

ISSN 1410-1386, Edisi ke-159, Apr 2026 - Jun 2026

WULAN

WARGA USIA LANJUT
Paguyuban Dharma Wulan

MUNAS XIV PDW Momentum Penguatan Visi



HUT KE-30 PAGUYUBAN DHARMA WULAN

Special
WULAN
Discount

Your Active Ageing Solution



THE VILLAS
RUKUN SENIOR LIVING

Kompleks hunian villa khusus senior untuk menunjang gaya hidup yang dinamis.



RUKUN
SENIOR RESORT

Senior resort dengan fasilitas dan layanan lengkap untuk berlibur atau menetap jangka panjang.



RUKUN
PHYSIO WELLNESS

Program kebugaran khusus senior, di gym dan di kolam renang.



RUKUN
SENIOR CLUB

Ragam opsi kegiatan untuk mengoptimalkan keseharian yang aktif.

Satu-satunya kawasan dengan ragam akomodasi dan layanan yang terintegrasi untuk menunjang setiap fase kehidupan senior.



0812 9871 4339

www.rukunseniorliving.com

Kawasan Darmawan Park, Jl. Babakan Madang No. 99, Sentul-Bogor 16810



Dari Redaksi



Redaksi Majalah Wulan

Penerbit :
Yayasan Dharma Wulan

Pemimpin Umum :
Ivonne Aryanti

Wakil Pemimpin Umum :
Herman Kwik

Pemimpin Redaksi :
Achmad Mohally

Anggota Tim Redaksi :
Rina Rianti
Diana Diredja
Shirley Saputra
Lisna Alexsanto
Sastra Abunawan

Sekretaris, Iklan, dan Tata Usaha :
Hesti Juwartiningsih

IT Support :
Rizki Adi Nugroho

Desain, Setting, dan Layout :
PT. Bina Mitra Mega Warna

Alamat Redaksi/Iklan/Tata Usaha :
Darmawan Park
Jl. Babakan Madang No. 99
Sentul Selatan, Bogor

Telepon : 021-87953476/87953477
Email : majalahwulan@gmail.com
Website : www.dharmawulan.org

Rekening Yayasan Dharma Wulan :
BCA KCU SCBD Jakarta
No Rek. 006-3003333

Pecinta Majalah Wulan yang terhormat,

Puji syukur kita panjatkan ke hadirat Tuhan Yang Maha Esa. Edisi kali ini hadir pada momentum yang sangat istimewa. Hal ini karena Paguyuban Dharma Wulan (PDW) telah berhasil menyelenggarakan Musyawarah Nasional (Munas) XIV pada akhir April yang lalu dengan lancar dan sangat berkesan. Kemudian, 1 Juni 2026 yang baru berlalu, paguyuban kita memperingati Hari Ulang Tahun ke-30. Kedua peristiwa ini menjadi penanda bahwa perjalanan panjang organisasi akan terus berlanjut dengan semangat pembaruan dan kebersamaan.

Melalui edisi ini, kami mengajak pembaca ikut merenungi perjalanan paguyuban yang bisa bertahan hingga memasuki HUT ke-30. Kemudian secara khusus diingatkan kepada Para Pengurus Cabang PDW, agar semangat kebersamaan serta keakraban selama Munas XIV dapat ditularkan kepada para anggota paguyuban dan warga usia lanjut pada umumnya. Dengan upaya yang sungguh-sungguh kita akan semakin meyakini bahwa visi mulia paguyuban, menjadikan warga usia lanjut tetap **mandiri, terhormat, dan bermakna**, akan terwujud.

Sebagai pendukung komunikasi antar anggota, kami terus memuat dalam edisi ini aneka informasi kegiatan dari berbagai Cabang PDW, termasuk juga kegiatan 'bermakna' yang telah didukung oleh Yayasan Dharma Wulan berupa program 'Lansia hibur lansia'. Terimakasih atas kerjasama PDW Cabang yang telah menyemarakkan Majalah Wulan kita, mari terus berbagi informasi dan saling menginspirasi.

Tidak lepas dari pandangan kita, beberapa hari besar nasional telah melintas dan baru berlalu. Beberapa artikel terkait hal tersebut disajikan, semoga dapat mengisi relung hati kita agar dapat mengelola diri pribadi dengan lebih baik, di saat yang sama juga lebih peduli kepada sesama anak bangsa, terutama komunitas warga usia lanjut.

Selamat Hari Ulang Tahun ke-30. Jayalah Paguyuban Dharma Wulan kita.

Tim Redaksi

Redaksi menerima materi dari PDW Cabang berupa Berita Kegiatan dalam bentuk tulisan atau foto, tentang:

- Ulang tahun, Pelantikan, *Gathering*
- Seminar, *Webinar*, Kursus
- Piknik Bersama, Kegiatan Sosial, dll.

Redaksi juga menerima materi dari Anggota Wulan sebagai informasi yang bermanfaat berupa tulisan atau foto, tentang Kegiatan Pribadi / Kelompok, seperti:

- Hobi (merawat tanaman, fotografi, melukis, kuliner, dll.)
- Jelajah Objek Wisata
- Olahraga, Permainan, dan lainnya.

Sajian Utama

5. HUT ke-30 Paguyuban Dharma Wulan: Momentum Penguatan Visi

Berita PDW Pusat

8. Musyawarah Nasional XIV Paguyuban Dharma Wulan 2026 WULAN Sehat, Gembira, dan Bahagia Sepanjang Usia
12. STRUKTUR ORGANISASI
Pengurus Pusat Paguyuban Dharma Wulan (PP-PDW) Periode : 2026-2028

Lansia Hibur Lansia

13. Kegiatan Lansia Hibur Lansia Bersama PDW Cabang Tasikmalaya
14. Bakti Sosial PDW D.I. Yogyakarta di Panti Wredha Budi Dharma
17. Laporan Kegiatan Bakti Sosial PDW Jakarta Utara: Program Lansia Hibur Lansia

Berita PDW Cabang

19. Partisipasi PDW Sukabumi dalam Hari Jadi ke-112 Kota Sukabumi
20. Memperingati Hari Kartini Bersama PDW Cabang Sukabumi
21. PDW Cabang Sukabumi diundang Tampil Bermain Angklung di Horison Hotel
22. PDW Sukabumi Hadir di Peringatan Hari Lingkungan Hidup Sedunia dan HLUN
24. Pertemuan Halalbihalal 1447 H PDW Cabang Bandung Mempererat Silaturahmi di Usia Emas
27. Ragam Kegiatan Anggota PDW Cabang Bandung: Semangat Berkarya di Usia Emas Tiga Anggota Wulan Bandung Tampil di Konser "A Bold Step"
28. PDW Cabang Bandar Lampung Merayakan Peringatan Hari Kartini
30. 18 Tahun PDW Cabang Denpasar: Hangat, Kompak, Penuh Cerita Indah
32. PDW Cabang Jakarta Timur Rayakan Hari Kartini
33. Serba Serbi Munas XIV Surabaya 2026 : Perjalanan Panjang PDW Cabang Bogor Menuju Munas XIV Surabaya (28 April – 1 Mei 2026)

36. PDW Cabang Medan tetap berupaya hadir dalam acara MUNAS XIV Surabaya.
36. Semangat PDW Cabang Bekasi Bougenville Mendukung Suksesnya Munas XIV
37. 28 Tahun PDW Cabang DKI Jakarta: Dari Kita Oleh Kita Untuk Masa Depan
40. SUSUNAN PENGURUS
Paguyuban Dharma Wulan Cabang Dki Jakarta Periode Tahun 2026 - 2028
41. Wisata dan Arisan PDW Jakarta Utara di Villa Chevilly Bogor
42. Aneka Ragam Kegiatan Anggota PDW Jakarta Utara LO
44. Semarak Perayaan HUT ke-25 Paguyuban Dharma Wulan D.I. Yogyakarta
47. Pelantikan Ketua Paguyuban Dharma Wulan Cabang Surabaya Masa Bakti 2026-2028
50. SUSUNAN PENGURUS
Paguyuban dharma Wulan Cabang Surabaya Periode 2026 - 2028

Artikel

51. Kersa Tetep Gesang? (Bahasa Jawa) Ingin tetap hidup?
53. Bugar dan Ceria melalui Permainan Hidden Block
55. Refleksi Tahun Baru Hijriah dan Hari Lanjut Usia Nasional. Hijrah di Usia Senja: Terus Bertumbuh, Terus Bermakna
58. Hikmah Hari Pendidikan Nasional Usia Boleh Senja, Semangat Belajar Tetap Menyala
60. Meresapi Hari Lahir Pancasila

Ragam Wulan

62. Bercocok tanam itu Mengasyikkan

Dari Sekretariat

64. Menjadi Orang Tua Asuh
65. Anggota Baru
66. Anggota Yang Dikenang

HUT ke-30 Paguyuban Dharma Wulan: Momentum Penguatan Visi

Tiga puluh tahun adalah sebuah perjalanan yang patut disyukuri. Dalam rentang waktu tersebut, paguyuban ini telah menjadi rumah bersama bagi warga usia lanjut untuk menjalin persaudaraan, saling menguatkan, dan bersama-sama menjalani masa lanjut usia dengan penuh semangat dan kebahagiaan.

Perjalanan tiga dekade ini tentu tidak lepas dari dedikasi para pendiri, para pengurus, dan seluruh anggota yang dengan semangat kebersamaan telah membangun organisasi hingga bertumbuh dan memberikan manfaat bagi banyak orang. Oleh karena itu, peringatan Hari Ulang Tahun ke-30 bukan hanya menjadi saat untuk mengenang perjalanan yang telah dilalui, tetapi juga momentum untuk memperkuat kembali arah dan cita-cita bersama.

Visi paguyuban **"Menjadikan warga usia lanjut tetap mandiri, terhormat, dan bermakna"** tetap relevan, bahkan semakin penting di tengah perubahan zaman yang berlangsung begitu cepat. Visi tersebut menjadi kompas yang mengarahkan seluruh langkah organisasi dalam memasuki dekade keempat pengabdianya.

Usia Lanjut: Tetap Menjadi Babak Kehidupan yang Bernilai

Usia lanjut bukanlah akhir dari produktivitas dan pengabdian. Masa ini justru merupakan tahap kehidupan yang sarat dengan pengalaman, kebijaksanaan, dan kesempatan untuk terus memberikan manfaat bagi keluarga,

masyarakat, dan lingkungan sekitar. Warga usia lanjut telah melewati berbagai fase kehidupan, menghadapi aneka tantangan, serta memberikan kontribusi yang tidak sedikit bagi bangsa dan masyarakat. Oleh karena itu, usia lanjut harus dimaknai sebagai masa yang tetap bernilai, penuh harapan, dan tetap memiliki peran penting dalam kehidupan bersama. Di sinilah makna visi paguyuban menemukan relevansinya.



Mandiri

Kemandirian bukan berarti harus melakukan segala sesuatu sendiri tanpa bantuan orang lain. Kemandirian adalah kemampuan untuk tetap mengelola kehidupan dengan baik, menjaga kesehatan, memelihara semangat belajar, serta terus berdaya sesuai kemampuan yang dimiliki.

Menjadi mandiri berarti tetap aktif, memiliki kegiatan yang positif, menjaga hubungan sosial, serta terus menyesuaikan diri dengan perkembangan zaman. Semangat belajar sepanjang hayat menjadi modal penting agar warga usia lanjut dapat menjalani kehidupan dengan sehat, aktif, dan bahagia.

Terhormat

Setiap orang berhak menikmati masa lanjut usia dengan penuh martabat dan penghormatan. Kehormatan tidak ditentukan oleh jabatan ataupun status sosial, melainkan oleh kualitas pribadi yang dibangun sepanjang perjalanan hidup.

Pengalaman, kebijaksanaan, dan keteladanan yang dimiliki warga senior merupakan kekayaan yang sangat berharga bagi keluarga dan masyarakat. Karena itu, masa lanjut usia hendaknya dijalani dengan penuh rasa syukur, semangat berbagi, serta keinginan untuk terus menjadi teladan bagi generasi berikutnya.

Bermakna

Makna hidup tidak berhenti ketika seseorang memasuki masa pensiun. Sebaliknya, masa ini membuka kesempatan yang lebih luas untuk memberikan manfaat kepada sesama.

Menjadi bermakna tidak selalu harus melalui hal-hal besar. Kepedulian terhadap sesama anggota, keterlibatan dalam kegiatan sosial, perhatian kepada keluarga, serta kesediaan untuk berbagi pengalaman dan kebijaksanaan merupakan bentuk kontribusi yang sangat bernilai.

Sebagaimana sering diingatkan, sebaik-baik manusia adalah mereka yang paling banyak memberikan manfaat bagi sesamanya.

Memasuki Dekade Keempat: Saatnya Memperkuat Visi

Memasuki usia ke-30, paguyuban telah memiliki pondasi yang kuat berupa pengalaman, kebersamaan, dan semangat persaudaraan yang telah teruji

oleh waktu. Namun, tantangan yang dihadapi ke depan tentu berbeda dengan masa-masa sebelumnya.

Perkembangan teknologi, perubahan pola komunikasi, meningkatnya jumlah warga lanjut usia, serta berbagai dinamika sosial menuntut organisasi untuk terus beradaptasi dan berkembang. Karena itu, memasuki dekade keempat perjalanannya, sudah saatnya paguyuban memperkuat visinya melalui tiga gerakan besar yang menjadi fokus bersama.

1. Mengembangkan Organisasi

Organisasi yang telah bertahan selama tiga puluh tahun tidak boleh berhenti berbenah. Sebaliknya, pengalaman panjang yang dimiliki harus menjadi modal untuk membangun organisasi yang semakin sehat, modern, adaptif, dan berkelanjutan.

Pengembangan organisasi mencakup penguatan tata kelola yang baik, penyiapan kader-kader penerus, peningkatan kualitas kepengurusan, serta pemanfaatan teknologi informasi untuk memperkuat komunikasi dan pelayanan kepada anggota.

Dengan organisasi yang semakin maju dan tertata, paguyuban akan mampu menjawab kebutuhan zaman sekaligus menjaga kesinambungan perjuangan yang telah dirintis oleh para pendahulu.

2. Memberdayakan Cabang

Sesungguhnya denyut kehidupan paguyuban berada di cabang-cabang. Di sanalah persaudaraan tumbuh, pelayanan berlangsung, dan kebersamaan diwujudkan dalam kehidupan sehari-hari. Karena itu, pemberdayaan cabang menjadi salah

satu agenda penting dalam memasuki dekade keempat. Cabang yang kuat akan melahirkan organisasi yang kuat pula.

Pemberdayaan tersebut dapat dilakukan melalui peningkatan kapasitas pengurus, pengembangan program yang sesuai dengan kebutuhan daerah masing-masing, penguatan komunikasi antarcabang, serta budaya saling belajar dan saling menginspirasi.

Setiap cabang diharapkan mampu menjadi pusat kegiatan yang hidup, mandiri, dan membawa manfaat nyata bagi para anggotanya.

3. Menyejahterakan Anggota

Tujuan akhir dari keberadaan organisasi adalah menghadirkan manfaat bagi anggotanya. Oleh karena itu, kesejahteraan anggota harus menjadi perhatian utama.

Kesejahteraan yang dimaksud tidak semata-mata menyangkut aspek ekonomi, tetapi juga mencakup kesehatan fisik, kesejahteraan mental, kehidupan sosial yang harmonis, serta ketenangan spiritual.

Melalui berbagai kegiatan kesehatan, pembelajaran sepanjang hayat, penguatan persaudaraan, kepedulian sosial, kegiatan produktif, serta pembinaan rohani, diharapkan seluruh anggota dapat menjalani masa lanjut usia dengan lebih sehat, bahagia, dan sejahtera.

