol, gula darah, tekanan darah dan lainnya akan tinggi dan mereka harus sering melakukan cek

darah. Tapi biaya cek darah tidak murah.

"Oleh karena itu, kami Lions Club merasa dapat membantu orang lain dengan memberikan pengecekan darah dengan harga yang wajar. Hal ini sejalan dengan visi misi Lions Club untuk melayani masyarakat dan membantu warga kurang mampu. Karena itu, kami dapat bekerja sama dengan laboratorium untuk menyelenggarakan kegiatan

pengecekan darah harga murah atau bahkan setengah harga dua kali dalam setahun untuk membantu lebih banyak orang," ujar Lai Ai Ling.

Mengingat pandemi Covid-19 masih berlangsung, demi keselamatan semua orang maka aturan protokol kesehatan harus dipatuhi. Warga yang mengecek darah melakukan pendaftaran dan pembayaran secara online.

Dan hasil tes juga dikir-



Lanny Halim

BANDUNG (IM) - Lions Club Bandung Liberty dan Lions Club Bandung Cemerlang bekerjasama dengan e-Labs Telkomedika menggelar kegiatan sosial dari 6 sampai 11 Desember 2021.

Dalam kegiatan yang berlangsung 7 hari itu diberikan potongan harga bagi warga yang ingin melakukan check darah serta vaksin flu biasa.

Pukul 6 pagi itu, Ketua Lions Club Bandung Liberty Lanny Halim dan anggota Lions Club satu persatu berdatangan ke laboratorium melakukan berbagai persiapan guna melayani rom-



Anggota Lions Club berfoto bersama di lokasi rapat.

inkan ke ponsel atau email masing-masing. Ini juga mengurangi resiko orang untuk keluar rumah.

Dia mengatakan Persatuan Tunanetra Indonesia (Pertuni) Jawa Barat tanggal 10 Desember sedang menyelenggarakan Rakerda ke VII di Lembang. Kami Lions Club menyumbangkan 120 kotak makan siang kepada mereka dan anggota Pertuni.

Ini adalah kegiatan yang dilakukan Lions Club pada hari yang sama.

Namun diharapkan dapat membantu mereka yang membutuhkan. • idn/din



Anggota Lions Club tiba di lokasi rapat.



Anggota Lions Club berfoto bersama.



Loket pendaftaran pengecekan darah.

PBM Universitas Maranatha Bandung Adakan Seminar Akademik *Introduction to China High-Speed Railway Bridge Technology*

BANDUNG (IM) - PBM (Pusat Bahasa Mandarin) Universitas Maranatha Bandung dan Prodi Teknik Sipil Universitas Kristen Maranatha Sabtu (11/12) lalu menyelenggarakan Seminar Akademik "Introduction to China High-Speed Railway Bridge Technology".

Seminar yang dipandu oleh Sekjen Universitas Maranatha Robby Yussac Tallar ini menghadirkan pembicara Associate Professor of Shijiazhuang Tiedao University Chen Wei.

Sebanyak 263 dosen dan mahasiswa Universitas Maranatha Bandung dan masyarakat luas Indonesia mengikuti seminar tersebut.

Associate Professor Chen Wei menjelaskan mengenai konstruksi jembatan kereta cepat yang ternama di Tiongkok. Juga menjelaskan metode konstruksi dan inovasi teknologi jembatan kereta cepat serta menganalisis

prospek teknis jembatan kereta cepat.

Peserta seminar menuliskan pertanyaan mereka di zoom chat box pemandu acara sesi tanya jawab Robby Yussac Tallar. Robby Yussac Tallar lalu

mewakili peserta mengajukan pertanyaan kepada Associate Professor Chen Wei.

Setelah itu, Associate Professor Chen Wei menjawab pertanyaan semua orang dengan sabar.

Robby Yussac Tallar mengatakan bahwa teknologi jembatan kereta cepat Tiongkok semakin matang. Dan diharapkan kelak teknologi jembatan kereta cepat Indonesia dapat berkembang secepat Tiongkok

sekaligus meningkat ke tingkat yang lebih tinggi.

Di bawah kepemimpinan Associate Professor Chen Wei, kuliah akademik Tiongkok ini memungkinkan dosen, mahasiswa dan masyarakat

Indonesia memahami sejarah perkembangan jembatan kereta cepat di Tiongkok sekaligus merasakan persona jembatan kereta cepat yang tiada tara tersebut.

