



TEKS UCAPAN PERASMIAN

**YBHG. DATUK HAJI MOHD SHAHABUDDIN BIN OMAR
SETIAUSAHA PERSEKUTUAN SARAWAK**

SEMPENA

**MAJLIS PERASMIAN
PROGRAM *HEALTHY AND BRIGHT KIDS CARNIVAL***

19 OKTOBER 2020 (ISNIN)

**DEWAN SERBAGUNA,
AKADEMI KASTAM DIRAJA MALAYSIA (AKMAL) CAWANGAN
SARAWAK, KUCHING**

Terima kasih saudara / saudari Pengacara Majlis

Assalamualaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Selamat Pagi dan Salam Sejahtera

(SALUTASI)

1. Alhamdulillah. Segala puji dan syukur kepada Allah SWT kerana dengan limpah dan kurniaNya jua, kita dapat sama-sama berkumpul untuk meraikan Majlis Perasmian Program *Healthy and Bright Kids Carnival* Peringkat Negeri Sarawak Tahun 2020 anjuran Jabatan Kemajuan Masyarakat (KEMAS) pada hari ini.

Tuan-tuan dan puan-puan,

2. Sebentar tadi, Pengarah KEMAS Negeri Sarawak telah menjelaskan berkaitan objektif dan pengisian program *Healthy and Bright Kids Carnival* yang bertujuan memberi pendidikan pemakanan dan kesihatan dengan menekankan penglibatan ibu bapa dan kanak-kanak.

3. Saya percaya pengisian program ini adalah relevan dan praktikal untuk memperkayakan pengetahuan dan seterusnya diaplikasikan oleh ibu bapa dan juga golongan pendidik kanak-kanak di peringkat tabika dan taska.

4. Tahniah saya ucapkan kepada semua peserta program yang terdiri daripada ibu bapa dan penjaga serta Jawatankuasa dan para pendidik TABIKA dan TASKA KEMAS yang hadir ke program sehari ini. Diharap tuan-tuan dan puan-puan mendapat sedikit sebanyak ilmu

berkaitan amalan pemakanan dan gaya hidup sihat melalui sesi ceramah, aktiviti dan pameran yang diadakan.

Tuan-tuan dan puan-puan,

Pemakanan Sihat

5. Pemakanan adalah komponen penting untuk memastikan pertumbuhan dan perkembangan yang optimum bagi kanak-kanak. Amalan pemakanan yang sihat yang diterapkan sejak usia muda akan mempengaruhi corak dan status pemakanan kanak-kanak apabila dewasa kelak.

6. Kanak-kanak memerlukan nutrien yang mencukupi dalam pemakanan mereka. Pengambilan nutrien ini hendaklah seimbang bagi mengelakkan kekurangan zat makanan dan pelbagai masalah kesihatan. Oleh itu, ibu bapa hendaklah menitikberatkan penyediaan pemakanan yang sihat dan seimbang untuk anak-anak mengikut peringkat umur.

7. Selain itu, anak-kanak yang dihantar ke taska dan tabika menghabiskan sebahagian masa mereka di taska dan tabika. Dengan yang demikian, institusi pendidikan awal kanak-kanak juga amat penting dalam membantu pertumbuhan dan perkembangan optimum kanak-kanak.

8. Guru dan pengendali makanan di taska dan tabika turut memainkan peranan yang penting dalam memastikan kanak-kanak yang berada di taska dan tabika memperoleh makanan yang berkhasiat dan memenuhi keperluan nutrien mereka.

Tuan-tuan dan puan-puan,

Kesihatan Emosi

9. Selain kesihatan fizikal, aspek kesihatan emosi kanak-kanak juga perlu diberi perhatian kerana mereka juga boleh mengalami masalah tekanan ataupun stress yang sama seperti orang dewasa.

10. Dalam hal ini, ibu bapa hendaklah memberi perhatian terhadap perubahan tingkahlaku anak-anak dan mendapatkan bantuan kerana intervensi awal boleh meningkatkan kesejahteraan mental anak-anak.

