



فلیتا بروني

PELITA BRUNEI

Membudayakan Masyarakat Bermaklumat

WAKTU SEMBAHYANG IMSAK 4.55 | SUBUH 5.05 | SYURUK 6.28 | DUHA 6.53 | ZUHUR 12.25 | ASAR 3.47 | MAGHRIB 6.19 | ISYAK 7.34 Daerah Belait ditambah 3 minit
Daerah Tutong ditambah 1 minit

TAHUN 70 BILANGAN 1

1 JANUARI 2025 / 1446 رجب 1

JABATAN PENERANGAN

EDISI RABU / PERCUMA

MANISNYA IMAN
"DARIPADA Abi Bakrah Radiallahuanha daripada Nabi Sallallahu 'Alaihi Wasallam, Baginda Sallallahu 'Alaihi Wasallam bersabda: Tidak ada satu dosa yang lebih patut disegerakan hukuman bagi pelakunya (di dunia), di samping hukuman yang disimpan untuknya (di akhirat), daripada perbuatan melampaui batas dan memutuskan hubungan kekeluargaan." (Hadis Riwayat Al-Imam Al-Bukhari)

MANFAATKAN PELUANG PERNIAGAAN TEMBUSI PASARAN SERANTAU, ANTARABANGSA

KEBAWAH Duli Yang Maha Mulia Paduka Seri Baginda Sultan Haji Hassanal Bolkiah Mu'izzaddin Waddaulah ibni Al-Marhum Sultan Haji Omar 'Ali Saifuddien Sa'adul Khairi Waddien, Sultan dan Yang Di-Pertuan Negara Brunei Darussalam berkenan mengurniakan Titah Perutusan bersempena Menyambut Tahun Baharu Masihi 2025.

BANDAR SERI BEGAWAN, Selasa, 31 Disember. - Kebawah Duli Yang Maha Mulia Paduka Seri Baginda Sultan Haji Hassanal Bolkiah Mu'izzaddin Waddaulah ibni Al-Marhum Sultan Haji Omar 'Ali Saifuddien Sa'adul Khairi Waddien, Sultan dan Yang Di-Pertuan Negara Brunei Darussalam bertitah menyentuh mengenai ekonomi negara, alhamdulillah masih sahaja berdaya tahan sekalipun berhadapan dengan ketidaktentuan situasi global.

Pihak International Monetary Fund (IMF), Bank Pembangunan Asia (ADB) dan ASEAN+3 Macroeconomic Research Office (AMRO) telah meramalkan pertumbuhan ekonomi negara pada tahun 2025 masing-masing sebanyak 2.5 peratus; 2.8 peratus dan 2.9 peratus. Jangkaan ini adalah hasil daripada peningkatan dalam pengeluaran sektor hiliran.

Perkara tersebut antara titah Kebawah Duli Yang Maha Mulia Paduka Seri Baginda Sultan Haji Hassanal Bolkiah Mu'izzaddin Waddaulah, Sultan dan Yang Di-Pertuan Negara Brunei Darussalam dalam Titah Perutusan bersempena Menyambut Tahun



Oleh : Dk. Hajah Naqayatul Akma Pg. Haji Ali
Foto : Mohd. Sahrizal Haji Said

Baharu Masihi 2025, hari ini.

Dalam masa yang sama, titah Kebawah Duli Yang Maha Mulia Paduka Seri Baginda Sultan dan Yang Di-Pertuan Negara Brunei Darussalam, langkah kerajaan untuk mempelbagaikan ekonomi negara, khususnya dalam Sektor Bukan Minyak dan Gas telah menunjukkan trend yang positif. "Sehubungan itu, Kerajaan beta juga

akan terus memberikan tumpuan kepada beberapa aspek penting, khususnya mempertingkatkan lagi usaha bagi menarik lebih banyak Pelaburan Langsung Asing (FDI) yang berkualiti dan berimpak besar kepada negara ini.

>> Muka 2

Perutusan takziah berikut naas pesawat Jeju Air

BANDAR SERI BEGAWAN, Selasa, 31 Disember. - Kebawah Duli Yang Maha Mulia Paduka Seri Baginda Sultan Haji Hassanal Bolkiah Mu'izzaddin Waddaulah ibni Al-Marhum Sultan Haji Omar 'Ali Saifuddien

Sa'adul Khairi Waddien, Sultan dan Yang Di-Pertuan Negara Brunei Darussalam berkenan menghantar titah perutusan takziah kepada Pemangku Presiden Republik Korea, Tuan Yang Terutama Choi

Sang-mok dan juga kerajaan serta rakyat Republik Korea berikut dengan insiden naas kapal terbang Jeju Air Pesawat 2216 yang terhempas di Lapangan Terbang Antarabangsa Muan, Republik Korea.

