

# Arti dan Niat Puasa Nifsu Syaban

Category: Seleb

6 Maret 2023



**Prolite** – Bulan syaban adalah bulan penuh berkah. Bulan kedelapan dalam kalender Hijriah itu para umat muslim disunahkan berpuasa Nifsu Syaban.

Bulan Syaban atau tanggal 1 Syaban jatuh pada tanggal 21 Februari dan hari ke 15 jatuh pada tanggal 8 Maret 2023. Puasa Nifsu Syaban dilakukan dari tanggal 1– 15 Syaban 1444 H atau 21 Februari hingga 8 Maret 2023.

Diantara tanggal tersebut kamu bisa melaksanakan puasa Ayamul bidh yang jatuh pada tanggal 13,14 dan 15 syaban 1444 H atau tanggal 6,7,dan 8 Maret 2023.

Puasa hanya boleh dilakukan pada tanggal 1 – 15 Syaban jika mau melakukan puasa setelah tanggal itu maka hukumnya tidak

boleh.

Melakukan puasa Syaban hukumnya sunah namun jika dikerjakan mendapat pahala namun jika ingin melakukan puasa Syaban bukan pada tanggal 1-15 Syaban 1444 H maka hukumnya tidak boleh.

Bagi yang akan melakukan puasa Syaban pastikan untuk membaca doa niat puasa Syaban dan puasa Ayyamul bidh, adapun bacaannya sebagai berikut.

Niat Puasa Syaban : “*Nawaitu shauma ghadin ‘an ada’i sunnati Sya’bana lillahi ta’ala*”

Artinya “Aku berniat puasa sunah Syaban esok hari karena Allah SWT”.

Niat Puasa Ayyamul Bidh

*Nawaitu shouma ghadin ayyamal bidhi sunnatan lillahi ta’ala*

Artinya:“Saya niat puasa pada hari-hari putih , sunnah karena Allah ta’ala.”

Puasa Syaban merupakan puasa yang paling diutamakan setelah bulan Ramadhan. Hal tersebut dijelaskan dalam hadis berikut:

Anas RA berkata kepada Rasulullah SAW: “Puasa manakah yang paling afdal setelah puasa Ramadhan?” Rasulullah SAW lalu menjawab: “puasa Syaban untuk mengagungkan Ramadhan (HR Imam Tirmidzi). (\*/ino)

