

# Sahut saranan kerajaan

► *Warga UMS mulakan Jom Sihat di tangga pinakol*

UB 13.1.2019 A10

**KOTA KINABALU:** Galakan Perdana Menteri Tun Dr. Mahathir Mohamad agar kakitangan pejabat kerajaan dan swasta membudayakan gaya hidup sihat dengan bersenam disambut baik oleh Universiti Malaysia Sabah (UMS) melalui pekeliling 'Jom Sihat' yang diperkenalkan berkuatkuasa 2 Januari 2019.

Pekeliling yang diluluskan oleh Mesyuarat Pengurusan Pihak Berkuasa Universiti (PKPBU) UMS itu memberi kelonggaran kepada kakitangan untuk keluar bersenam pada pukul 4.00 petang setiap Rabu kecuali cuti umum.

Baru-baru ini, warga kampus memberi tumpuan untuk berjalan kaki ulang-alik menaiki tangga Pinakol, sebuah destinasi tarikan pelancong baharu dengan rekaan mural corak manik etnik Rungus di sepanjang 138 laluan anak tangga dari Dataran Dewan Canselor menuju ke arah Bangunan Canselori, UMS.

Timbalan Pengarah (Komunikasi Korporat), Pusat Pengurusan Strategik dan Komunikasi Korporat UMS, Dr. Jakaria Dasan berkata, senaman dan riadah adalah kunci kepada minda yang cerdas dan fizikal yang cergas.

"Sehubungan itu, langkah UMS memperkenalkan



**SEBAHAGIAN** kakitangan UMS yang sempat mengambil gambar kenangan di tangga pinakol. Turut kelihatan Dr Jakaria (depan tepi kanan).

'Jom Sihat' amat wajar bagi membolehkan para kakitangan mempunyai tahap kesihatan yang baik untuk melakukan sebarang kerja dengan lancar dan berkesan.

"Dalam masa yang sama, ia secara tidak langsung mampu mengukuhkan ikatan silaturahim sesama pekerja serta membina hubungan erat antara kakitangan dan pihak pengurusan universiti," katanya yang ditemui di sini baru-baru ini.

Seorang lagi kakitangan

UMS, Razeki Rashid ketika ditemui memaklumkan program 'Jom Sihat' membolehkan warga kampus menghayati nikmat keindahan kampus UMS yang dikelilingi gubahan landskap mempesona serta panorama alam semula jadi yang menggamit jiwa.

"Sebagai contoh, ini adalah kali pertama saya menjejakan kaki di tangga pinakol yang sebelum ini cuma terasa indah dipandang ketika memandu masuk dan pulang kerja.

"Tapi pada kali ini, saya

berada di sini berlari turun naik tangga dengan rasa bangga sambil menghayati akan keunikan corak yang dihasilkan dengan penuh kreativiti oleh pelajar dan pensyarah Teknologi Seni Visual Fakulti Kemanusiaan, Seni dan Warisan UMS bersama lima orang pelukis tempatan," katanya.

Diaturut menyifatkan tangga itu berpotensi sebagai sebuah mercu tanda baharu UMS dan Bandar Raya Kota Kinabalu. **Oleh YAP SIONG HAN**



**ANTARA** kakitangan UMS yang menyemarakkan aktiviti Jom Sihat dengan berulang-alik menaiki 138 anak tangga dengan corak pinakol.



**TARIKAN** terbaru di UMS yang kini menjadi tumpuan para pelancong untuk mengambil gambar kenangan serta menjadi kawasan pilihan warga UMS untuk bersenam.