

Sesi perkongsian ilmu dalam talian sukses

Program pemakanan dan kecergasan pelajar UMS mendapat sambutan warganet

UB 24.12.2020 P.18
Oleh Hary Ealing

KOTA KINABALU: Sesi perkongsian ilmu dalam talian 'Stay at Home, Stay Happy' anjuran Kelab Inter-akasi Institusi dan Masyarakat (INTERIM) Sekyen 2 Universiti Malaysia Sabah (UMS) menerima sambutan menggalakkan warganet dari dalam dan luar negeri.

Program langsung melalui Facebook Live Streaming yang dihadiri para sumber bidang pemakanan dan kecergasan itu memperoleh 2600 tontonan dengan 324 kongsian.

"Page 'Stay at Home Stay Happy' mencapai 4,806 pelawat dengan 9800 sukun, komen, tontonan dan perkongsian," kata Pengerusi Kelab Nelson Justin Adoh.

Menurut Nelson, penglibatan masyarakat umum secara keseluruhan dalam program ini adalah amat tinggi dalam memperoleh maklumat tentang pengambilan makanan sihat dan meneghal kecergasan fizikal.

Hadir sebagai nara sumber ialah Pakar Diet dan Nutrisi Nur Hafizah M. Sabri, Jurutera Kecergasan Anna Semai @ Zin Anna dan Pakar Kesihatan Dr. Ahmad Faizal Samadkin.

Jelasnya, para peserta diberikan e-sijil manakala pelajar UMS diberikan e-sijil dan markah SDP.

Program itu dijalankan pada Sabtu (19 Disember) dan telah berlangsung selama tiga jam bermula 2.00 petang.

Program itu dijayakan perawatannya pelabannya yang terdiri daripada kalangan pelajar UMS diketuai Pengerah Program Ng Jia Hui. Seramai 50 pelajar Kelab INTERIM turut serta dalam program berkenam.

Di samping itu, turut

CIK KANIS PERSEKUTUAN SOKONG MELAKA PAKAR DIET

STAY AT HOME STAY HAPPY

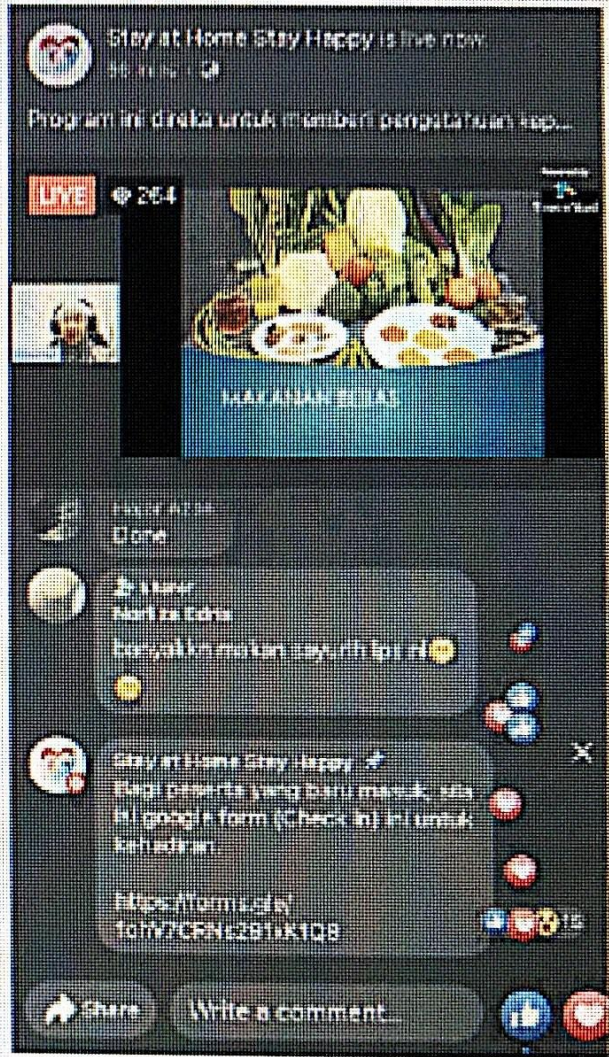
NAMA 1	NAMA 2	NAMA 3
NUR HAFIZAH M. SABRI Pakar Diet dan Nutrisi	NUR HAFIZAH M. SABRI Pakar Diet dan Nutrisi	NUR HAFIZAH M. SABRI Pakar Diet dan Nutrisi

MAKNA 2020 5W TARIKH: 18-12-2020

NARA SUMBER: Perkongsian menerima sambutan luar biasa.



muncul dalam paparan ialah penyertaan dari kalangan peserta dari Indonesia. Aktiviti itu merupakan program UMS-Sprint bagi Kelab INTERIM Sekyen 2 di bawah Pusat Kokurikulum dan Pemajuan Pelajar (PKPP). Nelson menjelaskan, melalui program itu, kalangan pelajar dapat mengaplikasikan sepenuhnya Kemahiran Insaniah yang diteropkan oleh pihak PKPP. Beliau berharap, program ini dapat memberi manfaat kepada para pelajar dan masyarakat luar tentang cara mengamalkan gaya hidup sihat khususnya semasa tempoh pandemik COVID-19.



PAPARAN: Contoh hidangan pemakanan sihat.

