



**UCAPAN PERASMIAN
OLEH YB DR. XAVER JAYAKUMAR
MENTERI AIR, TANAH DAN SUMBER ASLI**

SEMPENA

**MAJLIS PELANCARAN BULAN SUKAN NEGARA (BSN 2019)
PERINGKAT KEMENTERIAN AIR TANAH DAN SUMBER ASLI**

PADA 3 OKTOBER 2019

Terima kasih Saudara Pengacara Majlis,

YANG BERHORMAT TENGKU ZULPURI SHAH BIN RAJA PUJI,
Timbalan Menteri Air, Tanah dan Sumber Asli;

YANG BERBAHAGIA DATUK ZURINAH BINTI PAWANTEH,
Ketua Setiausaha,
Kementerian Air, Tanah dan Sumber Asli;

YANG BERUSAHA DR. MOHD MOKHTAR BIN TAHAR,
Timbalan Ketua Setiausaha (Tanah dan Sumber Asli);

YANG BERUSAHA PUAN AZIZAH BINTI ARIFFIN,
Timbalan Ketua Setiausaha (Air dan Pembetungan);

YANG BERBAHAGIA KETUA-KETUA PENGARAH,
Jabatan-Jabatan

Tuan-Tuan dan Puan-Puan yang dihormati sekalian

Salam Sejahtera dan Selamat Petang

1. Terlebih dahulu saya ingin mengucapkan terima kasih kepada pihak urusetia kerana telah sudi menjemput saya untuk hadir dan memberi sepatah dua kata serta merasmikan Majlis Sambutan Bulan Sukan Negara (BSN 2019) Peringkat Kementerian Air Tanah dan Sumber Asli (KATS) yang diadakan pada petang ini.

Hadirin sekalian

2. Bulan Sukan Negara 2019 yang merupakan inisiatif Kementerian Belia dan Sukan bertujuan untuk membudaya dan memupuk semangat sukan dalam masyarakat bagi merealisasikan “Negara Sukan”; Membangunkan Ekonomi Negara, Meningkatkan Pengetahuan Sukan di kalangan masyarakat dan Memberikan pengiktirafan kepada rakyat.
3. Ia dilaksanakan bagi mencapai sasaran penglibatan seramai 5 juta orang di seluruh negara, melibatkan aktiviti-aktiviti merangkumi pergerakan fizikal termasuklah aktiviti sukan, kecergasan dan rekreasi melalui pendekatan 3 M iaitu Mudah, Murah dan Menarik
4. Saya difahamkan bahawa sambutan Bulan Sukan Negara Peringkat KATS melibatkan kerjasama strategik KATS bersama semua Jabatan-jabatan dan Agensi di bawahnya dengan penganjuran pelbagai aktiviti seperti ZUMBA, *Treasure Hunt*, Pertandingan Badminton, Bolasepak, Dualtron, Bola Jaring dan Carom. Acara-acara sukan dan rekreasi seperti ini diharap akan dapat melahirkan warga KATS dan jabatan yang lebih cemerlang, berdisiplin tinggi, mempunyai semangat kerjasama yang utuh dan daya juang yang lebih tinggi.

Hadirin sekalian

5. Pembudayaan sukan bukan sahaja dapat melahirkan warga KATS yang mempunyai tubuh badan yang sihat dan minda yang cerdas, malah akan mampu menjadi pemangkin ke arah peningkatan mutu penyampaian perkhidmatan. Adalah menjadi harapan saya supaya penganjuran Sambutan Bulan Sukan Negara Peringkat KATS pada kali ini berjalan lancar dengan penuh semangat kesukanan yang tinggi di kalangan peserta-peserta yang mengambil bahagian.
6. Memandangkan peratusan masyarakat Malaysia yang aktif bersukan masih lagi rendah iaitu pada kadar sekitar 40 peratus berbanding dengan 50 hingga 60 peratus di negara maju dan bagi menerapkan amalan budaya hidup cergas dan aktif di kalangan rakyat Malaysia, adalah penting penglibatan semua pihak mengambil bahagian dalam menganjur dan menyertai program aktiviti sukan serta kecergasan yang dijalankan sepanjang bulan ini
7. Secara purata, kita menghabiskan masa lebih kurang lapan jam di pejabat setiap hari sehinggakan kita tidak mempunyai masa walaupun untuk melakukan senaman ringan. Ia ditambah dengan cara pemakanan yang tidak seimbang yang bukan sahaja boleh meningkatkan berat badan bahkan dengan mudah boleh mengundang penyakit-penyakit seperti diabetis, hipertensi dan sebagainya. Kajian menunjukkan bahawa Malaysia mempunyai kadar obesiti yang tinggi berbanding dengan negara-negara lain di Asia Tenggara. Dianggarkan bahawa 33% rakyat Malaysia atau 5.4 juta penduduk mempunyai berat badan berlebihan (WHO NCD Country Profile 2011).

Hadirin sekalian,

8. Penjagaan kesihatan merupakan tanggungjawab kita sendiri. Selain daripada faktor pemakanan dan aktiviti bersenam, konsep **Work Life Balance** juga tidak harus ditinggirkan. *Work-Life Balance* adalah istilah yang sering digunakan untuk menggambarkan **keseimbangan keperluan individu** di antara masa yang diperuntukkan untuk bekerja dan melaksanakan aspek-aspek kehidupan yang lain termasuk masa untuk diri sendiri, keluarga, masa lapang dan kegiatan sosial. Imbangan kehidupan ini adalah amat penting bukan sahaja bagi melahirkan kesihatan fizikal bahkan juga bagi kesejahteraan mental. Sekiranya faktor imbangan kehidupan ini diabaikan, ia akan menyumbang ke arah peningkatan kes-kes seperti kemurungan, stress dan sebagainya. Apa yang paling menakutkan adalah kes-kes seperti ini sekiranya mencapai tahap kronik, ia bukan sahaja boleh menyebabkan kecederaan tetapi mampu juga menyebabkan kematian.
9. Sebelum mengakhiri ucapan, sekali lagi saya ingin merakamkan penghargaan kepada semua pihak yang terlibat sebagai urusetia mahupun peserta yang terlibat dalam Program Sambutan Bulan Sukan Negara 2019 peringkat KATS. Syabas dan tahniah kepada semua!
10. Saya dengan sukacita, merasmikan Sambutan Bulan Sukan Negara 2019 Peringkat Kementerian Air Tanah dan Sumber Asli

Sekian, Terima kasih.