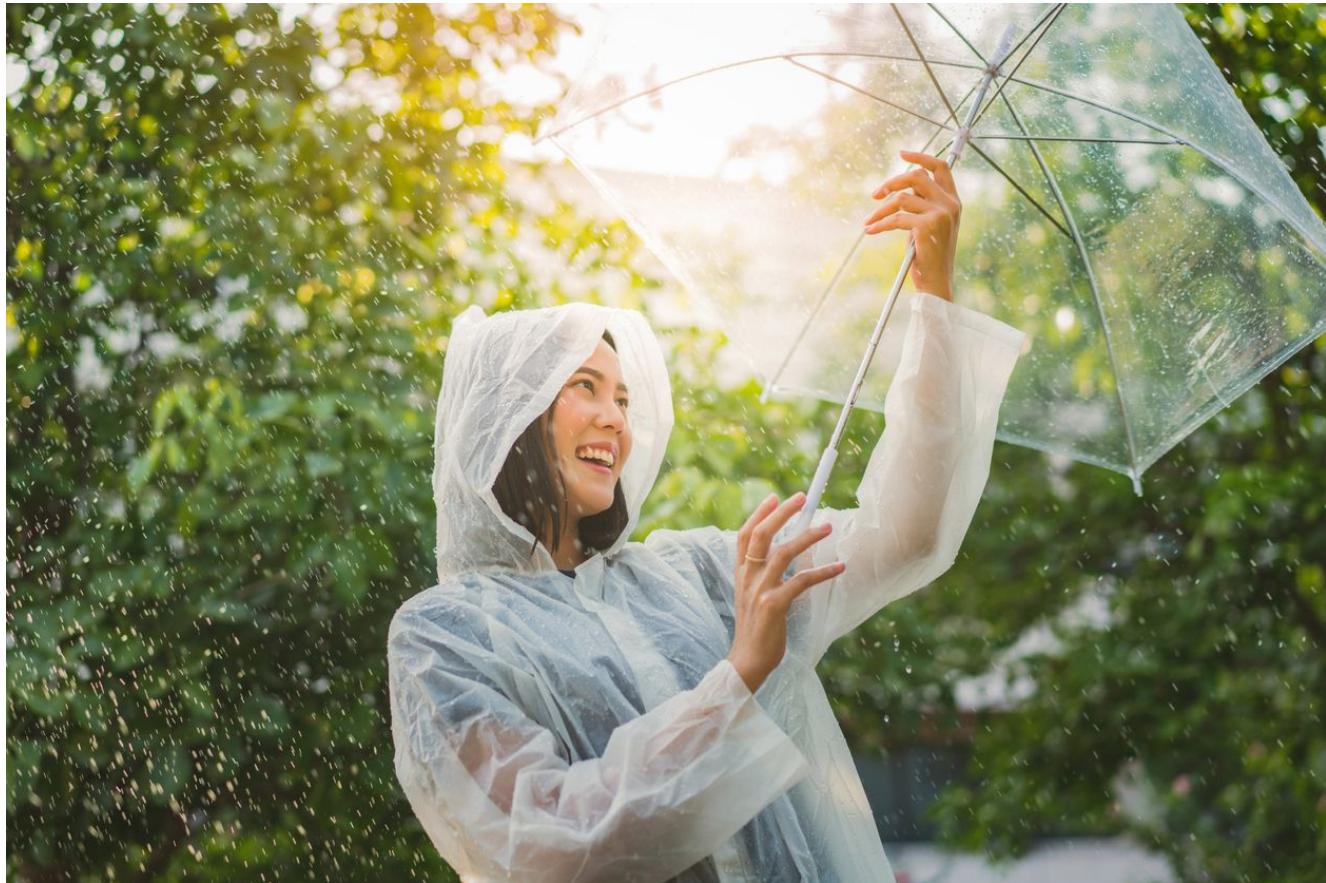
---

# Tips Menjaga Kesehatan di

# Musim Hujan

Category: LifeStyle,Seleb

6 Maret 2023



**JAKARTA, Prolite** – Cuaca yang basah dan lembab seperti di musim hujan yang sering terjadi di Kota Bandung, membuat bakteri dan virus mudah muncul. Oleh sebab itu, kita perlu memperkuat sistem imun agar terhindar dari penyakit yang menjadi “langganan” saat musim hujan. Contohnya pilek, flu, dan demam.

Di samping itu, musim hujan dapat mempengaruhi metabolisme, sehingga membuat tubuh rentan mengalami kembung dan gangguan pencernaan. Lantas, bagaimana cara memperkuat sistem imun supaya terhindar dari penyakit yang berhubungan dengan musim hujan?

## Cara Memperkuat Sistem Imun di Musim Hujan

Memperkuat sistem imun merupakan kunci untuk mencegah penyakit yang berhubungan dengan musim hujan. Nah, berikut ini beberapa

cara memperkuat sistem imun di musim penghujan:

#### **1. Konsumsi sumber makanan kaya vitamin C**

Vitamin C bermanfaat untuk memperkuat sistem kekebalan tubuh. Ia dapat meningkatkan kemampuan tubuh untuk melawan infeksi. Selain itu, vitamin C juga meningkatkan pembentukan sel peningkat kekebalan, dan meningkatkan respons imunologis seluler. Untuk mendapatkan vitamin C, kamu dapat mengonsumsi buah jeruk, lemon, limau, paprika, brokoli, sayuran hijau lainnya, dan tombat.

#### **2. Tidur yang cukup**

Tidur selama delapan jam dalam semalam dapat membuat tubuh menjadi rileks dan bugar untuk menjalani aktivitas di hari berikutnya. Selain itu, tidur yang cukup juga dapat meningkatkan kekebalan tubuh dan mencegah flu serta penyakit lainnya selama musim hujan.

#### **3. Minum air putih yang cukup**

Minum air putih memang tidak selalu melindungi tubuh dari kuman dan virus, tapi dapat mencegah tubuh dari dehidrasi. Hati-hati, dehidrasi dapat menyebabkan sakit kepala dan menghambat kinerja fisik, fokus, suasana hati, pencernaan, dan fungsi jantung serta ginjal. Komplikasi yang diakibatkannya dapat meningkatkan kerentanan tubuh terhadap penyakit.

