



Headline	Kekal Sihat Dengan Bola Keranjang		
MediaTitle	Mingguan Malaysia		
Date	15 Mar 2015	Color	Full Color
Section	Kesihatan	Circulation	366,469
Page No	27	Readership	1,099,407
Language	Malay	ArticleSize	334 cm ²
Journalist	RABIATUL ADAWIYAH KOH	AdValue	RM 7,482
Frequency	Daily	PR Value	RM 22,447





Kekal sihat dengan bola keranjang

Oleh RABIATUL ADAWIYAH KOH ABDULLAH

BOLEH dikatakan keseluruhan rakyat Malaysia memahami amalan gaya hidup sihat. Gaya hidup sihat merangkumi aspek penjagaan makanan, kesihatan dan melakukan aktiviti sihat yang mendatangkan kebaikan kepada tubuh badan. Namun kebanyakan

golongan yang bekerja hari ini mempunyai waktu yang terbatas terutamanya untuk melakukan aktiviti sihat seperti bersukan. Sukan bola keranjang misalnya bukan sahaja menguji ketangkasan pemain, malah menjadi pelengkap gaya hidup sihat.

Baru-baru ini, satu program Jr. NBA yang disokong oleh Kementerian Pendidikan telah diperkenalkan di negara ini buat kali pertama oleh Dutch Lady Malaysia.

Jr. NBA merupakan program pembangunan belia antarabangsa anjuran Persatuan Bola Keranjang Kebangsaan (NBA) untuk mempromosikan gaya hidup

aktif melalui sukan bola keranjang dalam kalangan kanak-kanak lelaki dan perempuan. Program ini diilhamkan daripada kempen *Drink. Move. Be Strong* anjuran Dutch Lady Malaysia yang menggalakkan kanak-kanak untuk minum segelas susu dan melakukan aktiviti luar selama satu jam setiap hari.

Ini sejajar dengan hasil kajian Tinjauan Pemakanan Asia Tenggara (SEANUTS) yang mendapati bahawa hampir 50 peratus daripada kanak-kanak Malaysia tidak mencapai tahap pengambilan nutrisi pemakanan yang disarankan dalam Cadangan Pengambilan Nutrien (RNI) terutamanya pengambilan kalsium dan Vitamin D yang kaya dalam susu.

Seramai 14 pemain terpilih sebagai Jr. NBA Malaysia All-Stars selepas pelbagai klinik terbuka, kem-kem dan aktiviti yang diadakan sejak Mei 2014. Bintang-bintang pasukan bola keranjang yang bercita-cita tinggi tersebut diberi peluang istimewa untuk menyaksikan idola mereka beraksi di Beijing, China bermula dari 11 hingga 16 Oktober lalu di NBA Global Games 2014.



BINTANG Jr. NBA Malaysia All-Stars.