Dengan anggota yang sejahtera, visi untuk menjadikan warga usia lanjut tetap mandiri, terhormat, dan bermakna akan semakin mudah diwujudkan.

Menatap Masa Depan dengan Optimisme

Tiga puluh tahun perjalanan adalah tonggak yang membanggakan. Namun sesungguhnya, yang lebih penting

bukanlah berapa lama usia organisasi, melainkan seberapa besar manfaat yang terus dapat diberikan kepada para anggota dan masyarakat.

HUT ke-30 ini hendaknya menjadi titik tolak untuk memasuki babak baru perjalanan paguyuban. Dengan organisasi yang semakin berkembang, cabang-cabang yang semakin berdaya, dan anggota yang semakin sejahtera, paguyuban diharapkan akan terus menjadi rumah bersama yang menghadirkan kebahagiaan, persaudaraan, dan kebermaknaan bagi seluruh warga usia lanjut.

Mari menjadikan peringatan tiga puluh tahun ini bukan sekadar perayaan atas masa lalu, melainkan momentum untuk meneguhkan tekad dalam melangkah ke masa depan.

Dengan semangat kebersamaan dan persaudaraan, kita songsong dekade keempat dengan optimisme dan keyakinan bahwa warga usia lanjut dapat terus hidup secara mandiri, tetap terhormat, dan senantiasa bermakna bagi sesama. {~}

“Tiga puluh tahun telah dilalui dengan penuh rasa syukur. Kini saatnya melangkah lebih jauh, memperkuat organisasi, memberdayakan cabang, dan menghadirkan kesejahteraan bagi seluruh anggota, agar cita-cita luhur menjadikan warga usia lanjut tetap mandiri, terhormat, dan bermakna dapat terus diwujudkan dari generasi ke generasi.”

Naskah ini ditulis dalam rangka memperingati Hari Ulang Tahun ke-30 Paguyuban sebagai momentum memperkuat visi dan menyongsong dekade keempat pengabdian.

Musyawarah Nasional XIV Paguyuban Dharma Wulan 2026

WULAN Sehat, Gembira, dan Bahagia Sepanjang Usia



Peserta Sidang Munas berfoto bersama, mempererat kebersamaan dalam forum Munas XIV PDW 2026

Pelaksanaan Musyawarah Nasional XIV Paguyuban Dharma Wulan (PDW) Tahun 2026 berlangsung lancar dan sukses berkat kesiapan Panitia Pelaksana dari PDW Surabaya yang diketuai oleh Ibu Lily Suhargo. Sejak awal diumumkannya sirkuler Munas, Ibu Lily telah mempersiapkan seluruh rangkaian kegiatan dengan matang.

Munas kali ini diikuti oleh 14 PDW Cabang yang terdiri dari 24 orang Delegasi dan 12 orang Peninjau. Selain itu, hadir pula 11 orang Organ (Pembina dan Pengawas) YDW, 3 orang Pengurus Pusat PDW. Dengan demikian, jumlah peserta sidang seluruhnya mencapai 52 orang. Adapun peserta penggembira dari cabang-cabang yang mengikuti Munas XIV PDW 2026 berjumlah 88 orang, sedangkan penggembira dari PDW Surabaya sebanyak 145 orang, ditambah seluruh tim Panitia Pelaksana.

Hari Pertama: City Tour Surabaya dan Welcome Dinner



Berfoto bersama di ikon Naga Emas Pakuwon City Mall

Pada hari pertama, Rabu, 29 April 2026, kegiatan diawali dengan City Tour Kota Surabaya. Para peserta berkeliling kota menggunakan lima minibus sambil mendengarkan penjelasan dari panitia pemandu mengenai sejarah dan berbagai lokasi penting yang dilalui selama perjalanan.

Tujuan utama city tour adalah Park Shanghai Pakuwon City, destinasi kuliner bernuansa oriental yang berlokasi di area

outdoor Pakuwon City Mall. Mengusung konsep kota Shanghai tempo dulu, Kawasan ini menawarkan beragam kuliner Asia, dihiasi lampion serta bangunan bergaya oriental yang menarik dan menjadi salah satu ikon wisata baru di Surabaya Timur.

Selain menikmati aneka kuliner, peserta juga merasakan suasana ruang publik terbuka yang dihiasi lampion warna-warni, bangunan bergaya oriental, serta pencahayaan malam yang menawan. Keindahan dan keunikan konsepnya menjadikan Park Shanghai sebagai salah satu destinasi favorit yang ramai dikunjungi masyarakat Surabaya maupun wisatawan dari luar kota.

Kegiatan hari pertama ditutup dengan makan malam bersama di food court Pakuwon City Mall. Suasana akrab dan penuh kebersamaan mewarnai pertemuan tersebut, sekaligus menjadi penutup yang menyenangkan dalam rangkaian acara hari pertama.

Hari Kedua: Sidang Munas XIV PDW 2026



Suasana peserta sidang Munas XIV PDW 2026

Sidang Munas dilaksanakan pada Kamis, 30 April 2026 dan dihadiri oleh 55 orang peserta. Acara diawali dengan pembukaan resmi oleh Bapak Poenoko Santoso melalui pemukulan gong sebagai tanda dimulainya persidangan.

Rangkaian acara sidang dibuka oleh Ibu Novi Wongsosaputro selaku MC, dimulai dengan menyanyikan lagu kebangsaan “Indonesia Raya”, dilanjutkan dengan “Mengheningkan Cipta”, serta menyanyikan “Himne Wulan” oleh seluruh peserta. Setelah pembacaan doa oleh Bapak Achmad Mohally, MC mempersilahkan seluruh peserta Munas untuk memperkenalkan diri, dimulai dari Pengurus Pusat PDW, peserta Delegasi dan Peninjau dari PDW Cabang, dan Pembina serta Pengawas YDW yang hadir.

Acara berikutnya adalah laporan Ketua Panitia Penyelenggara Munas XIV PDW 2026 yang disampaikan oleh Ibu Lily Suhargo.

Selanjutnya, peserta mendengarkan sambutan Ketua Pembina YDW, Bapak Januar Darmawan, yang disampaikan melalui rekaman video. Sambutan berikutnya disampaikan oleh Ketua Pengurus YDW, Ibu Ivonne Aryanti, juga melalui rekaman video.

Acara kemudian dilanjutkan dengan sambutan Ketua Pengurus Pusat PDW, Bapak Herman Kwik, yang sekaligus memimpin sidang pembukaan serta membacakan susunan acara, tata tertib sidang, dan pengesahannya.

Sidang Munas dipimpin oleh Bapak Widjojo Tedjosaputro, Ibu C. Tjatur Rini Saptowati, Bapak M. Tjahja Wintaka, dan Ibu Grace Maria Sutikno. Dari sidang tersebut dihasilkan tiga keputusan penting, yaitu:

1. Laporan Pertanggungjawaban PP-PDW masa bakti 2024-2026 diterima oleh peserta sidang.

2. Terpilihnya Bapak Achmad Mohally sebagai Ketua PP-PDW masa bakti 2026-2028 melalui proses voting, dan Ibu Lily Suhargo sebagai Wakil Ketua PP-PDW.
3. Penetapan pelaksanaan Munas XV PDW Tahun 2028 di Lampung dengan PDW Bandar Lampung sebagai tuan rumah.

Sidang Munas berakhir pada pukul 15.00 WIB dan ditutup dengan penyerahan mandat PP-PDW masa bakti 2026-2028 secara simbolis melalui penyerahan Bendera PDW Pusat oleh Bapak Poenoko Santoso kepada Bapak Achmad Mohally. Ketua sidang kemudian menutup persidangan dengan ucapan selamat bekerja kepada Ketua PP-PDW yang baru.

Hari Kedua: Wisata Peserta Penggembira



Seluruh peserta berfoto bersama di Villa Leduk Sementara Sidang berlangsung, peserta berkumpul di Lobby Hotel Mercure untuk melakukan registrasi yang dikoordinasikan oleh Ibu Liliek dan Ibu Ninik. Setelah seluruh peserta siap, rombongan berangkat menuju Kaliandra Resort. Setibanya di lokasi, acara diawali dengan coffee break sebelum melanjutkan kegiatan tour Rumah Kolonial dan foto bersama di Villa Leduk.

Setelah rangkaian kegiatan di Kaliandra selesai, peserta melanjutkan perjalanan menuju Lereng Asri. Di sana,

acara diisi dengan permainan ringan, pembagian hadiah dan foto bersama yang berlangsung dalam suasana santai dan penuh kebersamaan. Kegiatan kemudian dilanjutkan dengan makan siang bersama, dilanjutkan acara line dance sebagai penutup rangkaian kegiatan wisata.

Setelah seluruh acara selesai, rombongan kembali menuju Surabaya dan tiba kembali di Hotel Mercure.

Hari Kedua: Pertemuan Gala Dinner



Foto bersama Perwakilan Yayasan Dharma Wulan, Pengurus Pusat PDW dan PDW Cabang peserta Munas XIV

Kemeriahan rangkaian kegiatan Munas XIV PDW 2026 ditutup dengan acara Gala Dinner pada Kamis malam mulai pukul 18.00 WIB. Seluruh peserta, baik Delegasi maupun Penggembira, dan anggota PDW Surabaya yang seluruhnya berjumlah sekitar 285 orang mengikuti makan malam bersama di Ballroom Hotel Mercure.

Acara diawali dengan registrasi peserta pada pukul 17.00 WIB, dilanjutkan dengan makan malam bersama sambil menikmati berbagai hiburan pembuka, di antaranya penampilan Trio Opa PDW Surabaya, lagu Bengawan Solo oleh Ibu Swandayani, penampilan lagu oleh Ibu Rahayu dari PDW Semarang serta keroncong yang dibawakan Ibu Marselina dari PDW Bogor.

Memasuki acara resmi, pembukaan dipandu oleh MC dan dilanjutkan doa oleh Ibu Etty Melani. Sambutan disampaikan oleh Ibu Lily Suhargo dan Bapak Carel. Acara dilanjutkan dengan roll call perwakilan Yayasan Dharma Wulan, Pengurus Pusat PDW dan PDW Cabang peserta Munas XIV, sekaligus penyerahan sertifikat sebagai tanda penghargaan dan ucapan terima kasih atas partisipasi seluruh peserta. Acara dilanjutkan dengan menyanyikan Himne Wulan bersama-sama.

Berbagai penampilan seni dan budaya kemudian mengisi malam keakraban tersebut. PDW Surabaya menampilkan paduan suara, solo angklung oleh Ibu Shinta, couple dance, serta line dance bersama PDW D.I. Yogyakarta dan tarian Bestie Forever.

Penampilan Tari Saman oleh kelompok Kembang Renjana dari Surabaya menjadi salah satu momen inspiratif dalam Gala Dinner Munas XIV PDW 2026. Para penyandang disabilitas tunarungu tampil kompak dan penuh semangat mengikuti irama dengan arahan pelatih. Penampilan tersebut mendapat apresiasi dari hadirin karena tidak hanya menampilkan keindahan seni tari, tetapi juga semangat, kerja sama, dan rasa percaya diri yang luar biasa dari para penarinya.



Penampilan Tari Saman

PDW Bogor menampilkan permainan angklung dan line dance, sedangkan PDW Bandung membawakan operet Sound of Music yang dipadukan dengan Lenggang Surabaya. PDW Tasikmalaya mempersembahkan lagu daerah, sementara PDW Garut dan Bapak Josh Sudiro dari PDW DKI Jakarta menampilkan hiburan lagu yang mendapat sambutan hangat dari peserta.

Menjelang akhir acara, seluruh peserta mengikuti Polonaise dan line dance bersama yang berlangsung meriah dan penuh keakraban. Acara kemudian dilanjutkan dengan pembagian door prize, foto bersama, serta pembagian souvenir kepada seluruh peserta. Acara berlangsung meriah hingga berakhir pada pukul 22.00 WIB.



Seluruh peserta mengikuti Polonaise dan line dance bersamaman

Gala Dinner Munas XIV PDW Tahun 2026 berlangsung dengan lancar, meriah, dan penuh suasana kekeluargaan, sekaligus menjadi ajang mempererat tali silaturahmi antaranggota Paguyuban Dharma Wulan dari berbagai daerah.

Sampai jumpa pada Musyawarah Nasional XV Paguyuban Dharma Wulan Tahun 2028 di Bandar Lampung. {~}

STRUKTUR ORGANISASI

Pengurus Pusat Paguyuban Dharma Wulan (PP-PDW)

Periode : 2026-2028



Kegiatan Lansia Hibur Lansia Bersama PDW Cabang Tasikmalaya



Kebersamaan anggota Wulan Tasikmalaya dan para lansia dalam kegiatan pembagian paket Lansia Hibur Lansia

Kegiatan bakti sosial Lansia Hibur Lansia yang diselenggarakan oleh PDW Tasikmalaya berlangsung pada Rabu, 13 Mei 2026, bertempat di Aula Kantor Kecamatan Ciawi, Tasikmalaya. Pada kesempatan tersebut, sebanyak 100 lansia menerima bantuan paket selimut dari Yayasan Dharma Wulan.

Acara dihadiri oleh Pengurus dan Anggota PDW Tasikmalaya, serta Bapak Camat dan Kepala Puskesmas setempat. Kegiatan ini merupakan wujud kepedulian dan perhatian kepada para lansia, sekaligus menjadi sarana mempererat kebersamaan antara masyarakat, pemerintah, dan organisasi sosial dalam mendukung kesejahteraan lanjut usia. {-}



Penyerahan paket Lansia Hibur Lansia bagi lansia wilayah Tasikmalaya



Acara LHL dihadiri oleh Bapak Camat dan Kepala Puskesmas



Bakti Sosial PDW D.I. Yogyakarta di Panti Wredha Budi Dharma



Foto bersama penghuni panti, pengurus panti, dan anggota Wulan Yogyakarta



Bapak Wintaka memberikan sambutan serta menjelaskan susunan acara LHL



Semangat Wulan Yogyakarta mengikuti acara kunjungan ke panti wredha

Panti Wreda Budi Dharma saat ini menampung 59 penghuni berusia antara 46 hingga 92 tahun, terdiri dari 23 laki-laki

Berita kegiatan Lansia Hibur Lansia PDW D.I. Yogyakarta di Harian Kedaulatan Rakyat

Dalam rangka memperingati Hari Ulang Tahun ke-25 PDW D.I. Yogyakarta, pada Kamis, 4 Juni 2026, telah dilaksanakan kegiatan bakti sosial dengan mengunjungi Panti Wredha Budi Dharma, Yogyakarta. Kegiatan ini merupakan wujud kepedulian dan kasih sesama lansia yang diawali dengan survei kebutuhan penghuni panti pada 12 Mei 2026.



dan 36 perempuan. Sebanyak 12 penghuni berada dalam kondisi bedrest. Sebagian besar penghuni merupakan warga Yogyakarta yang dititipkan keluarga atau ditemukan terlantar dan dibawa oleh Satpol PP. Hanya sebagian kecil yang masih sesekali dikunjungi keluarganya.

Berdasarkan hasil survei, kebutuhan yang paling mendesak adalah diapers, perlengkapan kesehatan lansia seperti salompas, balsem, dan minyak kayu putih, serta pakaian, kain jarik, dan kain kafan. Berkat partisipasi dan kepedulian anggota Wulan serta para donatur, berhasil terkumpul dana sebesar Rp.7.600.000.



