

# Program Nutri-Connect 1.0 usaha UMS tingkat pendidikan pemakanan sihat

UB 02.02.2024 P.03

**KOTA KINABALU:** Program Nutri-Connect 1.0 anjuran Program Pemakanan, Fakulti Sains Makanan dan Pemakanan (FSMP), Universiti Malaysia Sabah (UMS) yang diadakan di Kampung Libang, Ranau baru-baru ini antara usaha UMS meningkatkan pendidikan berkaitan pemakanan sihat dalam kalangan masyarakat.

Ketua Program Pemakanan FSMP, Dr. Norliyana Aris, berkata program itu bertujuan memberi pendidikan pemakanan bagi membentuk komuniti lebih sihat dan bahagia.

“Di samping itu, usaha ini turut memberi pengalaman pembelajaran secara langsung kepada pelajar FSMP yang mengendalikan program ini.

“Ini selari strategi Dasar Pemakanan Kebangsaan 2.0 iaitu mendaya upaya individu, keluarga dan masyarakat sebagai ejen perubahan dan bertanggungjawab terhadap kesejahteraan pemakanan mereka,” katanya.

Penganjuran program itu juga mendapat maklum balas positif daripada peserta dalam kalangan penduduk yang menyatakan aktiviti berkenaan memberi ilmu pengetahuan dan kesedaran kepada mereka mengenai kepentingan pemakanan dan gaya hidup sihat.

“Justeru itu, kami menasarkannya untuk memperkasa sebuah komuniti sebagai Duta Pemakanan Sihat pada program Nutri-Connect 2.0

yang akan datang.

“Peserta akan mengikuti aktiviti Train-the-Trainers yang membekalkan mereka dengan ilmu dan kemahiran berkaitan gaya hidup sihat dan pemakanan lestari,” katanya.

Dalam pada itu, koordinator program itu, Dr. Noor Atiqah Aizan Abdul Kadir, berkata penganjuran program berkenaan memberi pendedahan kepada peserta berkaitan cara menjaga diri dan keluarga melalui pemakanan yang sihat dan berkualiti serta sesuai dengan gaya hidup masyarakat tempatan.

Baliau yang juga merupakan anak jati Ranau turut menyatakan harapan agar usaha berkenaan memberi manfaat kepada komuniti Kampung Libang, khususnya dalam menerapkan pemakanan lebih sihat dan sekali gus memberi kesan positif kepada kesihatan dan kesejahteraan mereka.



**AKTIVITI: Meneka gula dalam minuman dan garam dalam makanan bersama penduduk kampung.**

Pelbagai aktiviti dijalankan dalam program itu, antaranya saringan pemakanan, runding cara pemakanan, pendidikan pinggan sihat dan piramid makanan Malaysia, pertandingan aktiviti fizikal, meneka kandungan gula dalam minuman dan kandungan garam dalam makanan, serta memasak secara sihat.

Aktiviti yang dilaksanakan menarik perhatian lebih 50

ahli komuniti yang terdiri daripada pelbagai peringkat umur.

Turut terlibat dalam program itu pensyarah Program Pemakanan FSMP, Dr. Nur Hanisah Azmi dan Dr Ramlah George @ Mohd Rosli, serta 28 pelajar Program Pemakanan yang mengendalikan keseluruhan aktiviti sepanjang program berlangsung.



**ALBUM: Pelajar dan pensyarah program pemakanan serta penduduk kampung Libang yang menayakan program Nutri-Connect.**