HSE PROGRAM		
	WEEKLY SAFETY TALK Periode : Februari 2026	

Safety Talk

Tanggal	: 25 Februari 2026	Lokasi	Ruang Teknis
Koordinator	: Anggun W Rahajeng	Signature	
Pembicara	: Teguh Putra	Signature	
Topik	Kesehatan		

Materi : Dampak Positif Membaca Buku terhadap Kesehatan (Part 2)



Recap Materi Part 1

Membaca buku memberikan manfaat besar bagi Kesehatan mental, fisik, dan konsentrasi.

- Mengurangi Sress
- Menurunkan Tekanan Darah
- Meningkatkan Konsentrasi, dst.

Referensi :

- Unesco
- Tempo
- Reuters
- Kompas
- Media Indonesia
- Harvard Medical School
- Humankind by Rutger Bregman
- Emotional Intelligence by Daniel Goleman
- Gen bye Siddhartha Mukherjee

HSE PROGRAM		
	WEEKLY SAFETY TALK Periode : Februari 2026	

Membaca : Wahyu Pertama ke Nabi Muhammad SAW

Makna “Iqra” bukan sekadar membaca teks, tetapi:

1. Bacalah: Mushaf, Buku, Kitab
2. Menghimpun: Membaca alam raya, Membaca realitas sosial, Memahami kebesaran Tuhan, Proses untuk membangun peradaban



Membaca adalah Investasi Terbaik :

1. Menambah wawasan
2. Meningkatkan kualitas berpikir
3. Memperluas sudut pandang

Membaca Membuka Imajinasi :

Sejak revolusi kognitif, manusia hidup dalam dua realitas. Di satu sisi realitas objektif, di sisi lain realitas yang dibayangkan tentang mitos, bangsa, korporasi, uang (Imajinasi).

1. Menambah wawasan
2. Meningkatkan empati
3. Menjadi kreatif

Membangun Peradaban :

1. Memahami sejarah
2. Menumbuhkan karakter dan kesadaran moral
3. Menghindari perbiadaban

Pepatah Rusia :

“Ada kejahatan yang lebih kejam dari membakar buku, salah satunya adalah tidak membacanya.”



Joseph Brodsky

HSE PROGRAM		
	WEEKLY SAFETY TALK Periode : Februari 2026	

Referensi :

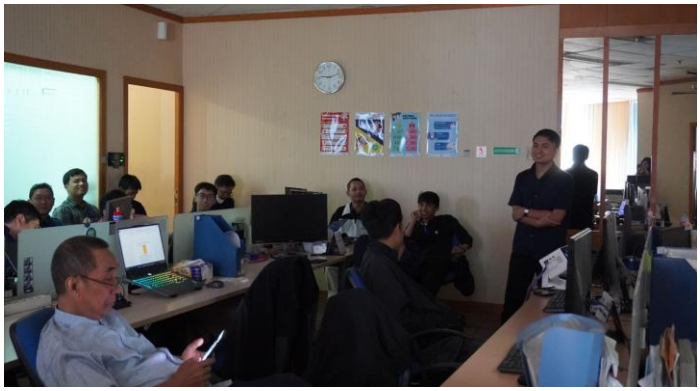
- Humankind. Rutger Bregman
- Emotional Intelligence. Daniel Goleman
- Gen. Siddhartha Mukherjee
- Less Than One. Joseph Brodsky
- Tafsir Al-Misbah. Quraish Shihab
- Sapiens. Yuval Noah

KESIMPULAN :

Membaca buku dapat membantu otak untuk berpikir kritis, meningkatkan daya ingat, mengurangi risiko penurunan kognitif, mengurangi stress, dan meningkatkan empati. Oleh karena itu, menjadikan membaca sebagai kebiasaan harian adalah investasi sederhana namun berdampak besar bagi kesehatan mental dan fisik.

Dokumentasi :





** Pastikan semua pekerja untuk hadir dalam rapat, apabila tidak hadir mohon diberikan salinan notulen rapat.*

geOnet!	PT GEONET INFOMEDIA DAFTAR HADIR	No : 007.GI-HSE.ST Tanggal : 25 Februari 2026

SAFETY TALK

Hari/ Tgl : Rabu, 25 Februari 2026
Tempat : Ruang Teknis
Topic/Materi : **Dampak Positif Membaca Buku Terhadap Kesehatan**
Pembicara : Teguh Putra M Abbit

No	Nama	Jabatan/ Email	TTD	
1	RISKY FAHREZA	DEV RFAHREZA@geonet.co.id	1)	
2	Taris Fathur Rachman	Dev Lead trachman@geonet.co.id		2)
3	NURDIN	HSSE NURDIN@geonet.co.id	3)	
4	M. Choirul Fajri	Dev mfajri@geonet.co.id		4)
5	Jatnika P	Leader Support jfirdaus@geonet.co.id	5)	
6	Randy Septian	admin rseptian@geonet.co.id		6)
7	Fauzi	Supporting fauziaerojaf99@gmail.com	7)	
8	Muhyadi	Finance		8)
9	ISMAIL	Admin ismail@geonet.co.id.	9)	
10	Lukman	Sales lhakim@geonet.co.id		10)
11	Diky P	Dev. manager dirvdara	11)	
12	Anggun Wara Rahajeng	HSSE awrahajeng@geonet.co.id		12)
13	Hery Triyanto	Manager Adm htriyanto@geonet.co.id	13)	
14	Bram Yudha P.	byprayoso@geonet.co.id		14)
15	Prasfika Wulandari	Remote Sensing fwulandari@geonet.co.id	15)	
16	Dwinanda Mutiara	Sales dmutiara@geonet.co.id		16)
17	Silka Suci Yunivilda	HSSE Intern silkasvilda@gmail.com	17)	

geOnet!	PT GEONET INFOMEDIA DAFTAR HADIR	No : 007.GI-HSE.ST Tanggal : 25 Februari 2026

No	Nama	Jabatan/ email	TTD	
18	Salsabila Faiza K	Sales- Sfaizha@geonet.co.id	18)	
19	Nur Fadiah Apriani	Finance Intern nfadiah@geonet.co.id		19)
20	Arfanra Nabila Zahrani	GIS Engineer anabila@geonet.co.id	20)	
21	Rian Budi Setiawan	Infra. rbsetiawan@geonet.co.id		21)
22	Nindita Dyah A.	Content Marketing Intern ninditadyahar@gmail.com	22)	
23	Ahmad Ghufron	FERO aghufron@geonet.co.id		23)
24	firdaus	Teknis Support firdaus@geonet.co.id.	24)	
25	Jeri Giovanni	Supporting jerigiovanni150a@gmail.com		25)
26	fenah putri	[illegible] fputri@Geonet.co.id	26)	
27				27)
28			28)	
29				29)
30			30)	
31				31)
32			32)	
33				33)
34			34)	

Penanggung Jawab

(HSE Manager)