

# Jadikan 5,322 langkah amalan hidup sihat

**BATU PAHAT** - Amalan gaya hidup yang sihat merupakan, satu perkara yang cukup penting bagi warga Kolej Kediaman Perwira, Universiti Tun Hussein Onn Malaysia (UTHM) dan pelbagai aktiviti telah diwujudkan.

Antara yang menjadi tradisi kolej berkenaan sejak dimulakan pada tahun 2012 ialah Program Jom Jalan yang membabitkan 5,322 langkah yang berterusan dijalankan setiap minggu.

Pengetuannya, Prof Madya Dr Afandi

Ahmad berkata, program yang dilaksanakan oleh barisan pimpinan kolej turut disertai penghuni kolej dan ia akan dilakukan selama sejam.

Katanya, ia dapat menzahirkan amalan gaya hidup sihat dalam kalangan warga kolej.

“Kita akan berjalan kaki beramai-ramai, melalui kawasan kampung dan taman perumahan berhampiran, sambil dapat bertemu serta bertegur sapa dengan penduduk sekitar.



Dr Afandi bersama warga Kolej Kediaman Perwira ketika program Jom Jalan.