Kunjungan dan penyerahan sumbangan kepada penghuni panti yang bedrest

Dana tersebut digunakan untuk pengadaan 59 selimut, 20 pack diapers, 3 helai kain kafan, serta bantuan tali kasih bagi seluruh penghuni panti. Selain itu, Yayasan Dharma Wulan turut memberikan paket obat-obatan yang berisi salompas, minyak kayu putih, dan balsem. Sebanyak 40 Al-Qur'an juga disumbangkan oleh Ibu Agustini untuk penghuni panti yang beragama Islam.

Bantuan yang diserahkan meliputi 59 selimut, 20 pack diapers, 59 paket obat-obatan, 59 hem dan daster, 12 kain jarik untuk penghuni bedrest, 59 amplop tali kasih masing-masing senilai Rp60.000, 40 Al-Qur'an, serta snack untuk para penghuni dan pengurus panti.



Penyerahan simbolis paket LHL oleh Bapak Wintaka kepada Pengurus Panti Bapak Efendi Wijayanto



Penyerahan Al-Qur'an bantuan Ibu Agustini untuk penghuni panti yang Muslim



Penghuni panti menerima sumbangan dengan sukacita

Kegiatan ini mendapat dukungan luar biasa dari para anggota dan donatur Wulan Yogyakarta yang dengan tulus berbagi rezeki dan perhatian. Kehadiran para anggota tidak hanya membawa bantuan materi, tetapi juga menghadirkan kebersamaan, hiburan, dan kebahagiaan bagi penghuni panti. Segenap Pengurus dan Anggota PDW DIY juga menyampaikan terima kasih kepada

PDW Pusat dan Yayasan Dharma Wulan atas dukungan paket obat-obatan dan tas LHL untuk kegiatan bakti sosial ini.



Kesibukan anggota Wulan Yogyakarta dalam menyiapkan paket LHL



Anggota Wulan Yogyakarta menghibur penghuni panti dengan sukacita

Melalui kegiatan ini, PDW DIY berharap dapat terus menumbuhkan semangat kepedulian sosial serta mempererat tali kasih antar sesama lansia. Senyum dan kebahagiaan para penghuni Panti Wreda Budi Dharma menjadi hadiah terindah bagi seluruh pihak yang terlibat.

Kegiatan ini juga turut diliput oleh wartawan Harian Kedaulatan Rakyat atas dukungan Ibu Idham Samawi yang ikut serta dalam kunjungan tersebut. Diharapkan publikasi ini dapat menginspirasi semakin banyak pihak

untuk berbagi, peduli, dan menghadirkan kebahagiaan bagi para lansia yang membutuhkan. {~}



Belanja sambil berbagi, mendukung karya penghuni panti



Ibu Yani Saptohoedoyo bersama Ibu Idham Samawi, tokoh masyarakat Bantul dan owner Harian Kedaulatan Rakyat



Usai baksos, dilanjutkan makan siang bersama dan rapat persiapan HUT ke-25 PDW DIY di Artotel Bianto, dengan dress code Hawaiian Night

Laporan Kegiatan Bakti Sosial PDW Jakarta Utara: Program Lansia Hibur Lansia



Anggota PDW Jakarta Utara bersama Ketua RW, Ketua RT, dan para lansia berfoto Bersama

Paguyuban Dharma Wulan (PDW) Jakarta Utara telah menyelenggarakan program bakti sosial "Lansia Hibur Lansia" pada Jumat, 19 Juni 2026, di Ruang RW 07 Cempaka Putih Barat. Acara ini dihadiri oleh 57 lansia di wilayah tersebut sebagai penerima manfaat.



Sambutan Ibu Siti Zulaikah, Ketua RT sekaligus perwakilan Posyandu Lansia Dahlia RW 07



Sambutan Ketua PDW Jakarta Utara, Ibu Rusda Idawati



Sambutan Bapak H. Edy Hendriana selaku Ketua RW 07

Acara diawali dengan sambutan dari Ketua PDW Jakarta Utara, Ibu Rusda Idawati, yang menjelaskan visi organisasi untuk mewujudkan lansia yang Mandiri, Terhormat, dan Bermakna. Sambutan juga disampaikan oleh Ibu Siti Zulaikah dari Posyandu Lansia Dahlia RW 07 selaku Ketua RT 06 dan Bapak H. Edy Hendriana selaku Ketua RW 07.



Ketua PDW Jakarta Utara, Ibu Rusda Idawati, menjelaskan visi mandiri, terhormat, dan bermakna sebagai inspirasi untuk tetap aktif dan bermanfaat bagi sesama

Suasana berlangsung meriah ketika pengurus dan anggota PDW Jakarta Utara menghibur para lansia dengan menyanyikan lagu-lagu nostalgia, diiringi organ tunggal keliling yang disewa oleh Ibu Ida. Para lansia tampak sangat terhibur; sebagian besar ikut bernyanyi dan menari bersama, sementara lansia yang terkendala kondisi fisik tetap antusias menikmati acara dari kursi mereka. Sesi hiburan yang penuh kebersamaan ini ditutup dengan lagu "Kapan-Kapan" dan "Kemesraan".



Pembagian paket Lansia Hibur Lansia (LHL) kepada para lansia di wilayah Cempaka Putih Barat sebagai wujud kepedulian

Rangkaian acara diakhiri dengan pembagian paket "Lansia Hibur Lansia" kepada seluruh warga lansia yang hadir. Semoga kegiatan ini membawa kebahagiaan dan memberikan manfaat nyata bagi sesama warga usia lanjut di wilayah Cempaka Putih Barat. {~}



Partisipasi PDW Sukabumi dalam Hari Jadi ke-112 Kota Sukabumi



Foto bersama Walikota Sukabumi Bapak H. Ayep Zaki dan Dinas Sosial Sukabumi

Anggota PDW Sukabumi menghadiri kegiatan dalam rangka memperingati Hari Jadi Kota Sukabumi ke-112 yang berlangsung di Taman Cikondang pada hari Selasa, 7 April 2026.

Ibu Komara selaku Ketua LLI (lembaga Kanjut Usia Indonesia) Sukabumi senantiasa mengundang PDW Sukabumi untuk turut mengisi berbagai kegiatan, baik yang diselenggarakan oleh Pemerintah Daerah maupun Dinas Sosial.

Momen kebersamaan juga diabadikan melalui foto bersama Walikota Sukabumi, Bapak H. Ayep Zaki, serta Ibu Komara selaku Ketua LLI Sukabumi.



Foto bersama Walikota Sukabumi Bapak H. Ayep Zaki dan Ibu Komara, Ketua LLI Sukabumi

Dalam kesempatan tersebut, Anggota Wulan Sukabumi turut menyemarakkan acara dengan mempersembahkan line dance berjudul Cotton Fields, menambah

kemeriahan acara dan menghibur seluruh peserta.



Penampilan line dance Cotton Fields dari Anggota Wulan Sukabumi

Semoga kegiatan ini semakin mempererat kebersamaan dan sinergi antar komunitas di Kota Sukabumi. {~}



Peringatan Hari Jadi Kota Sukabumi ke-112

Memperingati Hari Kartini Bersama PDW Cabang Sukabumi



PERTEMUAN DHARMA WULAN SUKABUMI

DI ROEMAH OM SINYO, SENIN, 20 APRIL 2026

Foto bersama seluruh peserta sebelum rangkaian kegiatan dimulai

PDW Cabang Sukabumi mengadakan pertemuan dalam rangka memperingati Hari Kartini pada Senin, 20 April 2026 di RM Roemah Om Sinyo, Sukabumi. Para peserta mengenakan kostum bernuansa putih dipadukan dengan celana jeans biru tua serta memakai pin emblem Wulan Sukabumi.

Acara dimulai pukul 15.00 WIB, dibuka oleh Ibu Yanti, dilanjutkan dengan menyanyikan Himne Wulan dan foto bersama seluruh peserta.

Suasana semakin meriah dengan penampilan ukulele yang membawakan lagu *Ibu Kartini* dan *Kampung Nan Jauh di Mato*. Dilanjutkan penampilan Ibu Evida Marly menyanyikan lagu *I Can't Stop Loving You*.



Penampilan ukulele menyanyikan lagu Ibu Kartini dan Kampung Nan Jauh di Mato

Penampilan Line Dance Millenium Hari Rabu hadir dengan lagu Cinta Segitiga, dilanjutkan presentasi singkat dari Bank Sinar Mas.



Tim Line dance Hari Rabu berpose di panggung

Acara hiburan berlanjut dengan penampilan Line Dance Millenium Hari Selasa dengan lagu *Guan Zui*, serta Belly Dance yang dibawakan oleh lima anggota Wulan Sukabumi, yaitu Ibu Evi, Ibu Sri, Ibu Memey, Ibu Annie, dan Ibu Pie Hwa.



Belly Dance oleh lima anggota Wulan Sukabumi berpose di panggung

Bapak Felix Rinaldo juga tampil menyanyikan lagu *Kerinduan* dari Bob Tutupoly. Kemeriahan acara dilanjutkan dengan line dance pasangan diiringi lagu *Soin Que Perdones*, nyanyi bersama bertema “Perempuan Berkebaya”, serta line dance bersama dengan lagu *Baby Blue* dan *Injit-injit Semut*.

Rangkaian acara ditutup dengan doa dan makan malam bersama dalam suasana penuh kebersamaan dan sukacita. {~}

PDW Cabang Sukabumi diundang Tampil Bermain Angklung di Horison Hotel

Sukabumi pada acara pelantikan pengurus Perkumpulan Warga Yong Chun, pada Minggu 10 Mei 2026. Selain bermain angklung, para anggota juga memainkan ukulele sambil menyanyikan lagu *Tanah Airku* dan *Kampung Nan Jauh di Mato*. {~}



Penampilan ukulele menyanyikan lagu Tanah Airku dan Kampung Nan Jauh di Mato



Penampilan angklung PDW Wulan Sukabumi pada acara pelantikan pengurus Perkumpulan Warga Yong Chun



PDW Sukabumi Hadir di Peringatan Hari Lingkungan Hidup Sedunia dan HLUN



Wulan Sukabumi hadir pada Peringatan HLUN ke-30

PDW Wulan Sukabumi turut berpartisipasi dalam Peringatan Hari Lingkungan Hidup Sedunia yang dirangkaikan dengan Hari Lanjut Usia Nasional (HLUN) ke-30 Tingkat Kota Sukabumi. Kegiatan yang berlangsung di Lapangan Merdeka, Kota Sukabumi, pada Sabtu, 6 Juni 2026 ini dihadiri oleh para lansia dari tujuh kecamatan di Kota Sukabumi.

Acara dimulai pukul 07.00 WIB dengan senam lansia bersama yang berlangsung meriah dan penuh semangat. Kegiatan kemudian dilanjutkan dengan doa bersama serta menyanyikan lagu Indonesia Raya yang dipimpin oleh Ibu Sri Wahyuni Ruslim, Penasihat PDW Sukabumi.



Ibu Sri Wahyuni Ruslim, Penasihat PDW Sukabumi, memimpin lagu Indonesia Raya

Selanjutnya, peserta mendapatkan penjelasan mengenai pengelolaan sampah melalui program Bank Sampah sebagai salah satu upaya menjaga kelestarian lingkungan. Dalam kesempatan tersebut, PDW Sukabumi turut menampilkan pertunjukan angklung dan belly dance yang mendapat sambutan hangat dari para peserta dan tamu undangan.





Penampilan angklung dari Wulan Sukabumi



Penampilan belly dance dari Wulan Sukabumi
Partisipasi PDW Sukabumi dalam acara ini atas ajakan Ketua LLI Kota Sukabumi, Ibu Komara, yang juga merupakan anggota Wulan. Kegiatan ini juga dihadiri oleh Wali Kota Sukabumi, Bobby Maulana, serta perwakilan dari beberapa rumah sakit di Sukabumi yang turut mendukung acara sebagai sponsor.



Wali Kota Sukabumi Bobby Maulana bersama Ketua LLI Kota Sukabumi, Ibu Komala, dan para tamu undangan

Acara ditutup dengan pembagian doorprize yang menambah kegembiraan para peserta. Seluruh rangkaian kegiatan berakhir pada pukul 11.00 WIB.

Keikutsertaan PDW Sukabumi dalam kegiatan ini merupakan wujud dukungan terhadap pelestarian lingkungan sekaligus upaya mendorong para lansia untuk tetap aktif, sehat, produktif, dan berperan dalam kehidupan bermasyarakat. {~}



Pertemuan Halalbihalal 1447 H PDW Cabang Bandung *Mempererat Silaturahmi di Usia Emas*



Kebersamaan Wulan Bandung

PDW Bandung menggelar kegiatan Silaturahmi Halal Bi Halal 1447 H pada Kamis, 9 April 2026, bertempat di Bumi Silih Asih, Jalan M. Romdam 18, Bandung. Acara ini mengusung tema “Membangun Silaturahmi, Mempererat Ukhuwah di Usia Emas” sebagai wujud mempererat kebersamaan antar anggota Wulan Bandung.



Panitia penerima tamu siap menyambut para peserta yang hadir

Rangkaian acara diawali dengan pembukaan, upacara nasional, Hymne Wulan, mengheningkan cipta, doa, serta tausiyah yang berlangsung khidmat. Kegiatan dilanjutkan dengan laporan Ketua Panitia, Ibu Mientari Tjahyawati,

yang menyampaikan apresiasi atas dukungan seluruh pihak.



Acara dibuka oleh Pembawa acara, Ibu Zein



Ibu Mientari Tjahyawati menyampaikan sambutan sekaligus laporan sebagai Ketua Panitia

Sambutan Ketua PDW Cabang Bandung Ibu Wiratmi Sartana

Dalam sambutannya, Ketua PDW Bandung, Ibu Sri Wiratmi, mengungkapkan rasa syukur atas terselenggaranya acara ini. Beliau berharap momen Halalbihalal menjadi sarana mempererat silaturahmi serta memperkuat rasa kekeluargaan di antara anggota. Disampaikan pula bahwa Wulan diibaratkan sebagai mentari senja yang tetap memancarkan sinar, selaras dengan misi *Mandiri, Terhormat, Bermakna*.



Ketua Cabang Bandung memperkenalkan anggota baru, Bapak Djoko Riyanto



Vocal Group Wulan Bandung membawakan lagu-lagu religi



Penampilan Grup Angklung Wulan Bandung



Ibu Rati tampil anggun bersama guru dansanya



Ucapan ulang tahun kepada anggota Wulan Bandung, Ibu Djumasih

Suasana kebersamaan semakin terasa melalui berbagai penampilan anggota, seperti musik angklung, vocal group, serta dansa berpasangan. Partisipasi tamu yang turut menyanyi menambah semarak acara.



Ustadz H. Wawan Gunawan menyampaikan tausiyah yang penuh makna

Berita PDW Cabang

Tausiyah yang disampaikan oleh Bapak H. Wawan Gunawan memberikan pesan-pesan spiritual tentang pentingnya menjaga ukhuwah dan kebersamaan. Acara diakhiri dengan ramah tamah yang penuh kehangatan, menjadi momen saling bermaafan dan mempererat tali silaturahmi. {~}



Duet nyanyi Bapak Mardono dan ibu Zeint



Bapak Toha Baedi dan Ibu Ita tampil nyanyi berduet



Anggota Wulan, Bapak Chandra yang dikenal pandai menyanyi, berfoto bersama pemain organ



Bapak Chandra bersama Bapak H. Wawan Gunawan



Bapak Djoko memperagakan gerakan Chi Kung dengan penuh semangat



Silaturahmi yang akrab dalam kebersamaan foto bersama Penasihat WULAN, ibu Sri Handayani



Ibu Rini berkenan hadir bersama Bapak Sunaryo



Foto bersama se usai acara berakhir

Ragam Kegiatan Anggota PDW Cabang Bandung: Semangat Berkarya di Usia Emas

Tiga Anggota Wulan Bandung Tampil di Konser “A Bold Step”



Tiga anggota Wulan Bandung tampil membawakan biola dalam First Concert “A Bold Step”

Tiga anggota Wulan Bandung, yaitu Ibu Sri Handayani Mulyo, Ibu Grace Sutikno, dan Ibu Mientari Tjahyawati, turut tampil dalam konser perdana Jubilare Academy Bandung bertajuk “A Bold Step” pada Sabtu, 25 April 2026 di Bait Ami, Gereja Isa Almasih, Bandung.