Untuk mencegah dehidrasi, kamu harus minum cukup cairan setiap hari. Air putih lebih direkomendasikan karena tidak mengandung kalori, zat aditif, dan gula.

#### **4. Konsumsi sumber makanan lemak sehat**

Lemak sehat seperti yang ditemukan dalam minyak zaitun dan salmon, dapat meningkatkan respon kekebalan tubuh terhadap patogen dengan mengurangi peradangan. Mengonsumsi makanan seperti ikan berlemak dan alpukat juga dapat membantu mengurangi peradangan kronis. Meskipun peradangan tingkat

rendah adalah respons normal terhadap stres atau cedera, tapi kondisi tersebut tetap dapat menekan sistem kekebalan tubuh.

### **5. Segera mandi jika kehujanan**

Jika kamu kehujanan selama perjalanan dari luar rumah, maka sebaiknya segera mandi. Sebab air hujan yang membasahi tubuh dan pakaian bisa saja mengandung virus dan bakteri yang dapat menyebabkan penyakit.

### **6. Olahraga teratur**

Selain menjaga tubuh tetap bugar, olahraga juga dapat meningkatkan sistem imun tubuh. Olahraga dapat meningkatkan sirkulasi darah dan menstimulasi produksi serotonin dalam tubuh.

Itulah yang perlu diketahui tentang cara memperkuat sistem imun di musim hujan. Jika kamu mengalami masalah kesehatan terkait musim hujan, segera Tanya dokter. (\*/ino)

---

**iPhone 14 Plus Rp 1.000 di  
Promo Shopee 3.3**

Category: LifeStyle,Seleb  
6 Maret 2023



**Prolite** – Puncak promo Shopee 3.3 yang akan dilakukan tengah malam nanti, banyak produk yang akan di jual dengan harga yang murah. Mulai pukul WIB banyak barang mahal yang akan di jual dengan harga Rp pada puncak promo Shopee 3.3.

Jangan skip promo Shopee 3.3 malam ini pasalnya ada iPhone 14 Plus 256 GB hanya dengan membayar seharga Rp dari harga aslinya Rp 20 juta.

Pada hari tanggal kembar Shopee atau Harbonas banyak barang mahal yang dijual dengan harga yang murah. Jangan lewatkan barang mahal impian kamu dengan harga yang murah.

Produk yang dijual dalam waktu yang terbatas dan dalam jumlah yang terbatas juga, maka dari itu jangan sampai skip dan harus bersiap.

Tak heran jika promo harbonas Shopee di tunggu-tunggu para sahabat Shopee. Setiap produk hanya di jual selama 10 menit saja dengan jadwal yang berbeda-beda.

Puncak promo Shopee 3.3 akan dimulai pukul hingga WIB. Berikut

beberapa produk yang mahal harganya hanya di jual dengan harga Rp yang dijual selama 10 menit:

Jam 00:00 WIB: Apple iPhone 14 Plus 256 GB Purple, harga asli

Jam 00:10 WIB: Ria Miranda Printed Jacket (Laica), harga asli

Jam 00:20 WIB: Advanced Skincare Glowing Set (Skintific), harga asli

Jam 00:30 WIB: Sneakers Ace Tennis (Brodo), harga asli

Jam 00:40 WIB: Women's Trucker Jacket (Levi's), harga asli

Jam 00:50 WIB: Bonito Dress Wanita (Love), harga asli

Jam 01:00 WIB: Digital LED TV 24 Inch (Changhong), harga asli

Catat jamnya jangan sampai kamu kelewatan. (\*/ino)

---

## **Kedutan Pada Mata, Pertanda Apa?**

Category: Seleb

6 Maret 2023



# MATA SERING KEDUTAN?

**JAKARTA, Prolite** – Di masyarakat kita, masih banyak yang memercayai mitos yang diturunkan oleh para orang tua atau pendahulu kita. Salah satunya adalah kedutan pada mata atau sering disebut mata kedutan.

Fenomena gerakan pada mata sebelah kiri adalah hal yang biasa terjadi pada kita, namun ada arti dari mitos yang beredar atau dipercaya pada fenomena tersebut adalah akan adanya pertanda baik atau bahkan sebaliknya.

