

JABATAN KORPORAT

TARIKH: 07.10.2024 MASA: 09.12 AM

MUKTAMAD



MAJLIS BANDARAYA SEBERANG PERAI

TEKS UCAPAN

**YANG BERBAHAGIA DATO' HAJI BADERUL AMIN BIN
ABDUL HAMID
DATUK BANDAR SEBERANG PERAI**

SEMPENA

PROGRAM SENAM SIHAT BANDARAYA TAHUN 2024

TARIKH / MASA / TEMPAT

**09 OKTOBER 2024 (RABU)
8.30 PAGI**

**TAMAN UPCYCLE
BANDAR PERDA
BUKIT MERTAJAM**

Terima kasih Saudara/Saudari Pengacara Majlis

Yang Dihormati Barisan Whip Ahli Majlis

En Bernard Cheen Goon Hoi

En Zainuddin Bin Mohamed

Datuk Mohd Noor Bin Ahmad

En Muhamad Suzuki Bin Ahmad

Whip Ahli Majlis

Majlis Bandaraya Seberang Perai

Yang Dihormati Ahli-Ahli Majlis

Majlis Bandaraya Seberang Perai

Yang Berusaha Tuan Mohd Ibrahim Bin Md Nor

Setiausaha Bandaraya

Majlis Bandaraya Seberang Perai

Ketua-Ketua Jabatan dan Pegawai-Pegawai Kanan

Majlis Bandaraya Seberang Perai

Seluruh Kakitangan Majlis Bandaraya Seberang Perai

Rakan-Rakan Media

Tuan-Tuan dan Puan-Puan yang dihormati sekalian

.....

Bismillahir Rahmanir Rahim

Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh,

Selamat Pagi dan Salam Sejahtera,

1. Marilah sama-sama kita merafakkan rasa syukur kita ke hadrat Ilahi kerana dengan limpah perkenannya kita dapat berkumpul dalam **Program Senam Sihat Bandaraya Tahun 2024** di Taman *Upcycle*, Bandar Perda.
2. Ucapan terima kasih dan penghargaan kepada Yang Dihormati Ahli-Ahli Majlis, Yang Berusaha Tuan Setiausaha Bandaraya, Ketua-Ketua Jabatan dan Pegawai-Pegawai Kanan MBSP, warga kerja MBSP, para penduduk setempat dan semua yang turut hadir bersama-sama bagi menjayakan program pada pagi ini.
3. Sekalung tahniah dan terima kasih saya ucapkan kepada Jabatan Khidmat Pengurusan kerana telah berjaya menganjurkan Program Senam Sihat Bandaraya Sempena Sambutan Hari Bandaraya Seberang Perai Ke-5 pada pagi ini.
4. Saya berasa amat gembira kerana dapat bersama-sama dengan anda semua dalam suasana yang meriah ini. Syabas dan Tahniah atas kesungguhan serta komitmen yang ditunjukkan oleh jawatankuasa penganjur iaitu Jabatan Khidmat Pengurusan dan warga MBSP dalam

menjayakan Program Senam Sihat Bandaraya ini. Usaha sebegini merupakan satu usaha yang murni kerana ianya secara langsung dapat memberi kesedaran kepada anda semua bahawa menjaga kesihatan itu sebenarnya adalah hak dan tanggungjawab bersama.

5. Program Senam Sihat ini adalah merupakan salah satu program bertujuan untuk memastikan tahap kecergasan serta penerapan amalan ke arah gaya hidup sihat dalam agenda MBSP. Pihak pengurusan MBSP sentiasa komited dalam meningkatkan tahap kesihatan rohani dan jasmani terutamanya kepada warga kerja agar ianya dapat memberi impak yang positif kepada pembangunan sahsiah serta menerapkan nilai gaya hidup yang lebih aktif dan sihat.
6. Program Senam Sihat bertujuan untuk meningkatkan kesedaran dalam penjagaan kesihatan dan memastikan setiap warga kerja MBSP dapat memberi perkhidmatan serta mutu kerja dengan lebih baik kepada *stakeholders*. Selain itu, ianya secara tidak langsung mengeratkan lagi hubungan sesama warga kerja.
7. Program Senam Sihat telah bermula sejak tahun 2018 dan mendapat sambutan dan maklumbalas yang positif daripada warga kerja MBSP. Pada tahun ini, MBSP merancang untuk mengadakan sebanyak 21 kali, sebanyak dua (2) kali sebulan, pada minggu kedua dan minggu keempat selama 30 minit (8.30 sehingga 9.00 pagi). Lokasi yang ditetapkan setakat ini, adalah *Upcycle Park*, Bandar Perda; Taman

Tecoma, Bandar Perda (bersebelahan *Upcycle Park*); dan Lingkaran Bougainvillea, Bandar Perda (bersebelahan Masjid Perda). Kumpulan Sasaran Peserta adalah terdiri daripada pegawai-pegawai dan kakitangan-kakitangan MBSP.