Ketiganya menampilkan permainan biola sebagai hasil proses belajar yang dijalani dengan tekun dan penuh semangat. Penampilan ini menjadi bukti bahwa usia tidak menjadi penghalang untuk terus belajar dan berkarya.

Anggota Wulan Bandung Tampil di Reuni Emas Fakultas Kedokteran Unpad “76



Penampilan Okulele, memainkan lagu Jalan Kenangan, Manuk Dadali, Sway dan Kapan-kapan



Foto bersama para pemain Ukulele

Penampilan ini menjadi wujud partisipasi aktif Wulan Bandung dalam berbagai kegiatan masyarakat, sekaligus menunjukkan semangat berkarya dan kebersamaan para anggotanya. {~}



PDW Cabang Bandar Lampung Merayakan Peringatan Hari Kartini



Anggota Wulan Lampung memakai kebaya dan batik dalam peringatan Hari Kartini

Dalam rangka memperingati Hari Kartini, PDW Bandar Lampung telah menyelenggarakan kegiatan pada tanggal 12 April 2026. Kegiatan ini dilaksanakan di Food Festival (Kwong Moy Restaurant Lt. 4), Jalan Gatot Subroto No. 159, Bandar Lampung, bersamaan dengan agenda arisan rutin bulanan.

Anggota Wulan hadir dengan mengenakan busana kebaya bagi wanita dan batik bagi pria, sehingga menciptakan suasana dengan nuansa budaya Indonesia.



Juri berfoto bersama MC dan para peserta lomba busana Kartini



Juri berfoto bersama Ketua PDW Lampung, MC, dan para peserta lomba baca puisi Kartini

Acara diisi dengan Lomba Busana Kartini yang diikuti oleh 11 (sebelas) peserta dan dinilai oleh 5 (lima) orang juri. Kegiatan berlangsung dengan tertib dan penuh antusiasme. Adapun hasil lomba adalah sebagai berikut: Juara 1: Ibu Miharti, Juara 2: Ibu Anny, Juara 3: Ibu Jan Lin, Juara 4: Ibu Netty, dan Juara 5: Ibu Yuliana.



Pemenang lomba busana Kartini berfoto bersama juri dan MC



Selanjutnya dilaksanakan Lomba Baca Puisi Kartini yang diikuti oleh 4 (empat) peserta dengan penilaian oleh dewan juri yang telah ditunjuk. Kegiatan ini juga berlangsung dengan baik dan mendapat perhatian dari seluruh peserta. Hasil lomba adalah sebagai berikut: Juara 1: Ibu Yemmi, Juara 2: Ibu Tanty S., dan Juara 3: Ibu Marietta.



Foto pemenang lomba baca puisi bersama juri dan MC

Acara turut dimeriahkan dengan penampilan Line Dance oleh anggota Wulan yang menambah suasana semakin semarak.



Penampilan line dance dari anggota Wulan Lampung memeriahkan acara

Sebagai penutup, dilakukan pembagian hadiah kepada seluruh anggota yang hadir. Pembagian hadiah dikemas secara menarik melalui metode pengambilan hadiah yang telah diikat dan ditutupi kain merah, sehingga menambah unsur kejutan. Akhirnya seluruh anggota pulang sambil membawa hadiah masing-masing, kebahagiaan tampak terpancar di wajah mereka, karena semua mendapat hadiah.



Pengambilan hadiah bagi anggota yang hadir berlangsung dengan penuh keceriaan

Secara keseluruhan, kegiatan berlangsung dengan tertib, lancar, dan penuh kebersamaan. Seluruh peserta mengikuti acara dengan antusias, serta kegiatan ini mempererat tali silaturahmi antar anggota. {~}

18 Tahun PDW Cabang Denpasar: Hangat, Kompak, Penuh Cerita Indah



Satu frame, sejuta kenangan dalam merayakan HUT PDW Cabang Denpasar ke-18

Perayaan ulang tahun ke-18 PDW Denpasar berlangsung meriah di Chiu Kee Restaurant Jalan Bypass Ngurah Rai No. 850 Pemogan, pada Kamis, 16 April 2026. Dengan balutan **kaos seragam hijau**, para Wulanders hadir membawa semangat kebersamaan sebagai momen bahagia yang menyegarkan hati di usia emas.

Acara dibuka dengan ice breaking ceria. Lagu “Kalau Kau Senang Hati” mengajak semua bergerak, tertawa, dan mencairkan suasana. Dalam sekejap, ruangan dipenuhi energi hangat. Doa yang dipimpin **Ibu Henny Djuwarini** menambah rasa syukur, menghadirkan ketenangan sekaligus harapan baik ke depan.



Sambutan hangat dari Ketua PDW Denpasar Bapak Budi Susanto

Ketua PDW Denpasar, **Bapak Budi Susanto**, menyampaikan terima kasih atas kehadiran para Wulanders. Sekitar 60% anggota yang hadir, menjadi bukti bahwa **kebersamaan ini terus hidup dan bermakna**. Juga apresiasi dukungan para sponsor yang turut menyemarakkan acara, yaitu **Ibu Yani Swat, Ibu Marlina Sidharta, Ibu Irma Richilli, dan Ibu Gita Loekman**. Tak lupa juga terima kasih atas dukungan Kue Ulang Tahun dari **Wulan Pusat** dan Bank Mandiri layanan Prioritas **Bapak Andy** - melalui **Ibu Gita Loekman**. “Yang penting, kita menikmati kebahagiaan bersama”, ungkapnya tulus.



Manisnya Black Forest, semanis kebersamaan hari ini

Momen refleksi oleh **Bapak Sutrisno** menghadirkan sentuhan mendalam. Delapan belas tahun perjalanan bukanlah waktu singkat. Dari satu kepemimpinan ke kepemimpinan berikutnya, Wulan terus bertumbuh dengan setia. **Sebuah perjalanan yang layak disyukuri dan dibanggakan.**



Quiz 18 Tahun PDW Denpasar

Dari refleksi hingga senyum pemenang quiz



Suara merdu persembahan Vocal Group Wulan Denpasar

Keceriaan berlanjut lewat quiz yang menantang. Tiga pemenang — **Ibu Erly, Ibu Hana Jokung, dan Ibu Gita Loekman** — berhasil menjawab dengan gemilang. Suasana semakin hidup saat **Vocal Group Wulan** tampil membawakan lagu “Kolam Susu” dan “Tuhan” dengan harmonisasi indah yang mengundang tepuk tangan meriah.

Saat makan siang, hidangan lezat dinikmati sambil ditemani lagu nostalgia.

Tawa dan cerita ringan mengalir tanpa jeda. Permainan kelompok pun tak kalah seru. Tiga tim—**Damai, Sehat, dan Bahagia** — bertanding penuh semangat. Tim **Bahagia** meraih juara pertama, disusul **Damai** dan **Sehat**. Namun, seperti biasa di Wulan, **kebersamaan adalah kemenangan yang sesungguhnya.**



Banjir hadiah untuk para pemenang dan anggota yang hadir, selamat!

Doorprize menambah kejutan menyenangkan. Semua Wulanders yang hadir mendapatkan hadiah kejutan yang menghadirkan senyum yang tak tersembunyi. Namun beberapa Wulanders beruntung membawa pulang hadiah elektronik berupa Oven Toaster, Digital Rice Cooker & Teko Listrik Eksklusif yaitu **Ibu Rita Sukarya, Ibu Lian Ismayanti, dan Ibu Leny Christanti**. Sedangkan Doorprize Utama berupa dua buah Voucher Menginap di Hotel Ramada, dimenangkan oleh **Ibu Christine Natautama dan Ibu Nandia Subagio**.



Tepuk tangan, tawa, dan rasa syukur jadi satu dalam selebrasi HUT ke-18

Menjelang penutup, semua bergandengan tangan menyanyikan lagu **Kemesraan**. Hangat, sederhana, namun penuh makna. Di usia emas, kebahagiaan sejati terasa begitu dekat: **bersama, saling peduli, dan terhubung dari hati ke hati.** {~}



Senyum di setiap sudut — karena kebersamaan selalu punya cara untuk dikenang



dansa santai, hati pun ikut menari

PDW Cabang Jakarta Timur Rayakan Hari Kartini



Kebersamaan anggota PDW Jakarta Timur dalam perayaan Hari Kartini 2026

Dalam rangka memperingati Hari Kartini, 21 April 2026, PDW Jakarta Timur mengadakan perayaan bersama di Restoran Manado Cingkipala, Kelapa Gading, Jakarta. Acara berlangsung hangat dan penuh kebersamaan.

Untuk lebih mengenal tokoh R.A. Kartini, juga dibacakan riwayat hidup beliau, oleh Ibu Lela Rompies.



Riwayat hidup R.A. Kartini dibacakan oleh Ibu Lela Rompies

Pada kesempatan ini, sekaligus dirayakan ulang tahun anggota yang berulang tahun dalam periode tiga bulanan.



Anggota yang berulang tahun bersama-sama memotong kue ulang tahun penuh sukacita Untuk lebih mengenal tokoh R.A. Kartini, juga dibacakan riwayat hidup beliau, oleh Ibu Lela Rompies.



Ibu Desyane Kaunang turut hadir memenuhi undangan perayaan Hari Kartini

Sebagian besar anggota tampil anggun mengenakan busana kebaya, menambah nuansa Hari Kartini yang kental dengan semangat perempuan Indonesia. {~}



Para Kartini Wulan Jakarta Timur tampil anggun

Serba Serbi Munas XIV Surabaya 2026 : Perjalanan Panjang PDW Cabang Bogor Menuju Munas XIV Surabaya

(28 April – 1 Mei 2026)



Persiapan berangkat dari rumah ibu Erwin, Bogor

Perjalanan PDW Bogor menuju Musyawarah Nasional XIV Paguyuban Dharma Wulan di Surabaya menjadi pengalaman penuh kesan. Meski sehari sebelumnya terjadi kecelakaan kereta di wilayah Bekasi, rombongan tetap berangkat dengan semangat dan kebersamaan menggunakan kereta api.

Sebanyak 31 peserta terbagi dalam dua rombongan. Rombongan pertama berjumlah 25 orang berangkat dengan KA Eksekutif Pandulungan pada 28 April 2026 yang dijadwalkan berangkat pukul 19.55 WIB dari Stasiun Gambir, sedangkan rombongan kedua sebanyak 6 orang berangkat keesokan harinya menggunakan pesawat.



Kumpul di stasiun Gambir anggota Wulan Bogor dan Wulan Jakarta Utara (WLO)

Perjalanan kereta mengalami keterlambatan cukup panjang hingga rombongan tiba di Surabaya pukul 10.17 pagi, jauh dari jadwal semula pukul 05.00 pagi. Di tengah perjalanan, suasana haru terasa saat melintasi lokasi kecelakaan kereta di Bekasi. Perjalanan panjang juga membuat salah satu anggota, Bapak Deddy Kusdedi, jatuh sakit dan harus dirawat di RS. Islam setibanya di Surabaya.



Keseruan anggota menarik perhatian fans di kereta Pandulungan



Dalam kereta Pandulungan



Bapak Deddy dirawat di RS Islam, Surabaya



Peserta Munas menginap di hotel Amaris

Selama Munas XIV, dua delegasi PDW Bogor mengikuti persidangan dengan agenda laporan pertanggungjawaban pengurus pusat, pemilihan Ketua PDW Pusat periode 2026-2028, diskusi antar cabang, hingga penetapan PDW Bandar Lampung sebagai rencana tuan rumah Munas XV tahun 2028.



Delegasi PDW Bogor, Anna Maffrina dan Indraningsih



Ibu Wani bersama Ibu Indraningsih Ketua PDW Bogor dan Ibu Anna Sekretaris PDW Bogor Pada acara Gala Dinner, PDW Bogor tampil meriah melalui lagu keroncong oleh Ibu Marselina, permainan angklung 20 anggota Wulan Bogor membawakan 3 lagu Surabaya, Lapaloa dan Neng Geulis, dan penampilan line dance yang mendapat sambutan meriah peserta. Keceriaan semakin lengkap saat PDW Bogor berhasil membawa pulang empat hadiah doorprize.



Makan malam Gala Dinner di Hotel Mercure



Ibu Marselina menyanyikan lagu keroncong



Penampilan grup angklung PDW Bogor



Foto terakhir sebagai ucapan terima kasih kepada Panitia Munas Surabaya
Munas XIV Surabaya menjadi momen penuh persaudaraan, kebersamaan, dan inspirasi bagi seluruh peserta untuk terus aktif, sehat, dan bahagia bersama dalam semangat Dharma Wulan.

Perjalanan pulang menuju Jakarta menggunakan KA Argo Bromo Anggrek terasa istimewa karena menjadi salah satu perjalanan terakhir sebelum nama kereta legendaris tersebut berganti menjadi KA Anggrek mulai 9 Mei 2026. {~}



Gerbong Argo Bromo Anggrek

PDW Cabang Medan tetap berupaya hadir dalam acara MUNAS XIV Surabaya.



Bapak T.M. Gurning sebagai delegasi PDW Cabang Medan di acara MUNAS

Delegasi dari PDW Medan, Bapak T.M. Gurning, tiba dari Medan langsung ke Sentul pada tanggal 27 April 2026. Keesokan harinya, 28 April 2026, beliau melanjutkan perjalanan menuju Surabaya dengan menggunakan bus Lorena dari Sukasari, Bogor.

Perjalanan tersebut ternyata berlangsung lebih lancar dibandingkan menggunakan kereta api, sehingga beliau dapat tiba di lokasi acara Munas sesuai jadwal yang telah ditentukan. Semangat terus PDW Medan selalu berupaya hadir dalam setiap kesempatan acara yang dibuat oleh PP-PDW Pusat. {~}

Semangat PDW Cabang Bekasi Bougenville Mendukung Suksesnya Munas XIV

Komitmen dan semangat kebersamaan ditunjukkan oleh PDW Bekasi Bougenville dengan tetap menghadiri Musyawarah Nasional (Munas) XIV di

Surabaya. Bapak Jack Nurtanio selaku Ketua Cabang dan Ibu Christine Telly Piay selaku Bendahara senantiasa meluangkan waktu untuk hadir dalam setiap penyelenggaraan Munas PDW, sebagai bentuk dukungan dan partisipasi aktif demi suksesnya acara.

Meskipun kondisi kesehatan Ibu Telly kurang baik, beliau tetap bersemangat mendampingi Bapak Jack menghadiri Munas di Surabaya. Kehadiran mereka didampingi oleh Ibu Desy Kaunang dari WLO, sehingga perjalanan dan partisipasi dalam kegiatan Munas dapat berlangsung dengan baik. {~}



Meski kesehatan kurang prima, semangat kebersamaan tetap menyala



Ibu Desy setia mendampingi Bapak Jack dan Ibu Telly selama perjalanan Munas



Sejenak beristirahat sambil menunggu check-in kamar Hotel Amaris



Persiapan mengikuti City Tour

28 Tahun PDW Cabang DKI Jakarta: Dari Kita Oleh Kita Untuk Masa Depan



Dimulai dari sebelah kiri ada Ibu Ivonne Aryanti Ketua Pengurus YDW, Ibu Rosawati Ketua PDW DKI Jakarta yang baru, Bapak Mohally ketua PP-PDW, dan Bapak Poenoko

Alhamdulillah, puji Syukur kepada Allah SWT, atas terselenggaranya acara pertemuan PDW DKI Jakarta pada hari sabtu tgl 09 Mei 2026 di resto Rose Garden, Jalan KS Tubun Jakarta. Acara ini dihadiri sekitar 110 orang, termasuk para penari belia yang cantik-cantik dan energik, dari sanggar tari Novita Sutanto. Setiap hadirin yang datang, langsung diberi goody bag, sebagai kenangan.