Kepercayaan pada mitos tersebut berbeda-beda di setiap Negara. Misal di Indonesia, kebanyakan masyarakat mengartikan mitos tersebut adalah pertanda baik. Apabila kamu mengalami mata kedutan sebelah kiri, itu artinya kamu akan bertemu dengan sanak saudara jauh yang telah lama berpisah.

Namun berbeda dalam dunia medis. Medis menjelaskan fenomena gerakan kedutan pada mata disebut dengan istilah *myokymia*. Myokymia adalah kondisi yang terjadi dimana ketika otot-otot mata mengalami kejang berulang kali. Biasanya kejang yang terjadi pada otot mata tersebut hanya berlangsung beberapa saat atau menit saja, tapi kadang-kadang kejangnya otot mata ini bisa berlangsung selama berhari-hari atau bahkan

lebih.

Penjelasan secara ilmiah, fenomena kekejangan yang terjadi pada otot-otot mata tersebut tidaklah berbahaya. Ini dapat terjadi karena seringkali dipicu oleh berbagai kegiatan sehari-hari, seperti kelelahan, kurang tidur, merokok, mengonsumsi kafein atau alkohol.

Selain itu, ketegangan mata akibat menonton televisi, bermain gadget, atau bekerja di depan layar komputer terlalu lama juga dapat memicu kedutan pada mata sebelah kiri.

Namun tidak perlu hawatir kamu bisa mengatasinya dengan cara beristirahat yang cukup dan kurangi asupan kafein atau alkohol. (\*/**ino**)

---

## DANA Memberikan Bonus Hingga Diskon

Category: Seleb

6 Maret 2023



**Prolite** – Kabar baik buat para gamer, Aplikasi DANA memberikan diskon untuk para pemain game dari MLBB melalui aplikasi Google Play.

Buat para pemain Game MLBB bisa melakukan pembelian item melalui aplikasi DANA dan dapatkan berbagai macam bonus item hingga potongan harga hingga Rp .

Bonus item bisa langsung anda dapatkan hanya dengan satu kali transaksi melalui aplikasi DANA anda. Promo berlaku mulai 1 Maret hingga 31 Maret 2023.

Batas penukaran bonus maksimal tanggal 30 April 2023, kode hadiah juga dapat ditukarkan melalui Google Play atau dapat digunakan di Google Play Store akun resmi app store resmi dari Android.

Bukan hanya itu tapi bonus juga dapat digunakan langsung untuk membeli aplikasi, game, dan konten lainnya termasuk PUBG Mobile.

Sebelum kamu memasuki kode hadiah perlu untuk mengikuti petunjuk berikut ini: Untuk penukaran hadiah bisa masukan kode melalui aplikasi Play Store atau .

Untuk petunjuk penukaran bonus bisa menggunakan cara sebagai berikut: masuk melalui aplikasi Play Store, ketuk foto profil anda, notifikasi & penawaran, dapatkan item, lalu konfirmasi.

Jika ingin mengetahui detail penawaran dan persyaratan lengkap PUBG Mobile segera buka Kode kartu hadiah ini hanya dapat digunakan di Google Play. Permintaan penggunaan lain atas kode ini dapat merupakan penipuan. Kunjungi

Promo hanya bisa di gunakan bagi anda para pengguna DANA. Apabila anda belum mempunyai aplikasi DANA segera download melalui Play Store atau APP Store yang ada di smartphone kamu.

Persyaratan lengkap bisa dilihat di (\***ino**)

---

# Jungkook BTS Hapus Akun Instagram

Category: LifeStyle,Seleb

6 Maret 2023



**Prolite** – Jungkook BTS membuat geger para penggemar, penyanyi sekaligus penari 25 tahun yang kelahiran Busan Korea Selatan itu telah menghapus akun Instagramnya.

Jungkook BTS memberikan pengumuman kepada penggemarnya pada tanggal 28 Februari 2023. Bahwanya telah menghapus akun Instagramnya yang sudah memiliki followers mencapai 50 juta lebih.

Jungkook mengaku menghapus akun Instagramnya karna tidak

pernah menggunakannya bukan karena diretas atau hacker.