8. Program Senam Sihat ini melibatkan beberapa aktiviti kecergasan (*fitness*) iaitu jogging dan berjalan, dan secara langsung dapat membudaya dan mempromosikan penjagaan kesihatan serta gaya hidup sihat melalui senaman serta riadah dalam tempoh yang singkat.
9. Di samping mempromosikan gaya hidup yang sihat kepada warga MBSP, MBSP telah menaiktaraf lokasi-lokasi berhampiran Menara Bandaraya MBSP bagi menjayakan program-program berkaitan penjagaan kesihatan melalui riadah. Dengan adanya fasiliti serta kemudahan yang telah disediakan MBSP kepada pengunjung untuk beriadah serta menjalankan aktiviti bersenam dan santai, diharap ianya dapat dimanfaatkan dan digunakan dengan lebih berhemah dan bertanggungjawab.
10. Di pagi ini juga, kita meraikan kejayaan Misi K2M @ Gunung Tahan, Pahang Darul Makmur, di mana lima (5) kakitangan MBSP dan lima (5) orang dari kalangan penduduk Seberang Perai yang menyertai misi ini telah berjaya sampai ke kemuncak dan mengibarkan Bendera MBSP di Gunung Tahan pada 21 September 2024 lebih kurang jam 9.15 pagi.

11. Misi ini bermula pada 16 September 2024 dan telah menamatkan pendakian pada 25 September 2024, jam 7.00 pagi dan selamat sampai ke Ibu Pejabat pada 25 September 2024.
12. Saya difahamkan salah seorang peserta MBSP telah mengalami kecederaan ringan pada otot kaki ketika turun dari puncak dan telah menerima rawatan daripada pasukan penyelamat. Namun begitu, kecederaan tersebut tidak mematahkan semangat peserta yang lain untuk terus berjuang dan berusaha hingga ke penghujung misi walaupun dalam keadaan cuaca yang kurang baik.
13. Semoga aktiviti kembara rekreasi untuk kakitangan MBSP dan komuniti Seberang Perai seperti ini dapat diteruskan di masa hadapan, demi melahirkan individu yang bersemangat waja, sentiasa berdaya saing dan membina ketahanan mental dan fizikal dalam menghadapi sebarang tekanan atau cabaran kerja.
14. Saya ingin menyatakan nama-nama peserta Misi K2M @ Gunung Tahan, Pahang Darul Makmur, iaitu lima (5) peserta MBSP, Puan Syarifah Maryah binti Syed Salleh (Jabatan Bangunan), Encik Ahmad Akmal bin Abu Bakar (Jabatan Bangunan), Encik Mohd Mustakim bin Khasim (Jabatan Pelesenan), Encik Mohamad Anas bin Mohd Tahir (Jabatan Pelesenan) dan Puan Noorzilawati binti Saad (Jabatan Perkhidmatan Perbandaran). Manakala lima peserta yang terdiri dari kalangan Komuniti Seberang Perai adalah Encik Syed Rosdi bin Syed

Asmi (Kilang Gula Prai), Encik Mohd Khairi bin Khalid (Kilang Gula Prai), Encik Mohd Azwan bin Bahari (Jabatan Penjara Sungai Petani), Encik Mohd Aisar bin Saidin (kerja sendiri) dan Puan Ku Syazwani binti Ku Jamil (Kilang). Tahniah dan Saybas diucapkan kepada semua peserta Misi K2M @ Gunung Tahan, Pahang Darul Makmur.

15. Sebagai penghargaan, MBSP berbesar hati untuk memberikan sijil penghargaan kepada semua peserta yang telah berjaya menakluki puncak Gunung Tahan dengan ketinggian 2,187m serta melalui denak hutan sejauh 92 km dalam tempoh lapan (8) hari sebagai pengiktirafan atas usaha dan semangat mereka.
16. Saya dimaklumkan, pada tahun hadapan, team kembara PESUKA MBSP menyasarkan untuk mengibarkan bendera MBSP di Everest Base Camp pada ketinggian 5,364m atau ketinggian 17,598 kaki. Moga berjaya.
17. Akhir sekali, saya ingin mengucapkan tahniah dan syabas kepada semua yang terlibat di atas komitmen dalam penganjuran program-program yang berfaedah ini. Saya berharap program-program sukan senam sihat dan kembara ini dapat mencapai objektifnya dan mampu mencetuskan anjakan paradigma baru di kalangan kakitangan MBSP.
18. Dengan kata-kata itu, saya dengan lafaz **Bismillahi Rahmanir Rahim**, merasmikan **Program Senam Sihat Bandaraya Tahun 2024**.

Sekian, terima kasih.

***Wabillahi Taufik Wal Hidayah, Wassalamualaikum Warahmatullahi
Wabarakatuh.***