Kami merasa bahagia, acara ini dihadiri oleh Bapak Achmad Mohally, Ketua PP-PDW dan Ibu Ivonne Aryanti, Ketua Pengurus YDW. Pertemuan PDW Cabang DKI Jakarta tanggal 09 Mei 2026 ini sangat fenomenal, karena selain memperingati Hari Ulang Tahun ke-28 Paguyuban Dharma Wulan cabang DKI Jakarta, juga ada acara pelantikan Ketua PDW Cabang DKI Jakarta yang baru, yaitu ibu Rosawati Satrioso.



Sambutan Bapak Poenoko dalam HUT PDW DKI Jakarta ke-28



Sambutan Ketua Panitia, Bapak Josh Sudiro

Acara dibuka oleh MC, Ibu Poppy dan doa Syukur oleh Ibu Liana S. Kata sambutan oleh Ketua Panitia, Bapak Josh Sudiro, dilanjutkan kata sambutan oleh Ketua PDW DKI Jakarta, Bapak Poenoko, yang telah 8 tahun menjabat Ketua PDW DKI Jakarta.



Pelantikan Ibu Rosa oleh Bapak Mohally



Ibu Rosa, Ketua PDW DKI Jakarta yang baru, bersama Bapak Poenoko setelah menerima Berita Acara dan selendang kepemimpinan Tibalah saatnya pelantikan Ibu Rosawati Satrioso oleh Ketua PP-PDW, Bapak A. Mohally. Dilanjutkan dengan penandatanganan dan serah terima Berita Acara, Ketua PDW DKI Jakarta terpilih dengan ketua PDW DKI Jakarta yang lama. Ada pula penyerahan “Selendang Kepemimpinan PDW DKI Jakarta” dari Bapak Poenoko kepada Ibu Rosa.



Rangkaian bunga dari sahabat-sahabat Manado untuk Ibu Rosa
Rangkaian bunga dari sahabat-sahabat Mitra Cirebon untuk Ibu Rosa

Setelah pelantikan, berkumandanglah lagu Hymne PDW, yang dinyanyikan oleh semua hadirin, dipandu oleh grup penyanyi PDW DKI Jakarta dan penyanyi cantik bersuara merdu, Ibu Yani Effendi, diiringi musik organ Tunggal, Bapak Tonny.



Kue ulang tahun ke-28 PDW DKI Jakarta yang besar dan indah, persembahkan dari YDW

Lalu berlanjut dengan acara Hari Ulang Tahun PDW DKI Jakarta. Para pengurus PDW DKI Jakarta beserta ketua PP-PDW, Bapak Achmad Mohally dan Ketua YDW, Ibu Ivonne Aryanti berdiri mengelilingi kue Ulang Tahun yang tampak besar dan indah, persembahkan dari YDW.



Pemotongan kue ulang tahun oleh Ibu Rosawati



Bapak Ronny melantunkan lagu *Because of You* di tengah para hadirin

Bergemalah lagu Selamat Ulang Tahun dari Jamrud. Pemotongan kue Ulang Tahun dilakukan oleh Ibu Rosawati, Ketua PDW DKI Jakarta yang baru dilantik. Bapak Poenoko didaulat maju kedepan untuk menyanyi. Bapak Poenoko melantunkan lagu “Widuri”, disusul Bapak

Josh Sudiro menyanyi lagu *"If You Love Me Really Love Me"*, dan Bapak Ronny Adrianto menyanyi lagu *"Because Of You"*. Bapak Ronny menyanyikan dua lagu berturut-turut berduet dengan cucunya, Ava Mikaela. Meski Ava tidak hadir langsung, suaranya direkam sehingga duet tetap berjalan apik berkat kecanggihan teknologi. Sebelumnya lagu *"Because of You"* sering dinyanyikan bersama almarhumah Ibu Susanti, kini Bapak Ronny membawakannya bersama sang cucu tercinta, Ava Mikaela.



Tarian Tangan Seribu dari Sanggar Tari Novita Sutanto tampil tampil anggun, memukau, dan penuh pesona

Saatnya santap siang dengan hidangan di meja. Disela-sela waktu makan siang, banyak bapak/ibu penggemar nyanyi, silih berganti menyanyi berbagai lagu. Setelah santap siang, kembali hadirin dihibur oleh penari-penari belia dengan *"Tarian Payung"* yang indah dengan warna nuansa biru muda yang sangat serasi.



Tari Payung dari Sanggar Tari Novita Sutanto tampil indah dan mempesona

Kedua tarian ini sumbangan dari ibu Rosa, untuk menambah kemeriahan acara Hari Ulang Tahun ke-28 PDW Cabang DKI Jakarta. Acara masih berlanjut dengan terdengarnya alunan musik dan suara merdu para penggemar nyanyi dan para penggemar dansa. Ada yang berdansa berpasangan, banyak juga yang bergoyang, berline dance ria. Semuanya tampak sangat menikmati dengan rasa bahagia.

Waktu jugalah yang harus mengakhiri kegiatan hari ini, yang sebelumnya ada pembagian beberapa door prize. Sebagai penutup, kami sambil bergandengan tangan, menyanyi lagu kemesraan dengan rasa penuh sukacita.



Pemenang doorprize utama berfoto bersama panitia: Ibu Liana S., Ibu Made Sukewerti, dan Ibu Yvonne



Pembagian doorprize

Sampai jumpa dilain kesempatan bersama PDW Cabang DKI Jakarta. Salam sehat penuh syukur dan penuh berkah. {~}



Sebagian panitia berfoto di panggung

SUSUNAN PENGURUS PAGUYUBAN DHARMA WULAN CABANG DKI JAKARTA PERIODE TAHUN 2026 - 2028

1. Pelindung	:	Harjoko Trisnadi
2. Penasihat	:	Poenoko Santoso
	:	Rachmat Salman
	:	Fedyana Tanojo
3. Ketua	:	Rosawati Satrioso
4. Wakil Ketua	:	Chandra Intan
5. Sekretaris I	:	Poppy Pudjiaswati
6. Sekretaris II	:	Liana E.S.
7. Bendahara I	:	Chandra Intan
	:	Wienny Angga
8. Bendahara II	:	Rosawati Satrioso
	:	Lingga Icorina
9. Bidang Acara	:	Josh Sudiro
10. Seksi-seksi		
• Seksi Seni Suara	:	Josh Sudiro
	:	Oca Heliana
• Seksi Seni Tari	:	Yvonne Surya
	:	Made Sukewerti
• Seksi Angklung	:	Iwaningsih
11. Bidang Sosial	:	Mariana
	:	Iwaningsih
12. Koordinator Darmawisata	:	Chandra Intan
	:	Yani Widya
13. Dokumentasi	:	Maria Kusmawati

Sekretariat :

PDW Cabang DKI Jakarta
d/a LAROSA KOST
Jl. Mandala Raya 23
Tomang, Jakarta 11440
HP : 0811-916-094 (Ibu Rosa)

Wisata dan Arisan PDW Jakarta Utara di Villa Chevilly Bogor



Wisata penuh warna, kebersamaan penuh makna di Chevilly Bogor

PDW Jakarta Utara (WLO) mengadakan wisata ke Villa Chevilly, Bogor, pada Jumat, 22 Mei 2026. Kegiatan ini diikuti oleh 35 anggota karena keterbatasan tempat duduk di dalam bus. Selain berwisata, acara ini juga dirangkaikan dengan pertemuan Arisan WLO ke-5 serta peringatan ulang tahun anggota yang lahir pada bulan Mei, yaitu Ibu Upik, Ibu Elsa, Ibu Caecilia Cinta, dr. Fanny, dan Ibu Peggy W.

Anggota WLO yang bertugas menyiapkan makanan ringan adalah Ibu Desy, Ibu Upik, dan Ibu Djakfar. Para peserta tampil kompak dengan dress code atasan polos berwarna-warni dan bawahan jeans.



Peserta Wulan Lovely Orchid berfoto bersama

Suasana penuh keceriaan dan keakraban mewarnai kegiatan ini. Beragam sudut dan latar pemandangan yang indah menjadi tempat favorit untuk berfoto bersama. Para peserta menikmati wisata sambil mempererat tali silaturahmi dan kebersamaan antar sesama anggota PDW Jakarta Utara LO. {~}

Aneka Ragam Kegiatan Anggota PDW Jakarta Utara LO

Halal Bihalal PDW Jakarta Utara Lovely Orchid



Kebersamaan anggota dalam momen perayaan Hari Raya Idul Fitri

Pertemuan bulanan PDW Jakarta Utara Lovely Orchid dilaksanakan pada Jumat, 27 Maret 2026, bertempat di Jalan Cempaka Putih Timur IV No. 3. Kegiatan kali ini dikemas dalam suasana Halal Bihalal sebagai momentum untuk mempererat tali silaturahmi antar anggota setelah menjalani ibadah Ramadhan.

Acara berlangsung hangat dan penuh keakraban. Selain menjadi ajang saling memaafkan, kegiatan juga diisi dengan sambutan dari Ketua PDW Jakarta Utara Lovely Orchid, makan bersama, serta hiburan ringan yang menambah semarak suasana. Melalui kegiatan ini, diharapkan hubungan persaudaraan dan kekompakan antar anggota semakin erat.

PDW Jakarta Utara Merayakan Hari Kartini



Peringatan Hari Kartini bersama PDW Cabang Jakarta Utara

Pertemuan rutin PDW Jakarta Utara pada 22 April 2026 di Jalan Cempaka Putih Timur IV No. 3 berlangsung meriah karena sekaligus menjadi ajang peringatan Hari Kartini dan arisan anggota. Pada kesempatan tersebut, anggota yang berulang tahun di bulan April juga turut mendapat ucapan selamat dari seluruh peserta yang hadir.



Anggota yang berulang tahun, Ibu Nini, Ibu Ango dan Ibu Ellen



Keceriaan anggota PDW Jakarta Utara usai peragaan busana Hari Kartini

Suasana semakin semarak dengan peragaan busana yang diikuti para anggota dengan gaya dan kreativitas masing-masing. Kegiatan berlangsung penuh keceriaan dan keakraban, kemudian dilanjutkan dengan makan siang bersama.

Melayat Bendahara PDW Jakarta Utara



Selamat jalan Ibu Lanny Widyawati, Bendahara WLO

Pada hari Minggu, 26 April 2026, anggota WLO melayat ke RS RSPAD untuk memberikan penghormatan terakhir kepada Bendahara Pengurus PDW Jakarta Utara, Ibu Lanny Widyawati, yang telah berpulang pada 25 April 2026. Dalam kesempatan tersebut, Ibu Desy Keunang mewakili Pengurus WLO menyerahkan tali kasih kepada keluarga almarhumah sebagai ungkapan duka cita dan perhatian dari seluruh anggota WLO.



Penyerahan tali kasih dari PDW Jakarta Utara kepada keluarga almarhumah Ibu Lanny Widyawati sebagai ungkapan belasungkawa

Laporan Pertemuan Bulanan Anggota PDW Jakarta Utara

PDW Jakarta Utara menggelar pertemuan bulanan anggota pada Jumat, 19 Juni 2026, dengan serangkaian agenda yang padat dan berkesan. Pertemuan ini diawali dengan kegiatan rutin arisan anggota dan dilanjutkan dengan latihan dansa bersama untuk menjaga kebugaran dan kebersamaan. Kebahagiaan acara semakin lengkap dengan adanya sesi perayaan ulang tahun bagi para anggota yang lahir di bulan Juni, yaitu Ibu Anie K, Lina Chatarina, Ina Alijan, Yusnita, Yuliusni, Yoke P., dan Ko Li Tjin.



Kegembiraan anggota yang berulang tahun

Momen penuh haru terjadi saat sesi perpisahan pengurus periode 2024-2026 yang telah resmi menyelesaikan masa bakti mereka dengan dedikasi yang luar biasa. Selain agenda internal, para anggota juga melakukan kunjungan langsung ke lokasi program Bakti Sosial "Lansia Hibur Lansia" (LHL) yang tengah berlangsung di Ruang RW 07 Cempaka Putih Barat.



Anggota WLO berkumpul di Kantor RW 07 untuk kegiatan Bakti Sosial Lansia Hibur Lansia (LHL).

Momen penuh haru terjadi saat sesi perpisahan pengurus periode 2024-2026 yang telah resmi menyelesaikan masa bakti mereka dengan dedikasi yang luar biasa. Selain agenda internal, para anggota juga melakukan kunjungan langsung ke lokasi program Bakti Sosial "Lansia Hibur Lansia" (LHL) yang tengah berlangsung di Ruang RW 07 Cempaka Putih Barat. {~}



Berfoto dengan dokter Felix Adrian, M.med.Sci, Sp.N



Mendengarkan presentasi dokter Spesialis Neurologi

Semarak Perayaan HUT ke-25 Paguyuban Dharma Wulan D.I. Yogyakarta



Jajaran Pengurus PDW DIY berfoto bersama pada perayaan HUT ke-25

Paguyuban Dharma Wulan (PDW) D.I. Yogyakarta merayakan Hari Ulang Tahun ke-25 pada Kamis, 18 Juni 2026, di Artotel Bianti Yogyakarta dengan tema Hawaiian. Acara dihadiri sekitar 100 anggota PDW DIY serta tamu undangan dari berbagai komunitas, seperti Hash House Harriers, kelompok jalan pagi, dan Paguyuban Hakka. Seluruh anggota yang hadir mengikuti perayaan ini tidak pungut biaya sebagai bentuk apresiasi atas kebersamaan yang telah terjalin selama ini.

Sejak pukul 17.30 WIB, para tamu mulai berdatangan dan disambut alunan lagu-lagu nostalgia yang dibawakan oleh band pengiring. Pada pukul 18.00 WIB, pembawa acara, Ibu Kristin, membuka acara dengan mengucapkan selamat datang dan mempersilakan para tamu menikmati makan malam bersama. Sambil bersantap, para anggota yang memiliki hobi bernyanyi turut menghibur hadirin dengan diiringi musik dari band dan keyboard.

Sekitar pukul 18.30 WIB, para tamu dipersilakan memasuki ruang utama untuk mengikuti acara inti yang diawali dengan menyanyikan lagu Indonesia Raya dan Hymne Wulan. Acara dilanjutkan dengan parade pengurus, sambutan Ketua PDW DIY, serta seremoni pemotongan kue ulang tahun sebagai ungkapan syukur atas perjalanan PDW DIY yang telah mencapai usia 25 tahun.



Kue Ulang Tahun ke-25 PDW D.I. Yogyakarta, bertema Hawaiian

Suasana semakin meriah dengan berbagai penampilan anggota Wulan, antara lain lagu *Hawaiian Wedding Song* yang dibawakan oleh Ibu Yenni Agustin Wakil Ketua PDW DIY, tarian D-AY Teams Dancer, Ruede Salsa, Chili Cha Cha, line dance, serta ketoprak jenaka

yang diperankan oleh anggota Wulan Yogyakarta. Acara juga dihadiri sejumlah tokoh dan tamu kehormatan, termasuk Gusti Prabukusumo, dan Ibu Aryuni Hadiwinoto selaku Pelindung PDW DIY.