Rangkaian kegiatan Seminar

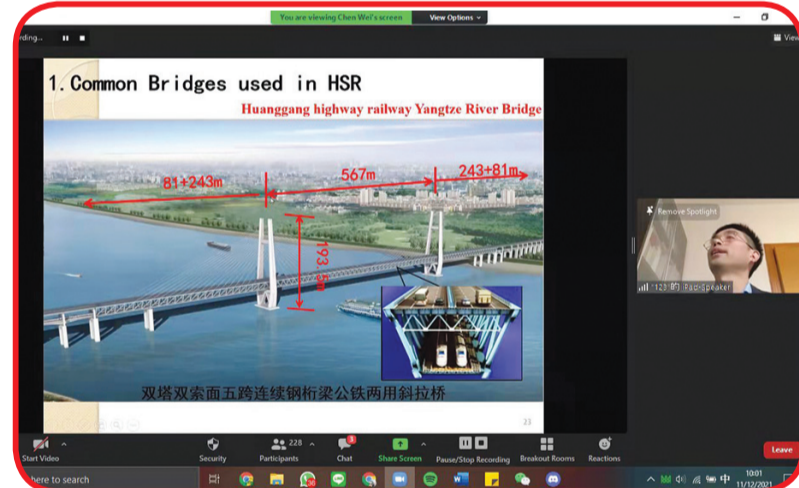
Akademik Tiongkok yang diselenggarakan PBM Universitas Maranatha terutama ditujukan untuk para sarjana dan peneliti di Tiongkok dan Indonesia.

Sekaligus menjelaskan perkembangan kemajuan sosial serta capaian inovasi teknologi Tiongkok saat ini. Termasuk topik menarik akademisi Tiongkok yang meneliti Indonesia, menonjolkan sisi akademik dan professional serta mendorong studi nasional dan saling belajar peradaban.

Chen Wei Associate Professor of Shijiazhuang Tiedao University dengan lebih dari sepuluh topik penelitian ilmiah, lebih dari sepuluh makalah, 5 paten, dan pemenang pertama untuk kemajuan sains dan teknologi dari China Railway Construction Corporation serta dua kali pemenang pertama dalam kompetisi mengajar guru muda Shijiazhuang Tiedao University. • idn/din



Peserta Seminar Akademik "Introduction to China High-Speed Railway Bridge Technology".



Gambar Cable-stayed bridge.

Sahabat Basketball Club Gelar Pertandingan Persahabatan Akhir Tahun 2021

JAKARTA (IM) - Sahabat Basketball Club Jakarta, Minggu (12/12) lalu menyelenggarakan pertandingan persahabatan akhir tahun 2021 di lapangan basket baru mereka di Jalan Pluit Karang Asri RW.013 Muara Karang Blok 10, Jakarta Utara.

Pertandingan dibagi menjadi tiga kelompok umur, yaitu 56 tahun ke atas, 41 hingga 55 tahun dan di bawah 40 tahun.

Para peserta yang berpartisipasi mengedepankan semangat olahraga "Persahabatan yang utama, Pertandingan yang kedua".

Hadir dalam pertandingan

tersebut Ketua Dewan Pembina Sahabat Basketball Club Jakarta Chen An Le (Penanggung jawab Lapangan Basket Sahabat), Shao De Xian (Mantan Ketua), Lin Jun Zhu (Mantan Wakil Ketua), Chen Jie Xiong, You Bao Qiang, Ketua Dewan Penasihat Gani Suwondo Lie, Ketua Umum Hong Zu Bin, Wakil Ketua Chen Fu Li, Ketua Harian Hong De Ming, Wakil Ketua Harian Ke Yi Qiu, Humas Hong Jin Fa dan Xu De Xiang.

Menurut Hong Deming, pertandingan persahabatan ini merupakan kegiatan humas akhir tahun yang diseleng-

garakan secara berkala oleh Sahabat Basketball Club setiap tahunnya.

Acara tersebut ditunda penyelenggaraannya tahun lalu karena terdampak pandemi

Covid-19. Motto Sahabat Basketball Club "Berolahraga Dengan

Gembira, Pertandingan Yang Beradab, Tubuh Yang Sehat serta Meningkatkan Persahabatan." Visi misi kita semua yaitu "Persahabatan yang utama, Pertandingan yang kedua".