11. Peranan ibu bapa termasuklah menyediakan persekitaran di rumah yang penuh dengan kasih-sayang dan penjagaan selain menggalakkan perbualan sihat dengan mendengar secara aktif serta membenarkan mereka bercakap tanpa bersikap menghakimi dan kritikal.

12. Persekitaran sihat di tabika dan taska juga penting kerana kanak-kanak menghabiskan banyak masa di sekolah setiap hari dan mereka perlu dilengkapi kemahiran bagaimana menangani tekanan secara berkesan, menyelesaikan masalah dan membina ketahanan diri.

13. Dengan erti kata lain, peranan ibu bapa / penjaga dan pendidik amat besar dalam membentuk anak-anak yang seimbang dari segi fizikal, emosi, intelek dan rohani.

Tuan-tuan dan puan-puan,

Amalan Norma Baharu

14. Seperti yang tuan-tuan dan puan-puan sedia maklum, dunia telah dikejutkan dengan penularan wabak Covid-19 yang dikesan di Wuhan, China pada bulan Disember 2019. Wabak ini seterusnya merebak ke

sebilangan besar negara di seluruh dunia pada awal tahun 2020 termasuk Malaysia yang mengesan kes pertama Covid-19 pada bulan Januari dan sehingga saat ini kita masih memerangi pandemik ini.

15. Dalam kita berhadapan dengan cabaran besar ini, kita amat bersyukur dan berterima kasih atas sumbangan dan pengorbanan tenaga di pihak petugas-petugas barisan hadapan yang terlibat dalam menangani Covid-19.

16. Usaha petugas barisan hadapan ini hendaklah disambut oleh segenap lapisan masyarakat, bermula dengan individu dan keluarga, agar kita dapat memutuskan rantai penyakit tersebut.

17. Dengan situasi semasa ini, cabaran pada masa kini dan mendatang amat memerlukan kepada gaya hidup yang sihat dan amalan norma baharu iaitu mengelakkan 3S iaitu kawasan yang sesak (Crowded places), kawasan yang sempit (Confined spaces) dan elak sebarang jarak yang dekat (Close conversations).

18. Kita juga digalakkan untuk mengamalkan 3W iaitu kerap mencuci tangan dengan air dan sabun (Wash), memakai alat pelitup hidung dan mulut (face mask) di tempat awam dan jika bergejala (Wear) dan mengambil berat akan amaran dari Kementerian Kesihatan Malaysia (KKM) yang bersifat peringatan (Warn).

19. Amalan norma baharu ini perlu diteruskan walaupun ketika penularan wabak ini berakhir satu masa nanti. Selain itu, amalkan juga gaya hidup sihat yang merangkumi diet yang seimbang dan pengambilan makanan yang berkhasiat.

Tuan-tuan dan puan-puan,

Penghargaan dan Penutup

20. Sebelum mengakhiri ucapan, saya sekali lagi menghargai penyertaan dan komitmen semua ibu bapa dan penjaga, serta Jawatankuasa TABIKA dan TASKA dan para pendidik yang mengambil bahagian dalam program pada hari ini.

21. Saya juga ingin merakamkan berbilang terima kasih kepada semua pihak yang terlibat dalam menjayakan Majlis ini khususnya kepada Jabatan KEMAS Negeri Sarawak, Jabatan Kesihatan Negeri Sarawak serta semua pihak yang terlibat secara langsung dan tidak langsung menjayakan program ini.

22. Teruskan usaha, sokongan dan semangat kalian untuk terus membangunkan anak bangsa yang bukan sahaja cemerlang dari segi akademik tetapi hebat dari segi sahsiahnya. Semoga kita semua mendapat rahmat dan keberkatan dariNya.

23. Dengan lafaz yang mulia, bismillahirrahmanirrahim, saya merasmikan Program *Healthy and Bright Kids Carnival* Peringkat Negeri Sarawak Tahun 2020.

Sekian. Wabillahi Taufik Walhidayah. Assalamualaikum Warahmatullahi Wabarakaatuh. Terima Kasih.