Ibu Yenni Agustin, Wakil Ketua PDW DIY membawakan lagu Hawaiian Wedding Song



Penampilan Ruede Salsa oleh anggota Wulan DIY



Para pemain ketoprak berfoto bersama Gusti Prabukusumo usai pertunjukan



Ibu Aryuni Hadiwinoto, Pelindung PDW DIY, turut hadir memeriahkan perayaan HUT ke-25



Prof. Dr. dr. Bambang Irawan yang hobby nyanyi



Penampilan D_AY Teams Dancer

Selain menjadi ajang silaturahmi dan hiburan, perayaan ini juga menjadi sarana memperkenalkan kegiatan Wulan kepada masyarakat. Beberapa tamu yang hadir menyatakan minat dan langsung mendaftarkan diri sebagai anggota baru. Acara yang berlangsung penuh kehangatan dan keceriaan ini berakhir sekitar pukul 21.30 WIB, bahkan dilanjutkan dengan penampilan spontan Gusti Prabukusumo yang membawakan lagu “Kopi Dangdut” bersama para penari.



*D_AY Teams Dancer foto bersama
Gusti Prabukusumo*

Perayaan HUT ke-25 PDW DIY menjadi bukti bahwa para anggota Wulan tetap aktif, kreatif, dan mampu menjalin kebersamaan yang erat dalam semangat lansia yang mandiri, terhormat, dan bermakna. {~}



*Ibu Idham Samawi, mantan Bupati Bantul,
dan Ibu Endang Hastuti, Pembina Line Dance
PDW DIY.*



*Para tamu kehormatan : Paling kiri
Ibu Anglingkusumo dari Puro Pakualaman dan
paling kanan Prof. Dr. dr Bambang Irawan*



*Keceriaan anggota PDW DIY tampak dalam sesi
foto dengan berbagai gaya*



Ibu Aryati berfoto dengan para penari



Wulan Yogyakarta hadir merayakan HUT ke-25

Pelantikan Ketua Paguyuban Dharma Wulan Cabang Surabaya Masa Bakti 2026-2028



Seluruh anggota PDW Cabang Surabaya yang hadir berfoto Bersama

Paguyuban Dharma Wulan (PDW) Cabang Surabaya menyelenggarakan acara Pelantikan Ketua dan Serah Terima Jabatan Pengurus Masa Bakti 2026-2028 pada Selasa, 30 Juni 2026, bertempat di Gedung Bima, Jalan Gentengkali, Surabaya. Acara berlangsung dengan khidmat dan dihadiri oleh pengurus dan anggota PDW Surabaya.

Rangkaian acara diawali dengan pembukaan oleh Ibu Patricia dan Bapak Didik selaku MC, pembacaan doa oleh Ibu Nancywita. Peserta yang hadir menyanyikan lagu Indonesia Raya dan Hymne Wulan, kemudian dilanjutkan dengan pembacaan Surat Keputusan Kepengurusan (SK) PDW Cabang Surabaya oleh Ibu Hatik.



Pembukaan acara oleh pembawa acara Ibu Patricia dan Bapak Didik

Sekitar pukul 18.30 WIB, para tamu dipersilakan memasuki ruang utama untuk mengikuti acara inti yang diawali dengan menyanyikan lagu Indonesia Raya dan Hymne Wulan. Acara dilanjutkan dengan parade pengurus, sambutan Ketua PDW DIY, serta seremoni pemotongan kue ulang tahun sebagai ungkapan syukur atas perjalanan PDW DIY yang telah mencapai usia 25 tahun.



Pembacaan doa oleh Ibu Nancywita



Menyanyikan lagu Indonesia Raya dan Hymne Wulan



Ibu Hatik membacakan Surat Keputusan Kepengurusan PDW Cabang Surabaya. Prosesi pelantikan diawali dengan penandatanganan berita acara serah terima jabatan Ketua PDW Cabang Surabaya dari ketua masa bakti sebelumnya kepada ketua terpilih periode 2026-2028, Ir. V. Carel Widhiaono. Selanjutnya dilakukan penyerahan SK Kepengurusan kepada Ketua yang baru, disusul penyerahan Pataka PDW Surabaya dari Pengurus Pusat PDW yang diwakili oleh Ibu Lily Suhargo selaku Wakil Ketua PP PDW.



Penandatanganan berita acara serah terima jabatan Ketua PDW Cabang Surabaya dari ketua periode sebelumnya kepada ketua baru.



Penyerahan Surat Keputusan kepada Ketua PDW Cabang Surabaya Masa Bakti 2026-2028.



Penyerahan Pataka PDW Surabaya oleh Wakil Ketua PP-PDW kepada Ketua PDW Cabang Surabaya yang baru.

Acara kemudian dilanjutkan dengan serah terima jabatan pengurus inti, yaitu Sekretaris dari Ibu Dewi Muningsar kepada Bapak Soeprijantoro serta Bendahara dari Ibu Maria Indayani kepada Ibu Sulistyani.



Serah terima jabatan Sekretaris PDW Cabang Surabaya dari Ibu Dewi Muningsar kepada Bapak Soeprijantoro.



Serah terima jabatan Bendahara PDW Cabang Surabaya dari Ibu Maria Indayani kepada Ibu Sulistyani.

Dalam sambutannya, Ketua PDW Cabang Surabaya yang baru, Ir. V. Carel Widhiaono, menyampaikan komitmennya untuk melanjutkan program-program organisasi serta mempererat kebersamaan seluruh anggota. Sambutan berikutnya disampaikan oleh Ibu Lily Suhargo yang membacakan pengarahan tertulis dari Ketua Pengurus Pusat PDW yang berhalangan hadir sekaligus memberikan dukungan kepada kepengurusan baru.



Sambutan Ketua PDW Cabang Surabaya Masa Bakti 2026-2028, Bapak Ir. V. Carel Widhiaono



Ibu Lily Suhargo, Wakil Ketua PP PDW, menyampaikan sambutan dan pengarahan tertulis Ketua PP-PDW yang berhalangan hadir

Sebagai ungkapan terima kasih atas dedikasi dan pengabdianya, Pengurus PDW Cabang Surabaya yang diwakili oleh Ibu Adjirin memberikan kenang-kenangan kepada Ibu Lily Suhargo yang telah menyelesaikan masa baktinya sebagai Ketua Pengurus PDW Cabang Surabaya.



Penyerahan kenang-kenangan kepada Ibu Lily Suhargo sebagai bentuk apresiasi atas dedikasi dan pengabdianya selama menjabat Ketua PDW Cabang Surabaya

Suasana semakin semarak dengan penampilan hiburan dari anggota PDW Cabang Surabaya yang menampilkan berbagai atraksi, antara lain paduan suara, senam senior, Fantastis Doll

Wulan, line dance, couple dance, dan tari Polonaise. Beragam penampilan tersebut menambah kebersamaan seluruh peserta yang hadir.



Paduan Suara Wulan Surabaya



Senam senior



Line dance Wulan Surabaya



Penampilan Couple dance

Pelantikan ini diharapkan menjadi awal yang baik bagi kepengurusan baru dalam menjalankan amanah organisasi serta mengadakan berbagai kegiatan yang bermanfaat bagi seluruh anggota Paguyuban Dharma Wulan. {~}

SUSUNAN PENGURUS PAGUYUBAN DHARMA WULAN CABANG SURABAYA PERIODE 2026 - 2028

Pembina	:	Lily Suhargo
Penasehat	:	1. Veny Swandayani
	:	2. Maria Indayani, Dra
Ketua	:	Ir. V. Carel Widhiaono
Wakil Ketua	:	Bambang Hartanto
Sekretaris	:	1. Soeprijantoro, SE
	:	2. Hermien H.E, Dra
Bendahara	:	1. Sulistyani (Yani Heru)
	:	2. Ratnawati Budiharjo
Bidang Sosial		
Sie Baksos	:	1. Neneng Samiasihe Baksos
	:	2. Ginindra Angganisdfsda
	:	3. Hatik Suprihati, Dra
Sie Kesehatan	:	1. dr. Esther S.I. Witono
	:	2. dr. Juliawati, MARS
	:	3. dr. Leonita Anniwati
	:	4. dr. Etty Melani H
Bidang Ekonomi		
Sie Dana	:	Si1. Neneng Samiasihe Dana
	:	2. Veny Swandayani
	:	3. Anayanti Anadjun
	:	4. Elly Indrawati S.
	:	5. Rose Me Hwa
Sie Humas External	:	Wenny Hastuti
Sie Humas Internal	:	Lily Suhargo
Bidang Seni, Budaya & Olah Raga		
Sie Acara	:	Patricia
Sie Seni & Kreasi	:	Swieta Dewi
Sie Wisata	:	Soedijanto
Sie Dokumentasi	:	Hatik Suprihati, Dra
Sie Umum, Perlengkapan & Konsumsi	:	1. Sianadm
	:	2. Petrus Budiman S.
	:	3. Ardy Halim
	:	4. Anneke Mandang
	:	5. Maya Mei Lie
Sekretariat :		
PDW Cabang Surabaya		
Jl. Taman Asri Utara P-38		
Perum Pondok Chandra Indah		
Waru, Sidoarjo 61256		
HP : 0811-301-122 (Bapak Carel)		



Kersa Tetep Gesang? (Bahasa Jawa) Ingin tetap hidup?

Natalia Hyangana Simon

Anggota PDW DKI Jakarta

Kebanyakan orang bilang “umur di tangan Tuhan”. Itu memang benar, karena Tuhan adalah pemilik kehidupan. Namun kalau Tuhan mengaruniakan umur panjang, lalu bagaimana caranya supaya kita tetap sehat, bahkan bisa menjalani hidup sesuai dengan motto Wulan: Mandiri – Terhormat – Bermakna?

Semua orang tahu bahwa penyakit jantung menjadi salah satu penyebab kematian dengan persentase yang tinggi. Tetapi di sisi lain, kita juga melihat perubahan yang cukup menggembirakan. Masih teringat beberapa tahun lalu ada spanduk bertuliskan “memasyarakatkan olahraga dan mengolahragakan masyarakat”. Sejak saat itu, di banyak lapangan mulai terlihat orang-orang berkumpul untuk berolahraga. Ada senam jantung sehat, taichi, line dance, ling tien kung, merpati putih, dan lain sebagainya.

Dampaknya sekarang mulai terasa. Data menunjukkan bahwa jumlah lansia di Indonesia meningkat cukup tajam. Artinya, semakin banyak orang yang bisa bertahan hidup lebih lama.

Sebenarnya ada tiga hal sederhana yang membuat seseorang bisa bertahan hidup lebih baik.

1. Olahraga

Pilihlah olahraga yang disukai, karena setiap orang punya karakter yang berbeda. Ada yang pendiam, biasanya lebih senang bermain bilyard, catur, atau memancing. Ada juga yang suka

bersosialisasi, tentu lebih menikmati olahraga bersama-sama. Yang suka tantangan, bisa mencoba kegiatan seperti scuba diving untuk melihat keindahan bawah laut, atau hash, yaitu berjalan lintas alam melewati kebun, sawah, sungai, bahkan jalan tanah yang tidak selalu mudah dilalui. Ada juga hiking atau mendaki gunung yang membutuhkan stamina prima.



*Hiking seru dengan
latar megah Gunung
Burangrang*



*Hash bersama teman-
teman di Bandung, penuh
tawa dan kebersamaan*



*Momen kebersamaan para Hasser di
Gunung Papandayan, Garut*

Namun, hal terpenting bukanlah jenis olahraganya, melainkan konsistensinya. Memasuki usia lanjut, olahraga berat sebaiknya dikurangi dan diganti dengan aktivitas yang lebih ringan namun tetap bermanfaat, seperti jalan sehat atau senam.



Akuatik santai di kolam hangat Apartemen Landmark Bandung

2. Pola Makan

Memasuki usia di atas 60 tahun, sebaiknya konsumsi karbohidrat mulai dikurangi. Jika sebelumnya terbiasa makan sepiring nasi, bisa dikurangi menjadi beberapa sendok nasi merah atau hitam yang lebih sehat. Sebaliknya, protein perlu ditingkatkan untuk membantu fungsi otak dan tubuh. Ikan dan ayam lebih dianjurkan dibandingkan daging merah, sementara seafood sebaiknya tidak terlalu sering.

Sayuran sangat penting, terutama yang berwarna hijau, merah, ungu, dan putih. Buah-buahan juga baik dikonsumsi, namun sebaiknya memilih yang sedang musim agar lebih segar dan terjangkau. Buah yang terlalu manis atau terlalu asam tetap perlu dibatasi. Selain itu, berat badan juga harus diperhatikan. Terlalu gemuk dapat menjadi sumber berbagai penyakit dan menjadi beban bagi tubuh, terutama kaki. Cara sederhana untuk menghitung berat badan ideal adalah:

Minimal: tinggi badan – 110

Maksimal: tinggi badan – 100

3. Pola Hidup

Gaya hidup memiliki peran besar dalam menentukan kualitas kesehatan.

- a. Menghindari rokok
- b. Mengelola stres, dan menjaga waktu istirahat merupakan langkah penting. Tidur yang cukup membantu tubuh melakukan pemulihan secara alami.

Hidup memang tidak selalu berjalan mulus. Langit tidak selalu biru, dan laut tidak selalu tenang. Kadang ada gelombang bahkan badai yang datang. Dalam kondisi seperti itu, manusia yang lemah membutuhkan pertolongan dari Tuhan. Dialah sumber kekuatan yang mampu memberikan ketenangan dan jalan keluar dari setiap masalah.

- c. Selain itu, tidur yang cukup juga sangat penting. Usahakan tidur sebelum pukul 22.00 karena tubuh melakukan proses pemulihan secara alami pada malam hari. Tidur dalam kondisi gelap membantu produksi melatonin yang baik untuk daya tahan tubuh. Dengan tidur yang cukup, tubuh akan terasa lebih segar saat bangun.
- d. Tidak kalah penting, teruslah belajar sesuatu yang baru. Hal ini membantu menjaga otak tetap aktif sehingga tidak mudah mengalami penurunan fungsi. Bisa belajar bermain mahjong, xiangqi, merajut, melukis, musik, atau bahkan bahasa baru-apa saja yang menarik hati. Pada akhirnya, pilihan ada di tangan kita. Jika ingin hidup panjang dengan tetap mandiri, terhormat, dan bermakna, maka jalannya adalah menjaga olahraga, pola makan, dan pola hidup.

Dan yang terpenting, isi hari-hari yang Tuhan percayakan dengan hal-hal yang bernilai: berdoa bagi keluarga, sesama, bangsa dan negara, serta membaca dan melakukan firman Tuhan sesuai kepercayaan masing-masing agar hidup kita menjadi berkat bagi orang lain.

Salam sehat dan sampai jumpa. {~}

Bandung, Lebaran 2026
Natalia Hyangana Simon



Bugar dan Ceria melalui Permainan Hidden Block

Artikel ini disarikan dan dikembangkan oleh Tim Redaksi Wulan Denpasar berdasarkan materi edukasi mengenai Hidden Block yang dibawakan oleh **Ibu Hetty H** pada Pertemuan Rutin Bulan Maret 2026 di PDW Cabang Denpasar.

Di **usia emas**, momen kebersamaan, keceriaan, dan aktivitas ringan yang menyenangkan menjadi semakin berharga. Salah satu kegiatan yang bisa dilakukan baik secara perorangan maupun beregu adalah permainan **Hidden Block**—permainan sederhana yang membuat **tubuh menjadi bugar dan jiwa menjadi ceria**.

