



TEKS UCAPAN

**YB TUAN HAJI KHALID BIN ABD. SAMAD
MENTERI WILAYAH PERSEKUTUAN**

SEMPENA

LARIAN WILAYAHKU 2019

DATARAN DBKL, WP KUALA LUMPUR

17 FEBRUARI 2019 (AHAD) / 7.00 PAGI

[Salutasi akan diselaraskan oleh penganjur]

Assalamualaikum Warahmatullahi Wabarakatuh dan Salam Sejahtera

Hadirin yang saya hormati sekalian,

Alhamdulillah bersyukur kita kepada Allah s.w.t kerana dengan limpah kurnianya dapat kita sama-sama berkumpul pada pagi yang penuh ceria ini, dalam program Larian Wilayahku 2019 yang diadakan sempena Sambutan Hari Wilayah Persekutuan 2019.

Terlebih dahulu saya ingin merakamkan ucapan ribuan terima kasih kepada semua peserta larian yang sudi meluangkan masa hujung minggu mereka untuk hadir dan memberikan sokongan kepada acara larian ini. Komitmen seperti ini yang dimahukan oleh kementerian daripada semua warga Wilayah Persekutuan untuk sentiasa mengamalkan gaya hidup yang sihat dan sejahtera. Sesungguhnya komitmen ini yang akan membantu merealisasikan matlamat kementerian untuk melahirkan warga Wilayah Persekutuan yang sihat dari segi mental dan fizikal.

Tuan-tuan dan puan-puan sekalian,

Larian Wilayahku 2019, ini adalah acara larian 7KM yang berkonsepkan kekeluargaan, di mana acara larian ini boleh disertai oleh seisi keluarga tanpa sebarang batasan umur. Larian ini dianjurkan oleh Kementerian Wilayah Persekutuan dengan kerjasama daripada Dewan Bandaraya Kuala Lumpur dan Kelab Rekreasi & Kecergasan Wilayah Perdana (KRKWP). Saya difahamkan bahawa larian ini telah dibuka untuk 5000 penyertaan dan ianya telah diisi penuh dalam masa 24 jam sahaja. Ini adalah satu pencapaian yang sangat membanggakan kepada kami. Terima kasih kepada semua atas sokongan yang sangat memberangsangkan ini.

Tuan-tuan dan puan-puan sekalian,

Pada masa yang sama program seperti ini juga mewujudkan peluang untuk kita saling kenal mengenali diantara satu sama lain bagi mengeratkan perhubungan diantara agensi kerajaan, NGO dan orang ramai. Saya juga ingin mengambil kesempatan ini untuk mengajak NGO dan badan-badan korporat yang lain untuk tampil dan bekerjasama dengan kementerian dalam menganjurkan program-program seperti ini sebagai salah satu tanggungjawab sosial mereka. Melalui kerjasama seperti ini kementerian dapat menganjurkan lebih banyak program demi kesejahteraan masyarakat.

Tuan-tuan dan puan-puan sekalian,

Tahukah anda, Kajian Kesihatan dan Morbiditi Kebangsaan yang dibuat oleh Kementerian Kesihatan Malaysia pada tahun 2018 menunjukkan bahawa lebih 5.5 juta rakyat Malaysia mengalami masalah kegemukan (*obesiti*). Yang menariknya Wilayah Persekutuan Putrajaya mencatatkan kadar *obesiti* tertinggi iaitu sebanyak 43%. Manakala, Wilayah Persekutuan Kuala Lumpur mencatat 29.6% kadar *obesiti*. Laporan yang dikeluarkan oleh *Economist Intelligence Unit's* pada tahun 2017 juga menunjukkan bahawa Malaysia adalah negara yang paling obes di rantau Asia Tenggara.

Oleh itu, saya menyeru semua warga Wilayah Persekutuan memandangkan serius akan perkara ini dan berusaha untuk mengurangkan kadar *obesiti* dalam kalangan rakyat. Kesihatan tak dapat dibeli dengan wang ringgit. Oleh itu marilah sama-sama kita amalkan gaya hidup yang sihat bagi menghindari penyakit sakit jantung, darah tinggi, kencing manis, strok dan lain-lain.

Tuan-tuan dan puan-puan sekalian,

Kita boleh ambil contoh Perdana Menteri kita Tun Dr. Mahathir bin Mohamad, dikala usia 94 tahun, beliau masih dikurniakan kesihatan yang baik kerana mengamalkan gaya

hidup yang seimbang. Baru-baru ini beliau menyarankan semua penjawat awam untuk bersenam sekurang-kurangnya 15 minit setiap hari untuk memastikan badan dan minda sentiasa cergas sepanjang hari. Selain itu juga, ia dapat mengurangkan tekanan semasa bekerja.

Hadirin dan hadirat yang dihormati sekalian,

Saya juga ingin mengambil kesempatan ini untuk mengingatkan semua peserta untuk sentiasa peka akan persekitaran dan memberikan keutamaan kepada aspek keselamatan diri masing-masing untuk mengelakkan sebarang perkara yang tidak diduga berlaku. Peserta juga dinasihatkan untuk tidak memaksa diri dan berlari mengikut kemampuan diri masing-masing. Ibu bapa dinasihati supaya sentiasa mengawasi pergerakan anak-anak untuk memastikan mereka sentiasa berada di sisi anda dan selamat sepanjang acara ini serta mengutamakan keselamatan golongan warga emas.

Tuan-tuan dan puan-puan sekalian,

Akhir kata, marilah kita sama – sama menjadikan Sambutan Hari Wilayah Persekutuan pada tahun ini sebagai titik permulaan untuk menjalani kehidupan yang lebih aktif dan sihat untuk menjadikan Wilayah Persekutuan sebagai wilayah yang sihat dan sejahtera.

Dengan ini, saya mengakhiri ucapan saya dengan Wabillahi Taufik Wal hidayah. Wassalamualaikum Warrahmatullahi Wabarakatuh.

Sekian, terima kasih.