Melalui pertandingan ini, diharapkan kita dapat lebih meningkatkan saling komunikasi serta meningkatkan semangat kerja sama dan semangat tim.

Chen An Le menyatakan Sahabat Basketball Club Jakarta setiap akhir tahun menyelenggarakan pertandingan persahabatan untuk mempererat hubungan antar seluruh, meningkatkan persahabatan

antar anggota tim, mengembangkan semangat olahraga dan bersama-sama mencapai tujuan menguatkan tubuh.

Selain itu, Chen An Le juga menggunakan kesempatan ini untuk menyatakan terima kasih yang tulus atas dukungan penuh dan tanpa pamrih yang diberikan warga kawasan Bagan Siapi-api atas pembangunan lapangan basket yang baru dibangun ini.

Sahabat Basketball Club Jakarta rutin mengadakan latihan setiap hari Selasa, Kamis dan Minggu dari pukul 07.00 hingga 10.00 pagi. Dan setiap Jumat malam pukul 20.00 hingga 22.00. • idn/din



Anggota tim berusia di atas 56 tahun berfoto bersama dengan pengurus Sahabat Basketball Club.



Anggota tim berusia di bawah 40 tahun berfoto bersama dengan pengurus Sahabat Basketball Club.



Anggota tim usia 41 hingga 55 tahun berfoto bersama dengan pengurus Sahabat Basketball Club.

Perhimpunan Marga Huang Jakarta Bersama Andrie Wongso Adakan Pelatihan Senam AW 3S



Anggota Perhimpunan Marga Huang Jakarta berfoto bersama.



Master Andrie Wongso dan Untung K Wijaya memotong kue ulang tahun bersama tokoh lainnya.

JAKARTA (IM) - Penasihat Perhimpunan Marga Huang Jakarta sekaligus Motivator Nomor Satu Indonesia dan Pencipta Senam AW 3S, Andrie Wongso, Minggu (12/12) mengajarkan Senam AW 3S Baru, di Sekretariat Perhimpunan Marga Huang Jakarta.

Anggota Perhimpunan Marga Huang Jakarta yang cinta kesehatan sekaligus olahraga semuanya datang ke Aula Sekretariat Perhimpunan Marga Huang Jakarta untuk berlatih senam tersebut.

Hari itu juga bertepatan dengan hari ulang tahun Master Andrie Wongso ke-67.

Lebih dari 20 orang anggota kelompok senam termasuk Sekjen Perhimpunan Marga Huang Jakarta Untung K Wijaya, Ketua Kelompok Senam Jiang Ji Shan dan Ny

Andrie Wongso serta anggota kelompok lainnya hadir dan mengadakan perayaan ulang tahun sederhana untuk Andrie Wongso.

Asal mula Andrie Wongso menemukan Senam Sehat Semangat Senang (S3) saat dia sering keluar rumah untuk melakukan kegiatan.

Dia mendapati sendi kakinya tidak fleksibel. Master Andrie Wongso adalah penggemar olahrag bulu tangkis, meskipun sering diganggu oleh nyeri tempurung lutut, namun semangatnya tidak berkurang.

Sekitar tahun 2013, penyakit itu akhirnya mempengaruhi kehidupan dan pekerjaannya. Bahkan saat itu untuk duduk dan berdiri juga menyakitkan.

Andrie pergi ke rumah sakit untuk rontgen dan berkonsultasi dengan empat atau lima dokter.

Mereka semua mengatakan bantalan lutut saya tipis dan harus operasi. Tak percaya akan pernyataan para dokter yang menyarankan operasi, Andrie pun melanjutkan upaya pemeriksaan ke luar negeri. Beberapa negara yang dikunjunginya untuk berobat lutut adalah Singapura dan Malaysia. Namun hasilnya nihil, Andrie malah dinyatakan harus mengganti tempurung lututnya.

Kala itu selama berlatih wushu di rumah, dia terus berlatih dengan diiringi alunan musik. Dia merasa santai dan rileks sekaligus menyesuaikan kondisi tubuhnya. Seperti yang diketahui semua orang, munculnya senam AW S3 tidak disengaja dan hasilnya lutut Andrie Wongso sembuh tanpa harus menjalani operasi. Bahkan dokter yang pernah merawatnya pun bingung.