Hidden Block adalah permainan menyusun dan menemukan susunan balok yang tersembunyi. Cara bermainnya **mudah dipahami** dan sangat cocok untuk kita-kita di usia emas ini. Tanpa aturan yang rumit, permainan ini mengajak peserta untuk **mengamati, mencoba, dan menikmati setiap prosesnya dengan santai**.

Yang membuat permainan ini istimewa adalah suasananya. **Bukan tentang siapa yang paling cepat atau paling hebat**, melainkan tentang **kebersamaan yang tercipta**. Saat bermain, sering terdengar **tawa spontan, candaan ringan, dan dukungan satu sama lain**, yang membuat **jiwa ceria** dan membantu **tubuh tetap bugar**.

Manfaat Hidden Block

- *Melatih otak dan konsentrasi* – Menyusun balok membuat otak tetap aktif, melatih daya ingat, dan menjaga kejernihan berpikir.
- *Menjaga koordinasi tubuh* – Gerakan

tangan dan mata tetap terlatih, menjaga kelenturan gerak sehari-hari.

- *Memelihara jiwa* – Aktivitas ini menenangkan, mengurangi stres, dan menciptakan suasana hangat serta ceria.

Bisa dimainkan Sendiri maupun Bersama

Jika Anda memiliki set balok sendiri, Anda bisa mencoba menyusun pola atau soal dari buku panduan atau cetakan online. Bermain sendiri membantu **melatih konsentrasi, ketelitian, dan koordinasi tangan-mata**, sekaligus menenangkan **jiwa**. Cocok untuk mengisi waktu di rumah dengan aktivitas ringan yang tetap bermanfaat untuk **tubuh dan jiwa**.



Permainan Hidden Block

Saat dimainkan bersama dalam berbagai tingkatan usia, baik itu bersama keluarga, kenalan atau komunitas, manfaatnya bertambah: tertawa bersama, rasa dekat, dihargai, dan mempererat kebersamaan. Jadi permainan ini fleksibel, bisa santai sendiri, tapi lebih hangat dan ceria bila bersama.

Tips Praktis tentang Hidden Block

1. Tempat Mendapatkan Hidden Block

- **Offline:** Toko mainan, bagian edukasi toko buku, atau pusat hobi.
- **Online:** Platform belanja populer, kata kunci: "Hidden Block Game," "Puzzle Balok," "Stacking Blocks Game."

2. Pola / Soal Hidden Block

- Jika sudah memiliki set balok sendiri, banyak situs dan aplikasi menyediakan **soal atau aneka pola Hidden Block** yang bisa dicetak atau dimainkan digital.
- Gunakan kata kunci pencarian: "Puzzle balok tersembunyi," "Tantangan balok logika," "Latihan susun balok," "Soal Hidden Block printable," "Pola puzzle balok untuk lansia."

3. Tips Bermain

- Pilih ukuran blok yang nyaman digenggam.
- Mulai dengan pola sederhana, lalu tingkatkan kesulitan secara bertahap.

Dengan begitu, setiap dari kita bisa menghadirkan keseruan Hidden Block di rumah atau saat berkumpul bersama keluarga dan kenalan, pada berbagai tingkatan usia, sambil tetap menjaga tubuh tetap bugar dan jiwa tetap ceria. {~}



Permainan Hidden Block

*"Dari permainan
sederhana, tersimpan
kebahagiaan yang luar
biasa, terutama saat
bermain bersama-sama.
Satu blok, satu tawa, satu
momen di usia emas kita."*



Refleksi Tahun Baru Hijriah dan Hari Lanjut Usia Nasional. Hijrah di Usia Senja: Terus Bertumbuh, Terus Bermakna

Belum lama kita memperingati Hari Lanjut Usia Nasional (HLUN) ke-30 pada 29 Mei 2026 dan pada tanggal 16 Juni 2026 adalah Tahun Baru 1448 Hijriyah. Dua momen ini menarik untuk diintegrasikan untuk diambil hikmahnya oleh kita semua, terutama para warga usia lanjut.

Setiap pergantian tahun selalu mengajak kita untuk merenung. Ada yang telah berhasil kita capai, ada yang belum terwujud, ada pula pelajaran berharga yang diberikan oleh perjalanan hidup. Bagi umat Islam, Tahun Baru Hijriah mengingatkan pada peristiwa hijrahnya Nabi Muhammad dari Kota Makkah ke Madinah, yaitu perjalanan yang menjadi titik awal perubahan menuju kehidupan yang lebih baik. Sementara itu, Hari Lanjut Usia Nasional mengingatkan kita bahwa memasuki usia senja bukanlah akhir dari perjalanan, melainkan babak kehidupan yang sarat dengan pengalaman, kebijaksanaan, dan kesempatan untuk terus memberi makna.

Meskipun berasal dari peristiwa dan momentum yang berbeda, keduanya mengandung pesan yang sama: kehidupan selalu menyediakan ruang untuk bertumbuh dan pertumbuhan itu tidak dibatasi oleh usia.

Hijrah Tidak Hanya Berarti Perpindahan Tempat

Ketika mendengar kata "hijrah", banyak orang membayangkan perpindahan dari satu tempat ke tempat lain. Padahal,

makna hijrah yang lebih mendalam adalah perubahan menuju keadaan yang lebih baik. Hijrah dapat berupa perubahan cara berpikir, sikap, maupun kebiasaan sehari-hari.

Bagi para senior, hijrah bisa dimulai dari hal-hal yang sederhana. Dari lebih banyak bersyukur daripada mengeluh. Dari mempererat hubungan dengan keluarga yang mungkin sempat renggang. Dari lebih peduli terhadap sesama. Dari memaafkan kesalahan orang lain maupun berdamai dengan diri sendiri.

Perubahan-perubahan kecil itulah yang sesungguhnya membuat hidup menjadi lebih damai dan bermakna.



Menjadi Tua Bukan Berarti Berhenti Bertumbuh

Ada anggapan bahwa usia lanjut adalah masa untuk berhenti, masa ketika seseorang tidak lagi memiliki peran penting dalam kehidupan. Padahal, kenyataannya tidak demikian.

Usia lanjut bukanlah tanda bahwa seseorang telah selesai bertumbuh. Sebaliknya, usia senja adalah masa ketika pengalaman panjang kehidupan telah menempa seseorang menjadi lebih matang dan lebih bijaksana.

Banyak orang justru menemukan kebahagiaan baru setelah memasuki masa pensiun. Ada yang aktif dalam kegiatan sosial, menjadi penggerak komunitas, mengisi kegiatan kerohanian, berbagi pengalaman kepada generasi muda, menulis, bercocok tanam, atau sekadar menjadi tempat bertanya dan bersandar bagi anak dan cucu.

Kehadiran para lansia sesungguhnya merupakan anugerah bagi keluarga dan masyarakat. Pengalaman hidup yang panjang adalah harta yang tidak ternilai, yang tidak dapat digantikan oleh kemajuan teknologi ataupun kecerdasan buatan.

Berdamai dengan Masa Lalu, Menata Masa Kini

Setiap perjalanan hidup tentu memiliki cerita yang berbeda. Ada keberhasilan yang patut disyukuri, tetapi ada pula kegagalan, kehilangan, atau harapan yang belum terwujud.

Memasuki usia senja bukan berarti hidup harus bebas dari penyesalan. Namun, usia yang semakin matang memberi kesempatan kepada kita untuk melihat segala pengalaman dengan lebih bijaksana. Tidak semua hal dapat diubah, tetapi semua pengalaman dapat dimaknai. Masa lalu adalah guru yang membentuk diri kita hari ini. Karena itu, tidak perlu terus-menerus memikul beban yang telah berlalu. Yang lebih penting adalah bagaimana kita menjalani hari ini dengan

hati yang lebih lapang dan pikiran yang lebih jernih.



Hari Lanjut Usia Nasional: Merayakan Kehidupan yang Tetap Bermakna

Hari Lanjut Usia Nasional yang diperingati setiap tanggal 29 Mei bukan sekadar seremoni tahunan. Peringatan ini mengandung penghargaan atas peran dan kontribusi para senior yang telah mengabdikan sebagian besar hidupnya bagi keluarga, masyarakat, dan bangsa.

Menjadi lansia bukan berarti menjadi penonton dalam kehidupan. Para senior tetap memiliki kesempatan untuk berkarya, berbagi, dan menjadi sumber inspirasi bagi generasi yang lebih muda.

Barangkali pada usia muda, ukuran keberhasilan sering dikaitkan dengan pencapaian dan prestasi. Namun memasuki usia senja, ukuran keberhasilan dapat berubah menjadi sesuatu yang lebih sederhana tetapi lebih mendalam: seberapa besar manfaat yang telah kita berikan, seberapa banyak kasih sayang yang telah kita tebarkan, dan seberapa banyak hati yang telah kita bahagiakan.



Terus Bertumbuh, Terus Bermakna
Tahun Baru Hijriah dan Hari Lanjut Usia Nasional sama-sama mengingatkan bahwa hidup tidak berhenti hanya karena usia bertambah. Selalu ada kesempatan untuk memulai kebiasaan yang lebih baik, mempererat persaudaraan, memperdalam kehidupan rohani, memperluas kepedulian, serta menebarkan semangat dan harapan kepada sesama.

Sebab pada akhirnya, yang membuat hidup menjadi indah bukanlah banyaknya tahun yang telah dijalani, melainkan seberapa besar makna yang kita hadirkan dalam tahun-tahun itu. Memasuki usia senja bukan berarti perjalanan telah sampai di penghujung. Justru pada fase inilah seseorang memanen hikmah, membagikan pengalaman, dan meninggalkan warisan yang paling berharga: keteladanan, kasih sayang, dan jejak kebaikan.

Itulah hakikat hijrah yang sesungguhnya. Bukan sesederhana berpindah tempat, melainkan terus bergerak menuju pribadi yang lebih bijaksana, lebih damai, dan lebih bermakna. Karena selama hayat masih dikandung badan, tak pernah ada kata terlambat untuk menjadi lebih baik. {~}



Kotak Renungan

Hijrah di usia senja dapat berupa langkah sederhana:

- Lebih banyak bersyukur daripada mengeluh.
- Menjaga kesehatan sebagai bentuk syukur atas kehidupan.
- Mempererat hubungan dengan keluarga dan sahabat.
- Berdamai dengan masa lalu dan belajar memaafkan.
- Tetap belajar dan terbuka terhadap hal-hal baru.
- Berbagi pengalaman dan menjadi inspirasi bagi generasi muda.
- Menebarkan kebaikan dan kepedulian kepada sesama.

*
"Usia mungkin
menjadikan rambut
memutih dan langkah
melambat, tetapi hati
yang penuh syukur dan
semangat untuk memberi
manfaat akan selalu
membuat kehidupan
tetap muda dan
bermakna."
*

Hikmah Hari Pendidikan Nasional

Usia Boleh Senja, Semangat Belajar Tetap Menyala

Setiap tanggal 2 Mei, bangsa Indonesia memperingati Hari Pendidikan Nasional. Nama Ki Hadjar Dewantara selalu dikenang sebagai pelopor pendidikan yang meyakini bahwa pendidikan adalah proses memanusiakan manusia. Namun, ketika mendengar kata “pendidikan”, pikiran kita sering langsung tertuju pada sekolah, guru, dan anak-anak. Padahal, sesungguhnya pendidikan tidak mengenal batas usia.

Belajar bukanlah kegiatan yang berhenti ketika seseorang lulus sekolah atau memasuki masa pensiun. Selama manusia masih diberi kesempatan hidup, selama itu pula proses belajar terus berlangsung. Bahkan, bagi warga usia lanjut, semangat belajar justru memiliki makna yang lebih mendalam: menjaga kesehatan pikiran, memperkaya jiwa, dan tetap menjadi pribadi yang bermanfaat bagi sesama.

Di tengah perkembangan zaman yang begitu cepat, banyak hal baru yang perlu dipahami. Teknologi digital, cara berkomunikasi melalui media sosial, informasi kesehatan, hingga pengetahuan tentang pola hidup sehat merupakan contoh-contoh yang terus berkembang. Tidak sedikit warga senior yang dengan penuh semangat belajar menggunakan telepon pintar, mengikuti berbagai pelatihan, membaca buku, atau menghadiri pengajian dan pertemuan komunitas. Semua itu merupakan bagian dari pendidikan sepanjang hayat.

Belajar di usia senja bukan untuk mengejar gelar atau penghargaan, melainkan untuk tetap bertumbuh. Pikiran yang aktif akan membantu menjaga daya ingat, memperluas wawasan, serta membuat kehidupan terasa lebih bermakna. Rasa ingin tahu dan semangat untuk terus belajar adalah tanda bahwa jiwa seseorang tetap muda, meskipun usia terus bertambah.



Namun, warga usia lanjut sesungguhnya bukan hanya pembelajar. Mereka juga adalah pendidik. Pengalaman hidup yang panjang merupakan sumber hikmah yang sangat berharga bagi keluarga dan masyarakat. Nilai-nilai kejujuran, kerja keras, kesederhanaan, gotong royong, kesabaran, dan keteguhan menghadapi berbagai tantangan hidup adalah pelajaran yang tidak selalu ditemukan di ruang kelas.

Kehadiran para senior dalam keluarga dan masyarakat ibarat sebuah perpustakaan hidup. Kisah perjuangan, pengalaman melewati berbagai perubahan zaman, serta keteladanan dalam kehidupan sehari-hari menjadi

warisan yang tak ternilai bagi generasi penerus. Sebab, pendidikan yang paling berkesan sering kali bukan berasal dari kata-kata, melainkan dari teladan yang nyata.

Dalam konteks itulah, paguyuban warga usia lanjut memiliki peran yang sangat penting. Paguyuban bukan sekadar tempat berkumpul atau bersilaturahmi, melainkan juga menjadi ruang belajar bersama. Melalui berbagai kegiatan seperti senam kesehatan, pelatihan keterampilan, diskusi, bakti sosial, maupun kegiatan seni dan budaya, para anggota terus bertumbuh dan saling memperkaya satu sama lain.

Semangat saling berbagi dan saling belajar inilah yang membuat paguyuban menjadi “sekolah kehidupan” yang tidak pernah tutup. Di sana, setiap orang dapat menjadi murid sekaligus guru. Yang satu berbagi pengalaman, yang lain memberikan semangat, dan semuanya tumbuh bersama dalam suasana persaudaraan.



Memperingati Hari Pendidikan Nasional hendaknya mengingatkan kita bahwa belajar tidak dibatasi oleh usia. Rambut boleh memutih, langkah mungkin tak lagi secepat dulu, tetapi semangat untuk menambah pengetahuan dan menebarkan kebijaksanaan hendaknya tetap menyala.

Ki Hadjar Dewantara pernah mengatakan, “Setiap orang menjadi guru, setiap rumah menjadi sekolah.” Bagi warga usia lanjut, pesan itu terasa sangat dekat. Dalam keluarga, di lingkungan masyarakat, dan di dalam paguyuban, para senior tetap memiliki peran mulia sebagai pembelajar sekaligus pendidik.

Karena sesungguhnya, usia senja bukanlah akhir dari perjalanan untuk bertumbuh. Justru pada masa inilah pengalaman hidup yang kaya dapat menjadi cahaya yang menerangi orang lain. Dan selama semangat belajar masih hidup, selama itu pula kehidupan akan selalu memiliki harapan dan makna. {~}

Selamat Hari Pendidikan Nasional. Usia boleh senja, tetapi semangat belajar hendaknya tetap menyala.



Meresapi Hari Lahir Pancasila

Hari Lahir Pancasila bagi para lansia adalah momen refleksi mendalam, meneguhkan kembali peran mereka sebagai penjaga nilai-nilai luhur bangsa. Di usia senja, lansia melihat Pancasila bukan sekadar sejarah atau hafalan, melainkan kompas moral dan saksi hidup perjuangan bangsa yang harus terus diwariskan kepada generasi penerus.