"Saya meninggalkan Instagram, saya tidak diretas. Saya tidak pernah menggunakannya, jadi saya hapus saja. Jangan khawatir," ujar Jungkook dalam keterangannya seperti dilansir dari Allkpop.

Bukan hanya menghapus akun Instagramnya tapi pemilik nama lengkap Jeon Jung-kook itu juga telah menghapus aplikasi Instagram di handphone miliknya.

Dia merasa tidak lagi menggunakan Instagram dan tidak ada kepikiran untuk memanfaatkannya di masa yang akan mendatang maka dari itu Jungkook menghapus akun Instagramnya itu.

Untuk para penggemar tidak akan mengalami kesulitan untuk berinteraksi dengan Jungkook , karenanya dia akan menggunakan platform resmi untuk penggemar BTS untuk tetap menjalin kedekatan dengan penggemar. (\*/ino)

---

## 5 Zodiak yang Bakal Beruntung Tahun 2023

Category: LifeStyle,Seleb

6 Maret 2023



**Prolite** – Zodiak menjadi prediksi untuk melihat masa depan hingga nasib seseorang, bukan hanya nasib zodiak bisa dilihat untuk keberuntungan keuangan bahkan asmara juga.

Pada tahun 2023 ini ada beberapa zodiak yang diramalkan sangat beruntung dari sisi keuangan bahkan bisa terbebas dari utang.

Apakah zodiak anda termasuk untuk mendapatkan rezeki nomplok di tahun 2023 ini?

### **Capricorn**

Zodiak Capricorn ditakdirkan mendadak jadi ‘crazy rich’. Pasalnya di tahun 2023, Capricorn tiba-tiba mendapatkan harta warisan tak terduga. Investasi Anda juga membawa hasil yang berlipat ganda. Kini Anda bisa membeli apa yang paling Anda inginkan!

Namun, pastikan untuk tetap menjaga keseimbangan Anda dalam mengatur keuangan untuk bersenang-senang dan berinvestasi membawa hasil.

### **Aries**

Di tahun ini, fokus Anda mungkin akan terbatas oleh karenanya cobalah untuk fokus dengan hal yang penting dan prioritasmu. Kabar baiknya, Anda akan mampu untuk membeli mobil hingga rumah yang diimpikan, meskipun harus menggunakan cicilan. Namun, tetap pastikan untuk tidak boros dan pintar mengatur keuangan. Sisihkan pendapatan Anda dan hindari untuk membuang uang seperti membeli kopi mahal atau pakaian branded yang nantinya hanya dipakai satu kali.

## **Taurus**

Pemilik zodiak ini dikenal sebagai pekerja keras Taurus biasanya bekerja dengan cerdas sehingga mampu melihat peluang yang dapat menunjang perkembangan karir di masa depan.

Anda akan ditakdirkan sukses dan berlimpah rezeki di tahun 2023. Ada bonus bernominal besar yang masuk ke rekening Anda. Mungkin di tahun ini Ada bisa berfoya-foya tanpa rasa takut, tetapi tetap ingat batasnya ya! Semua ini berkat kerja keras dan kemampuan Anda dalam mengatur masalah uang.

## **Libra**

Libra diketahui sangat pintar untuk membaca peluang dalam berinvestasi berbagai saham atau reksadana. Selain itu, pemilik zodiak ini memiliki kemampuan yang baik dalam mengatur keuangan. Inilah saatnya untuk Anda menuai hasil dari segala yang telah diperjuangkan. Anda mungkin akan menerima bonus atau pendapatan tak terduga dari pekerjaan sebelumnya. Tetapi jangan lengah dan justru berakhir menghamburkan uang untuk hal tak berguna.

## **Virgo**

Pasalnya, Virgo dikenal sebagai zodiak yang cerdas dan memiliki wawasan tinggi. Anda juga dikenal perfeksionis dalam hal pekerjaan. Tak heran, jika rezeki besar sedang menanti Anda di tahun 2023. Oleh karena itu, teruslah bekerja dan bersiap menanti rezeki luar biasa.

