



SIARAN MEDIA KEMENTERIAN KESIHATAN MALAYSIA

FESTIVAL “SIHAT ITU SAYA” 2025, PERKUKUH PEMBUDAYAAN HIDUP SIHAT DALAM KOMUNITI

BEKENU, 8 NOVEMBER 2025 – Festival “Sihat Itu Saya” 2025 kali ini menggabungkan **Jelajah Agenda Nasional Malaysia Sihat (ANMS)** dan **Hari Bertemu Pelanggan (HBP)** Kementerian Kesihatan Malaysia (KKM) serta dilihat sebagai **platform** untuk **mendekati komuniti akar umbi** serta meningkatkan kesedaran mengenai kepentingan gaya hidup sihat dan kesejahteraan diri.

Festival yang berlangsung selama dua (2) hari bermula **8 sehingga 9 November 2025** ini menyajikan pelbagai aktiviti untuk warga Benuni dan juga kawasan sekitar termasuklah:

- a. saringan kesihatan;
- b. perkhidmatan pergigian;
- c. aktiviti kecergasan;
- d. reruai pelbagai jabatan dan agensi kerajaan; dan
- e. pameran interaktif di laman MyCHAMPION turut disediakan untuk pengunjung.

Majlis perasmian festival ini disempurnakan oleh YB Dato Lukanisman bin Awang Sauni, Timbalan Menteri Kesihatan bertempat di Perkarangan RTC Bekenu, Miri, Sarawak.

Pada festival kali ini turut diperkenalkan adalah inisiatif **Wellness on Wheels (WOW) Zoomers** dan **MyCHAMPION (sukarelawan)**, yang merupakan **komponen utama** dalam **Jelajah ANMS** dalam usaha **memperluas capaian mesej kesihatan kepada komuniti**, terutamanya **di kawasan luar bandar**. Aktiviti yang dijalankan melalui inisiatif ini bertujuan untuk **meningkatkan tahap literasi kesihatan rakyat** agar mereka mampu **menterjemahkan maklumat kesihatan** yang diterima dan seterusnya **mengambil tindakan** yang memberikan **manfaat positif** terhadap kesihatan mereka.

Sepanjang penganjuran festival ini, WOW Zoomers dan sukarelawan MyCHAMPION turut tidak ketinggalan dengan membawakan pelbagai aktiviti menarik termasuk **lawatan komuniti dari rumah ke rumah, aktiviti interaktif**

kesihatan serta pelaksanaan aktiviti pendidikan kesihatan (*Take Home Message*) bagi meningkatkan pengetahuan dan kemahiran masyarakat dalam membudayakan hidup sihat. Malah, semasa majlis perasmian dilaksanakan, turut berlangsung adalah aktiviti **lawatan komuniti di Rumah Conner Anak Ballie di Sungai Semuru A, Bekenu**. Selain itu, aktiviti **gotong royong kawasan sekitar** juga dijalankan bersama penduduk setempat.

Setakat ini, di bawah program MyCHAMPION terdapat lebih **18,000 sukarelawan telah berdaftar** di seluruh negara termasuk lebih **1,000 sukarelawan di Sarawak**. Para sukarelawan ini berperanan sebagai **ejen komuniti yang aktif** dalam menyampaikan mesej kesihatan kepada rakyat di peringkat akar umbi.

Usaha merancakkan dan memperkukuh pembudayaan hidup sihat dalam komuniti di Sarawak bukan sekadar bicara kosong apabila dalam majlis sama YB Dato Lukanisman **memaklumkan** bahawa **Wellness Hub Bekenu**, yang sedang dalam proses pembinaan, bakal **menjadi Wellness Hub terbesar di Malaysia** dan dijangka siap pada penghujung November ini. Fasiliti ini akan menjadi pusat sehati kesejahteraan kesihatan yang menawarkan pelbagai perkhidmatan seperti penilaian faktor risiko kesihatan, runding cara hidup sihat, intervensi pengurusan berat badan, aktiviti kekal aktif (gymnasium dan studio senaman), perkhidmatan berhenti merokok, serta aktiviti sokongan kepada komuniti.

YB Dato Lukanisman menegaskan falsafah “Sihat Itu Saya” mengingatkan setiap individu bahawa kesihatan bermula dengan diri sendiri dan YB turut menyeru rakyat Malaysia agar **mengamalkan lima (5) komponen utama budaya hidup sihat** — kekal aktif, makan sihat dan selamat, kawalan kesihatan sendiri, minda positif serta menjauhi rokok dan vape — sebagai langkah ke arah Malaysia yang sihat dan sejahtera.

KKM komited memperkukuh literasi kesihatan, memperluas perkhidmatan kesejahteraan dan memperkasa komuniti agar rakyat Malaysia kekal sihat, aktif dan produktif melalui usaha berterusan dengan penganjuran festival seumpama ini - *#SihatItuSaya*. Usaha ini juga selaras dengan nilai MADANI - *Kemampanan, Kesejahteraan dan Ihsan*.

-TAMAT-

Kementerian Kesihatan Malaysia