Berikut adalah ulasan mengenai makna penting Hari Lahir Pancasila bagi para lansia:

1. Simbol Perjuangan dan Memori Sejarah yang Hidup

Bagi para lansia, khususnya mereka yang menjadi saksi sejarah masa-masa pembentukan bangsa atau perjuangan kemerdekaan, Pancasila bukanlah teks teoritis. Nilai-nilai yang diperkenalkan pada 1 Juni 1945 tersebut adalah intisari dari semangat gotong royong dan tekad persatuan yang mereka rasakan sendiri dalam mempertahankan kedaulatan. Peringatan ini menjadi waktu yang tepat untuk mengenang kembali semangat nasionalisme yang tidak boleh luntur oleh waktu.



2. Pelita Kebijaksanaan di Tengah Masyarakat

Lansia sering kali menempati posisi sebagai tokoh panutan, sesepuh, dan penasihat dalam lingkungan keluarga maupun masyarakat. Para lansia dapat menjadi teladan dalam mengimplementasikan nilai toleransi, musyawarah untuk mufakat, dan menjaga kerukunan antargenerasi. Kearifan yang mereka miliki sangat relevan untuk meredam polarisasi atau perpecahan.



3. Pewaris Nilai kepada Generasi Penerus

Salah satu tugas terbesar para lansia adalah menjadi jembatan sejarah bagi anak dan cucu. Hari Lahir Pancasila menjadi momentum emas bagi para lansia untuk menceritakan kembali nilai perjuangan para pendiri bangsa dan makna kebhinekaan kepada generasi yang lebih muda. Dengan membagikan kisah dan pengalaman masa lalu, lansia turut serta menanamkan fondasi karakter bangsa agar generasi penerus tetap mencintai tanah air.

4. Pengingat untuk Saling Mengasihi (Kemanusiaan yang Adil dan Beradab)

Sila kedua dan kelima dari Pancasila menekankan tentang hak asasi manusia dan keadilan sosial. Peringatan Hari Lahir Pancasila juga menjadi pengingat bagi lingkungan, komunitas, dan pemerintah bahwa para lansia berhak mendapatkan perhatian, penghormatan, dan jaminan kesejahteraan di masa tua mereka. Ini adalah bentuk perwujudan dari masyarakat yang beradab dan menjunjung tinggi keadilan sosial bagi seluruh rakyat Indonesia.

5. Semangat Gotong Royong untuk Kesejahteraan Bersama

Nilai gotong royong yang menjadi inti dari Pancasila adalah salah satu cara pandang yang erat dengan keseharian para lansia. Di usia emas, semangat kebersamaan ini memotivasi para lansia untuk terus aktif berkontribusi dalam kegiatan sosial, menjaga lingkungan, serta saling membantu dengan sesama anggota masyarakat. Hal ini membuktikan bahwa dedikasi terhadap bangsa dan negara tidak pernah berhenti meski usia terus bertambah.

Selaras dengan visi misi Paguyuban Dharma Wulan : **“MANDIRI – TERHORMAT – BERMAKNA”** , maka hari lahir Pancasila menjadi momen bagi kita untuk merefleksikan sejauh mana kita sebagai aset bangsa di usia emas mampu menjadi panutan bagi kaum muda untuk lebih menghargai dan mencintai bangsa kita sendiri. Apakah kita mencerminkan pribadi yang menjunjung tinggi nilai-nilai Pancasila dalam keseharian kita? Apakah kita mewariskan sikap saling menghormati, menghargai, dan mengasihi, atau justru kita menjadi pemicu perselisihan dan perpecahan di dalam interaksi kita sehari-hari? Apakah kita menjadi berkat bagi sesama kita atau justru menjadi beban bagi lingkungan kita?

Apakah kita cuma asik membahagiakan diri kita sendiri, atau justru membawa kebahagiaan bagi orang-orang di sekitar kita?

Mari bersama kita wujudkan nilai-nilai Pancasila dalam kehidupan kita sehari-hari sekaligus mewujudkan visi misi Dharma Wulan. {~}

SALAM WULAN !



KOLOM KREASI WULANDERS

Kolom ini diperuntukkan bagi anggota PDW yang ingin membagikan hasil karya, pengalaman dan kreasinya kepada anggota lain. Hasil karya bisa berupa puisi, cerpen, gambar/lukisan, karya rajutan/sulaman/jahit/ukiran/pahat/art deco, fotografi, dll. Tujuannya adalah untuk berbagi inspirasi dan pengalaman kepada anggota lainnya mengisi hari-hari dengan penuh makna, bahkan bisa menjadi berkat bagi yang lain.

Bagi anggota yang berminat mengisi kolom ini, silakan hubungi Diana Diredja di nomor 0818990494.

Tulisan diatas sebagai “sticky-note” (catatan disamping tulisan)

Bercocok tanam itu Mengasyikkan

B Di edisi kali ini, kita akan berkenalan dengan Ibu Neng Holiah dari PDW Garut. Ibu Neng Holiah bergabung dengan PDW sejak PDW Garut terbentuk tahun 2024. Ibu Neng suka sekali bercocok tanam. Hobinya ini tersalurkan di PDW Garut yang memang banyak beraktivitas bercocok tanam. Bu Neng mengenal dunia berkebun sejak usia 8 tahun. Awal mulanya karena bu Neng suka membantu neneknya berkebun. Nenek bu Neng punya kebun buah dan sayur, dan melalui neneknya lah Bu Neng belajar banyak mengenai berkebun. Pengalaman paling berkesan ia rasakan ketika pertama kali memanen hasil kebun sendiri. Bu Neng masih ingat betapa bangga dan bahagianya ketika memetik buah dan sayuran segar dari kebunnya. Bahkan bu Neng langsung memakannya begitu saja. Rasanya begitu lezat dan memuaskan. Sejak itu ia jatuh cinta pada dunia berkebun.

Pada awalnya Bu Neng mengalami kesulitan seperti yang dialami semua pemula. Bu Neng minim pengetahuan tentang jenis-jenis tanaman yang sesuai kondisi tanah dan iklim, bagaimana cara menghadapi hama dan penyakit tanaman, apa pupuk yang tepat dan kapan waktu yang tepat untuk pemupukan. Tetapi bu Neng pantang menyerah. Ia membaca banyak buku, mencari informasi di internet, bertanya kepada petani-petani lokal, bahkan bu Neng mengikuti komunitas bercocok tanam di media sosial. Salah satu komunitas yang ia ikuti adalah Komunitas Tani Organik.

Bagi bu Neng, bercocok tanam bukan hanya sekedar hobi, tetapi juga cara efektif untuk menjaga kesehatan fisik dan mental. Menurut bu Neng, bercocok tanam memberinya manfaat :

1. Meningkatkan Kesehatan fisik dan mental karena tubuh bergerak dan berpikir kreatif ketika kita menjalankan aktivitas, terutama aktivitas yang kita sukai.
2. Menyediakan makanan sehat dan segar untuk keluarga, bahkan bisa dikomersialkan.
3. Meningkatkan kualitas udara dan menambah asri lingkungan.
4. Memberikan rasa bahagia dan bangga ketika panen berhasil
5. Mengurangi stress dan kecemasan

Saat ini bu Neng menanam berbagai tanaman seperti pisang, pepaya, anggur, strawberi, pandan, sereh, sirih, bunga telang, dan berbagai bunga di pekarangan sekitar rumahnya. Selain itu, bu Neng juga memiliki kebun di Tasikmalaya dan Bogor.

Bagi Bapak/Ibu yang tertarik mendalami dunia berkebun, bu Neng membagikan beberapa tips sebagai berikut :

1. Pilih tanaman yang sesuai dengan iklim dan kondisi tanah.
2. Siapkan lahan dan peralatan yang diperlukan. Berkreasilah dengan lahan dan peralatan yang ada.
3. Disiplin merawat tanaman. Lakukan dengan sepenuh hati dan nikmati prosesnya langkah demi langkah.
4. Eksplorasi dan terus mencari tahu. Manfaatkan medsos, internet, dan komunitas yang mendukung hobi Anda.
5. Gagal ? coba lagi

Bu Neng merekomendasikan channel youtube “Permaculture Indonesia” , buku “Bercocok Tanam untuk Pemula” karangan Ir. Sutopo Purwo Nugroho, dan buku “Permakultur : Panduan Praktis untuk Bercocok Tanam” karangan Bill Mollison bagi Bapak dan Ibu yang tertarik bercocok tanam yang ramah lingkungan. {~}



Mari Menjadi Orang Tua Asuh

Donatur yang menjadi “Cahaya Harapan” bagi anak yang kurang beruntung, membantu di bidang pendidikan melalui Program Orang Tua Asuh (OTA) YAYASAN DHARMA WULAN bekerja sama dengan Yayasan Anak Indonesia Mandiri Sejahtera (YAI).

Nama	PDW	Jml Anak	Anak Asuh
Bapak Wisnu Lohanatha	DKI Jakarta	2	Wahyu Aji Saputro Putri Lestari
Bapak Haerul Bestari Bengardi	Bogor	2	Verataningrum Aris Nur Hidayat
Ibu Wahjuni Jahja Lohanatha	DKI Jakarta	2	Joko Listiyanto Lidia Novita
Bapak H. Faisal Hammadiyah	Bogor	1	Eva Anggraini
Ibu Hj. Nurhayatie Abdullah	Bogor	1	Zaidan Nova Arziki
Bapak Bob Hage	Sentul	2	Muhamad Lutfi Hakim Tirta Aji Ariyanto
	JUMLAH	10	

Perpustakaan

Yayasan Anak Indonesia menyelenggarakan kegiatan Perpustakaan yang berada di Cicurug-Jawa Barat, Kamal Muara-Jakarta Utara, Depok-Jawa Barat, Boyolali-Jawa Tengah, Semarang-Jawa Tengah, Pasuruan-Jawa Timur, Kupang-Flores, Ende-Flores, Karangasem-Bali.

Kegiatan perpustakaan ini bertujuan agar anak-anak memiliki kesempatan untuk membaca dan mencari informasi yang diperlukan sehingga dapat menambah pengetahuan.

Kami menerima donasi buku-buku untuk disalurkan ke perpustakaan untuk menambah koleksi buku-buku yang ada.



Info lebih lanjut dapat menghubungi:

YAYASAN ANAK INDONESIA MANDIRI SEJAHTERA

Jl. H. Samali 79

Pejaten Barat, Jakarta 12510

Telpon : 021 - 790 2989

ANGGOTA BARU

PDW Kabupaten Garut

- 10166 R. Tati Kuswanti
- 10167 Sofi Sofiati
- 10168 Dini Amaliah
- 10169 Enung Nurhayati
- 10170 Cucu Nova Mulia
- 10171 Dedah
- 10172 Sarip Hidayat
- 10173 Nur Budiawati
- 10174 Iin Marwati
- 10175 Dede Herman
- 10176 Khoerun
- 10177 Ersu

PDW Bandar Lampung

- 10178 Linda Susianti
- 10179 Indrianny Lukman (Tenny)
- 10180 Lily Yuliana
- 10181 Liu Fung Jin (Afung)
- 10182 Meliana (Lie Mei)
- 10183 Yanti Tjandra

PDW DKI Jakarta

- 10184 Dra. Paulina Maria Hutagalung
- 10185 Irene Celine Hendarmin (Ay Rin)

PDW Jakarta Utara

- 10186 Mimik Djakfar (Sudarmi)
- 10187 Nieni Wawolangi
- 10188 Sofitje Elizabeth Mamuaya
- 10189 Thu Mieling

PDW Bogor

- 10190 Suci Rahayu, SH
- 10191 Dra. Trie Murni
- 10192 Hj. Endah Sulistiawati

- 10193 Kartika Daryani

- 10194 Eva Cahyani

- 10195 Gustini

- 10196 Harisah

- 10197 Hasnaida Afandi

- 10198 Suliati

- 10199 Ulfanah

- 10200 Santi Rosiana

- 10201 Agustin Rahayu

- 10202 Erni Dartini

PDW Surabaya

- 10203 Wahyuningsih (Luciana)

- 10204 Rika Kartatik Sugiyo

- 10205 Lisanawati K. (Lily)

- 10206 Suprihatin (Ibu Angga)

PDW Sentul Rukun Seroja

- 10207 R.AY. M. Elegia Ratna
Eddhie S.

PDW Sukabumi

- 10208 Tjui Mui

- 10209 Angela Bonifacia Mariani
Hakim (Angel)

PDW Tasikmalaya

- 10210 10210 Enung Badriyah

- 10211 10211 Apong Solihat

- 10212 10212 Iis Laelasari

Anggota Yang Dikenang

**Pengurus Yayasan Dharma Wulan
Pengurus Pusat PDW
dan Pengurus PDW Jakarta Pusat**
turut berduka cita atas meninggalnya



Ir. Sasanti Adiprasetya
Anggota PDW Jakarta Pusat

Lahir : 01 Mei 1941 (85thn)
Wafat : Kamis, 07 Mei 2026
Dikremasi : Senin, 11 Mei 2026,
di Krematorium Carolus,
Jakarta Pusat

**Semoga keluarga yang
ditinggalkan diberi ketabahan**

**Pengurus Yayasan Dharma Wulan
Pengurus Pusat PDW
dan Pengurus PDW Jakarta Utara**
turut berduka cita atas meninggalnya



Lanny Widayati
Anggota PDW Jakarta Utara

Lahir : 10 Juli 1950 (75 thn)
Wafat : Sabtu, 25 April 2026
Dikremasi : Selasa, 28 April 2026,
di Krematorium Sentosa,
Jakarta

**Semoga keluarga yang
ditinggalkan diberi ketabahan**

**Pengurus Yayasan Dharma Wulan
Pengurus Pusat PDW
dan Pengurus PDW Jakarta Timur**
turut berduka cita atas meninggalnya



Lili Eliana Tanjung
Anggota PDW Jakarta Timur

Lahir : 18 Agustus 1850 (75thn)
Wafat : Jumat, 26 Juni 2026
Dikremasi : Senin, 19 Juni 2026,
di Krematorium Heaven,
Jakarta

**Semoga keluarga yang
ditinggalkan diberi ketabahan**

**Pengurus Yayasan Dharma Wulan
Pengurus Pusat PDW
dan Pengurus PDW Malang**
turut berduka cita atas meninggalnya



A. Handoko Gondotienarso
Anggota PDW Malang

Lahir : 30 Mei 1947 (78 thn)
Wafat : Jumat, 3 April 2026
Dimakamkan : Selasa, 7 April 2026,
di Pemakaman Sukun-Malang

**Semoga keluarga yang
ditinggalkan diberi ketabahan**

heavenly blush® YOGURT TANPA GULA, ENAK & SEHAT!

Yogurt yang cocok untuk Lansia ini,
mengandung serat yang tinggi
dari buah dan sayur.
Minumlah setiap hari agar membantu
BAB menjadi teratur.



heavenlyblush®
MIRUKU
ミルク
GUT FRIENDLY MILK

SUSU NYAMAN DI PERUT TANPA GULA PASIR



Kini, semua di usia lanjut bisa minum susu tanpa gangguan perut, dengan **susu bebas laktosa** yang dilengkapi Kalsium, Vit D3 dan Vit K2. Vit D3 akan membantu kalsium terserap tubuh dengan baik dan Vit K2 akan membantu meletakkan kalsium di tulang, tidak di pembuluh darah.

Tersedia di Lion Superindo, Grand Lucky, Aeon, Foodhall, Farmers, Ranch Market, Diamond dan lainnya.

Delivery Order Jabodetabek : **+62 813 - 1535 - 6882**