5 zodiak itu bakal mendapat rezeki nomplok. Tak hanya itu, pemilik zodiak tersebut akan jauh dari kemiskinan. (\*/ino)

---

# Ini Gejala Diabetes Melitus, Jangan Disepelekan!

Category: Daerah, News, Seleb

6 Maret 2023



**BANDUNG, Prolite** – Kasus Diabetes Melitus (DM) di Kota Bandung meningkat pada tahun 2022. Berdasarkan data dari Dinas Kesehatan (Dinkes) Kota Bandung, sebanyak 9 orang di bawah usia 15 tahun tercatat mengidap Diabetes Melitus tipe 1 pada tahun 2021. Sedangkan di usia 15-19 tahun, sebanyak 2 orang mengidap DM tipe 1, dan 9 orang DM tipe 2.

Sedangkan pada tahun 2022, kasus DM tipe 1 usia di bawah 15 tahun sebanyak 9 orang dan tipe 2 sebanyak 44 orang. Lalu, pada usia 15-19 tahun sebanyak 24 orang mengidap DM tipe 1, dan 57 orang mengidap DM tipe 2.

Menurut Subkoordinator Pencegahan dan Pengendalian Penyakit Tidak Menular dan Kesehatan Jiwa Dinkes Kota Bandung, dr. Intan Annisa, Diabetes Melitus merupakan penyakit tidak menular dan biasanya tidak berkorelasi dengan waktu.

"Sampai Januari 2023 akhir, kasus DM baru yang tercatat pada usia di bawah 15 tahun untuk tipe 1 ada satu orang, tipe 2 kasusnya 0. Sedangkan usia 15-19 tahun DM tipe 1 ada 1 orang, dan tipe 2 ada 3 orang," jelas Intan kepada Humas Kota Bandung.

Ia mengakui, kebanyakan kasus yang terjadi karena faktor pola hidup, pola makan, aktivitas fisik yang kurang, sehingga peningkatan signifikan terjadi pada DM tipe 2.

Sebab DM merupakan penyakit yang kronis, butuh waktu yang panjang dalam perjalanan perkembangan penyakitnya. Setelah itu baru terlihat gejala-gejalanya.

Intan memaparkan beberapa gejala dari DM yang bisa diperhatikan secara dini. **Gejala utamanya** yakni sering kencing, mudah lapar, dan cepat haus.

**"Bisa juga ada gejala tambahannya yakni berat badan menurun cepat, keputihan, kesemutan, luka sulit sembuh, penglihatan kabur, cepat lelah, cepat mengantuk, atau impoten pada pria," paparnya.**

Jika melihat angka kasus DM dua tahun terakhir, ia berpendapat, pandemi Covid-19 menjadi salah satu faktornya. Anak-anak lebih sering beraktivitas di rumah dengan gadget, pembelajaran juga lewat daring, tidak banyak aktivitas di luar karena tidak boleh.

"Makan juga tidak sesuai dengan kalori yang seharusnya dikeluarkan saat beraktivitas. Itulah yang menjadi risiko penyebab gulanya meningkat," jelasnya.

Menurut hasil riset kesehatan dari Kementerian Kesehatan, prevalensi pengidap DM di Kota Bandung mencapai 2,3 persen dari total penduduk usia 15 tahun ke atas. Meski angka tersebut tidak masuk dalam kategori tinggi, tapi dikhawatirkan penyakit komplikasi yang bisa timbul dari DM ini.

"Jadi bayangkan saja, jika dari remaja sudah mengidap DM, maka perjalanan penyakit komplikasinya bisa menyebar sangat luas, bisa ke mata, syaraf, banyak sekali," ungkapnya.

Ia berharap, peningkatan kasus DM yang terjadi setahun terakhir bisa meningkatkan kesadaran masyarakat untuk memeriksakan diri secara dini ke puskesmas terdekat minimal satu tahun sekali.

"Gratis kok! Ini merupakan program pemerintah. Karena yang kita khawatirkan, diabetes ini termasuk jenis penyakit yang bisa berujung komplikasi, bisa menimbulkan penyakit-penyakit lainnya," ujarnya.(rls/red)

---

## **Callista Aldenia Nugraha, Banyak Artis Hollywood Pakai Karyanya**

Category: Daerah,News,Seleb

6 Maret 2023



dressedlikeparents

⋮

3/5



**BANDUNG, Prolite** – Siapa sangka, di usia 16 tahun karya Callista Aldenia Nugraha, remaja asal Mekar Wangi, Kecamatan Bojongloa Kidul, Kota Bandung ini sudah dipakai sejumlah artis papan atas Hollywood.