Senam AW 3S akronim dari namanya Andrie Wongso (AW) sedangkan 3S singkatan Sehat, Semangat dan Senang. Senam ini telah menyelamatkan banyak orang.

Pasien yang akan menjalani operasi setelah mempelajari senam AW 3S ini memperoleh hasil yang diluar dugaan.

Senam AW 3S bertujuan untuk pencegahan dan penyembuhan sakit lutut, pencegahan osteoporosis dan pengapuran tulang. Serta memelihara kesehatan fisik yang prima. Gerakannya praktis dan sederhana. Juga bermanfaat bagi semua kalangan, baik anak-anak, muda-mudi, dewasa dan lansia.

Dia mengatakan warga paruh baya atau lanjut usia yang mulai menua atau kehilangan massa tulangnya jika mereka berlatih senam AW 3S ini, maka

mereka dapat menunda penuaan tulang. Bahkan memperbaiki atau meredakan nyeri sendi bahkan menyembuhkannya.

Andrie Wongso menekankan tahun 2019, seorang mahasiswa Universitas Diponegoro Jawa Tengah menggunakan AW 3S sebagai topik tesis master.

Dia meminta pihak luar untuk memverifikasi efek latihan ini. Semisal reaksi sendi tubuh dan hasilnya bagus. Diakui oleh pihak universitas juga menjadi salah satu program olahraga universitas.

Di kota dan kabupaten di Bali, rangkaian senam ini telah menyebar ke masyarakat umum. Beberapa orang juga berlatih sendiri melalui program Youtube dan video Instagram.

Dia mengatakan cita-citanya adalah menyarankan kepada

Presiden Joko Widodo bahwa senam ini harus dipopulerkan ke seluruh tanah air agar semua orang bisa berolahraga, karena negara kuat karena rakyatnya sehat.

"Mimpi saya adalah membawa senam AW 3S ke dunia, dan saya juga bersiap untuk merekam video dalam bahasa Korea dan Jepang untuk mewujudkan "impian dunia" saya," ujar Andrie Wongso.

Jiang Ji Shan mengatakan senam AW 3S memiliki 16 tempat latihan di Jakarta. Ada hampir 100 orang anggota tim yang berlatih di sini sebelum pandemi. Karena terdampak pandemic Covid-19, jumlahnya berkurang banyak.

"Saya juga berterima kasih kepada rekan satu tim yang baik hati karena membawa makanan dan lainnya untuk merayakan ulang tahun Master

Andrie Wongso. Saya berharap semoga Master Andrie Wongso panjang umur serta memberikan kontribusi positif dan optimis sekaligus berkontribusi untuk kesehatan masyarakat Indonesia," ujarnya.

Untung K Wijaya menyatakan senam AW S3 akan diselenggarakan di kantor sekretariat Perhimpunan Marga Huang Jakarta pada Jumat 9 Januari 2022 pukul 15.00 mendatang.

Dan kegiatan tersebut diselenggarakan dengan menaati protokol kesehatan yang berlaku. "Jika Anda berminat untuk ikut serta maka kami persilahkan. Kami juga terlebih lagi menyambut anggota keluarga Marga Huang untuk berpartisipasi aktif dalam kegiatan ini. Berolahraga serta meningkatkan kesehatan Anda," ujar

Untung K Wijaya. • jhk/din



Master Andrie Wongso memperagakan senam AW 3S.



KI-KA: Jiang Ji Shan, Master Andrie Wongso dan Untung K Wijaya.



Suasana latihan senam AW 3S.



Pdt. Jason Budiprasetya.

Puisi tentang sebuah kisah anak manusia. Dikemas apik dalam sebuah lagu "Mengejar matahari".

Secara eksplisit special performance ini mengarahkan imajinasi kehadiran "Anak Manusia" yang lahir dalam bayi Yesus dalam kehadiranNya bagi kisah keselamatan

sepenuhnya dalam Kristus Yesus adalah alasan terbesar mengapa Allah menjadi manusia, dan mengapa manusia berdosa harus menerimanya.

Lagu Gloria in excelsis Deo, The Goodnes of God, Way Maker, mengantar kita dalam Christmas event ini bahwa semua yang sudah kita

Aladin: jin lebih menarik dari Tuhan.

