

Ke arah gaya hidup yang lebih sihat



Oleh : Rohani Haji Abdul Hamid / Foto : Azmah Haji Ahad

**BANDAR SERI BEGAWAN, Ahad, 27 November.** - Pusat Promosi Kesihatan (PPK), Kementerian Kesihatan dengan kerjasama Pusat Perubatan Gleneagles Jerudong Park (JPMC) dan Creative Design Company, pagi ini mengadakan Acara CDC 10km Bandar Race di bawah Program Happy Environment and Lifestyle (HEAL) yang berlangsung di Taman Haji Sir Muda Omar 'Ali Saifuddien.

Hadir selaku tetamu kehormat majlis ialah Setiausaha Tetap (Kesukanan) Kementerian Kebudayaan, Belia dan Sukan, Pengiran Mohammad Amirrizal bin Pengiran Haji Mahmud.

Antara aktiviti diadakan seperti Larian 10km sebagai aktiviti utama, 2.5km Fun Run, pameran-pameran dari Demand 4 Fitness, Garmin Running Club Brunei, Larian Tanpa Batas dan Running Into Shape.

Tujuan Acara CDC 10km Bandar Race ini diadakan adalah sebagai platform untuk mempromosikan lagi kelab-kelab larian dan komuniti tempatan yang ada di negara ini. Dengan adanya acara larian seperti ini, ia juga adalah untuk menyokong ke arah gaya hidup yang lebih sihat.

Kementerian Kesihatan juga berharap agar orang awam akan dapat membantu pihak PPK dan pihak yang berkepentingan dalam sama-sama menangani isu-isu yang berkaitan dengan penyakit-penyakit tidak berjangkit seperti obesiti, penyakit jantung, kanser dan sebagainya.

Di samping itu juga, ia diharapkan agar dapat meningkatkan kesedaran dan pemahaman orang awam mengenai kepentingan menjaga kesihatan diri sendiri dan juga masyarakat sekeliling.