Salah satu karyanya yang akhir-akhir ini booming sempat dipakai oleh Billie Eilish tahun lalu. Tak tanggung-tanggung, bukan hanya satu, Billie memesan empat set pakaian buatan tangan Callista.

Selain Billie, beberapa musisi dan artis lain yang menggunakan baju buatannya, seperti penyanyi Grimes mantan istri Elon Musk, Daniel Caesar, Tyler The Creator, dan Emo Nite pun

memakai baju buatan Callista saat konser di Coachella.

"Terakhir Lula Lahfah juga mau pesan ke saya baru-baru ini," ungkap Callista kepada Humas Kota Bandung.

Ia menjelaskan, semua ini berawal dari hobinya mendesain baju sejak kecil. Selain mendesain, ia juga hobi mencari baju bekas atau thrifting. Didukung pula dari faktor keluarga yang juga berjualan di bisnis fesyen dan reseller dari brand terkenal di Indonesia.

"Dari kecil suka bikin desain baju yang konsepnya unik dan berbeda dari lainnya. Saya menggunakan beberapa bahan untuk membuat satu desain. Pernah juga beberapa kali ke Jakarta Fashion Week. Setelah itu, saya semakin mendalami fashion. Itu kelas 3 SD," ceritanya.

Saat masa pandemi Covid-19 mulai melanda tanah air, Callista justru memberanikan diri untuk membuka usaha thriftnya lebih serius. Mulailah ia menjual baju bekas secara daring dengan kisaran .

Ia pun mulai menyelami desain-desain yang kini tengah digandrungi pasaran. Ternyata desain baju unik dan aneh menjadi daya tarik tersendiri di bidang fashion thrift.

"Lalu saya lihat, orang luar negeri kok kalau bikin baju desainnya unik dan aneh. Ternyata mereka bikin dari baju bekas. Dari situ saya berpikir, di Indonesia harus ada yang seperti ini juga. Biar industri kreatifnya semakin tumbuh. Bikin baju tapi dari baju bekas, sehingga tidak mencemari lingkungan," jelasnya.

Dari situlah ia pun memulai rework thrift shop menjadi desain yang lebih baru lagi dan membuat brand sendiri bernama dressedlikeparents.

Ia mengerjakan semua pesanan sambil bersekolah. Kini, Callista sudah duduk di kelas 2 SMA dan menempuh pendidikan serta

pesantren di Generus Nusantara Boarding School (GNBS) Kendal.

“Tapi, dari SMA kelas 1 itu sudah mulai hiatus sebenarnya. Apalagi setelah saya mondok di Kendal. Jadi, pesanan Billie Eilish itu sebenarnya sekitar tahun lalu. Ada 8 item yang dipesan untuk 4 set pakaian,” paparnya.

Produknya yang sudah berkelana sampai ke mancanegara ternyata karena ia menggunakan caption berbahasa Inggris. Hal ini membuat postingan desain Callista bisa masuk dalam algoritma akun-akun luar negeri.

“Saya promosi dressedlikeparents itu dengan caption bahasa Inggris. Jadi mungkin karena itu, akhirnya produk saya bisa masuk ke algoritma medsosnya orang luar negeri. Jadinya banyak yang pesan juga dari luar negeri,” tuturnya.

Untuk kisaran harga yang ia tawarkan di dressedlikeparents berbeda-beda, tergantung tingkat kesulitan dan siapa customer yang memesannya. Kalau custom rework seperti baju-baju biasa, ia bandrol mulai dari ,5 jutaan.

“Tapi kalau untuk artis ya biasanya saya bedain. Waktu itu ada juga yang lelang sampai Rp6 juta-Rp7,8 juta. Ada juga yang malas untuk ‘war’ di Shopee, akhirnya dia sampai mau bayar lebih dari semula Rp1,5 juta tapi dia beli Rp5,5 juta,” akunya.

Ia mengatakan, untuk mengerjakan satu baju, bisa selesai dalam waktu 1-2 hari. Namun, jika desainnya agak rumit bisa selesai sekitar 5-7 hari.