Krn kapanpun bisa menu-ruti apa yg kita mau. Tidak menolak perintah. Sementara Tuhan tidak kasih semuanya yang kita inginkan. Tapi Tuhan ini yang penting: Tuhan akan temani kita dalam semua kondisi kehidupan sekarang,

semua menolaknya. Tetapi, Allah memberi "Space/Ruang" bagi manusia berdosanya yang menolaknya.

Apa yang Yesus lakukan? Markus 10:17-22 Pemuda kaya datang pada Yesus. Bagaimana cara untuk dapat hidup kekal? Follow Me (Jesus). Tuhan beri "space"

Tuhan Yesus mengajak orang ikut Dia tanpa paksaan. Mat 28:19

Ajak orang ikut Yesus tanpa paksaan karena setiap orang ingin tahu sesuatu ttg Tuhan.

Pesan God gives US space. Because each of us got our on pace.



Pdt. Siswo.

Christmas at The City Light



Foto bersama Hamba Tuhan dan Pelayan Tuhan.



Foto bersama Bro Jason dan Sos Inge setelah selesai ibadah Natal The City Light.

JAKARTA (IM) - Berempat di Gedung OT- Ahava Hall, Jalan Lingkar Luar Barat kav. 35-36 Rawa Buaya, Cengkareng, Jakarta Barat, Minggu (12/12) berlangsung Christmas at The City Light.

Dua games menarik dari Joshua dan Marcell mengawali momen Christmas Service.

Games Edukasi Lego menjelaskan pada audience bahwa tiap orang punya gambaran tentang sesuatu dan berbeda dalam perspektif.

Di games kedua, audience disuguhkan diajak utk bereksperimen tentang frekuensi, lewat permainan uang. Pelajaran bagus games ini menjelaskan bahwa "Pikiran positif atau negatif bs menular ke orang lain". Wow... Menarik sekali. Dan aplikatif.

Special event dimeriahkan Gabby Marathon dengan song "This Christmas". Dibarengi

manusia berdosa. Singing by The City Light band dalam balutan vokal apik Cindy, Sierra, Sarah, dan Gaby. Mengajak kita tidak hanya sekedar ber-euforia dalam merayakan Natal.

Sementara menyanyi dan menyembah, kita sadar akan Anugerah dan Kebenaran

alami hingga hari ini adalah karena kebaikan Tuhan. Tuhan tidak pernah meninggalkan bahkan memberikan harapan. Jalan terbuka selama kita mempercayai Tuhan.

Khotbah: Go Further Than Too Far
Diawali dari sinopsis film

dan selamanya.

Dan ini alasan terbesar kenapa Allah jadi manusia. Teolog Scholes, menjelaskan tujuan Allah jadi manusia bukan menebus manusia berdosa tapi berelasi dengan manusia secara intim dan transparan.

Apakah inisiatif mulia Allah diterima manusia? Hampir

untuk pemuda kaya yang menolak undangan Tuhan.

Lukas 9:53-55 Untuk orang yang sok rohani, yang tidak suka gereja, Tuhan juga beri space. Matius 13:24-30 Tuhan beri space bagi "lalang" untuk jadi "gandum" Yohanes 6:60-69

To face our future Anugerah: I'll love you no matter what Kebenaran: I'll be honest with you no matter what.

Tuhan ajak orang berdosa untuk berelasi denganNya tanpa paksaan. Kalau kita mau Tuhan memberikan sesuatu yg baru, tinggalkan yg lama.

Change of Pace+change of space= change of perspective You change Your space, dan Anda akan dapat pengalaman yang baru.

Bagi Kristen: Beri ruang bagi orang lain. Karena tiap orang ingin tahu sesuatu tentang Tuhan.

Bagi yang merasa Tuhan tidak hadir: Kerinduan Anda pada Tuhan adalah bukti terbaik bahwa Tuhan pernah dalam hidup Anda.

Kalau tidak pernah ada pengalaman kehadiran maka tidak pernah ada pengalaman kehilangan.

Tuhan tidak pernah memaksa manusia berdosa untuk berelasi dengan Allah.

Tapi Tuhan memberi ruang bagi manusia untuk mengalami dan menikmati sesuatu tentang Tuhan dalam Anugerah dan Kebenaran sepenuhnya. • siebie/frankie yakop.



Pujian - pujian dari The City Light.



Permainan kuis.