Dari proses awal sampai akhir di pengiriman termasuk menjadi admin medsosnya pun dilakoni langsung oleh Callista. Sehingga ia sempat merasa keteteran saat menerima banyak pesanan custom.

“Kalau untuk jahitannya saya serahkan ke penjahit. Tapi, polanya sudah saya tempel-tempel,” katanya.

Sebelum membuat desain, Callista biasa mencari inspirasi dari sejumlah akun desainer. Kemudian ia gabungkan bersama dengan gaya khasnya, sehingga terciptalah desain original karya Callista.

“Saya cari inspirasi dari mana-mana. Setelah itu saya gabungkan untuk membuat desain saya sendiri. Tapi saya gak ikutin 100 persen sih,” ucapnya.

Ia berpesan kepada anak muda yang baru mau memulai bisnis rework thrift, tetap gunakan originalitas dalam desain. Sebab, karya sendiri akan lebih baik daripada meniru karya orang lain.

Ia juga menambahkan untuk memanfaatkan media sosial dalam menjual karya rework.

“Buat pemuda Bandung yang mau jual thrift, mari kita rework. Tapi gunakanlah soul kita masing-masing karena yakin kalau itu lebih bagus daripada kalau kita contek desain orang,” ujarnya.

“Sekarang zamannya viral, bisa manfaatkan medsos untuk kita jualan. Perkuat konten dan kreativitasnya karena itu yang membuat kita berbeda dari yang lain,” imbuh Callista.(hms/red)

---

## **Fakerunners Bandung Wadah Hobi Lari**

Category: Daerah, News, Seleb, Sport  
6 Maret 2023



**BANDUNG, Prolite** – Banyak sekali kegiatan positif yang bisa dilakukan oleh warga Kota Bandung. Di antaranya yaitu lari atau jogging yang menyehatkan tubuh. Di Kota Bandung banyak sekali komunitas yang siap mewadahi siapa saja yang memiliki hobi lari salah satunya yaitu Fakerunners Bandung.

Fakerunners Bandung berdiri sejak pada bulan Januari 2017. Dengan berbagi minat yang sama dalam berlari serta tujuan saling membantu siapa saja yang baru memulai lari mau itu anggota komunitas atau bukan anggota.

Nama Fakerunners merupakan akronim dari Fun, Active, Keen, Enthusiast. Tidak hanya itu komunitas ini juga mengusung tagline ‘fun larinya happy hidupnya’ karena komunitas ini berfokus menjadi pelari rekreasional serta menumbuhkan dan memupuk minat masyarakat terhadap olahraga lari serta gaya hidup sehat.

Kegiatan lari rutin yang kerap dilaksanakan oleh Fakerunners diantaranya ada Lelarian Selasa Malam (LSM), Fake Runner Academy (FRA) yaitu latihan lari dengan metode tertentu yang bertujuan meningkatkan performa dalam berlari.

Ada juga Fit By Fake (FBF) yaitu latihan penunjang untuk

menjaga kebugaran dan melatih otot tubuh, serta Saturday Fake Run (SFR) yaitu kegiatan lari santai yang dilaksanakan setiap hari Sabtu.

Kapten Komunitas Fakerunners Bandung, Fajar Arrozaq mengatakan, tidak hanya berlari Fakerunners Bandung juga seringkali mengadakan kegiatan positif lainnya seperti kegiatan sosial.

"Selain lari, Fakerunners juga melakukan kegiatan sosial seperti donor darah, berbagi nasi, kunjungan ke panti asuhan dan panti wreda, plogging run atau semacam berlari sambil memungut sampah serta edukasi lari bagi masyarakat," ucap Fajar, Kamis 23 Februari 2023.

Fajar menjelaskan, tidak ada persyaratan khusus bagi yang ingin bergabung dengan komunitas Fakerunners Bandung.

"Tidak ada syarat khusus untuk menjadi anggota Fake Runner Bandung yang berminat bisa langsung bergabung pada saat kegiatan rutin," ujarnya.

Komunitas Fakerunners Bandung sangat terbuka bagi masyarakat umum terkhusus warga Bandung. Bagi yang ingin bergabung dengan Fakerunner Bandung bisa memantau akun Instagram @fakerunnersbandung. (\*\*/red)