Khatam Al-Quran sempena ulang tahun penubuhan

Oleh : Wan Mohamad Sahran Wan Ahmadi

SUNGAI BESAR, Selasa, 31 Disember. - Masjid Kampung Sungai Besar kini meraikan sambutan ulang tahun penubuhannya yang ke-41 tahun dan petang tadi diimarahkan dengan Majlis

Khatam Al-Quran berlangsung di masjid berkenaan.

Hadir selaku tetamu kehormat majlis di sini ialah Menteri Hal Ehwal Ugama, Yang Berhormat Pehin Udana Khatib Dato

Paduka Seri Setia Ustaz Haji Awang Badaruddin bin Pengarah Dato Paduka Haji Awang Othman dan isteri, Datin Hajah Nahriah binti Haji Awang Asbi.

>> Muka 3

NBD - Republik Rakyat China meterai kerjasama majukan industri pertanian

Siaran Akhbar : Kementerian Sumber-Sumber Utama dan Pelancongan

BEIJING, REPUBLIK RAKYAT CHINA, Rabu, 25 Disember. - Kerajaan Kebawah Duli Yang Maha Mulia Paduka Seri Baginda Sultan dan Yang Di-Pertuan Negara Brunei

Darussalam dan Republik Rakyat China menandatangani Memorandum Persefahaman (MoU) antara Kementerian Sumber-Sumber Utama dan Pelancongan

(KSSUP) dan Kementerian Pertanian dan Hal Ehwal Luar Bandar bagi Kerjasama Pertanian, Republik Rakyat China yang berlangsung di Beijing.

>> Muka 4



Berita Utama



NBD terima kunjungan sulung Kapal Persiaran Norwegian Spirit

Muka 7



KHASIAT madu kelulut untuk kesihatan

Muka 9



BENDUNG, cegah gejala buli

Muka 11



RENTETAN Peristiwa Sepanjang Tahun 2024

Muka 20-21

LEBIH BIJAK TERHADAP PELUANG UNTUK BERKEMBANG, BEKERJASAMA

Oleh : Dk. Hajah Naqayatul Akma Pg. Haji Ali

BANDAR SERI BEGAWAN, Selasa, 31 Disember. - Di arena antarabangsa, Negara Brunei Darussalam akan tetap berpegang kepada dasar luarnya yang menekankan keseimbangan dalam menimbulangkan kepentingan serantau dan pembangunan ekonomi.

Kebawah Duli Yang Maha Mulia Paduka Seri Baginda Sultan Haji Hassanal Bolkiah Mu'izzaddin Waddaulah ibni Al-Marhum Sultan Haji Omar 'Ali Saifuddien Sa'adul Khairi Waddien, Sultan dan Yang Di-Pertuan Negara Brunei Darussalam seterusnya bertitah keahlian dan penglibatan aktif negara dalam pertubuhan

serantau dan antarabangsa seperti ASEAN dan Pertubuhan Bangsa-Bangsa Bersatu (PBB), adalah mencerminkan komitmen dan sokongan berterusan kita terhadap kerjasama multilateralisme dan menanai perundangan antarabangsa.

"Natijahnya, peluang untuk berkembang dan bekerjasama dengan negara-negara jiran adalah terbuka luas. Tinggal saja lagi kita diperlukan untuk lebih bijak mengambil peluang ini dengan sebaiknya, di samping tetap mengelakkan nilai-nilai Melayu Islam Beraja yang menjadi teras kepada pembangunan negara.

"Agenda utama ialah untuk terus mempertingkatkan daya saing negara, dengan menekankan kepentingan pembangunan yang inklusif dan mampam dengan kerjasama erat pelbagai pihak yang berkepentingan di kalangan sektor swasta, pertubuhan-pertubuhan bukan kerajaan dan masyarakat amnya," titah baginda lagi.

Dalam titah baginda juga menyeru kita menghargai peranan penting warga emas dan golongan yang kurang berkemampuan, yang menjadikan kita berkewajipan untuk memastikan kebijakan mereka sentiasa terpelihara, selaras dengan pendekatan: Tidak ada sesiapapun yang dibiarkan tercincir

dalam pembangunan negara.

Sebelum mengakhiri titah, Kebawah Duli Yang Maha Mulia Paduka Seri Baginda Sultan Haji Hassanal Bolkiah Mu'izzaddin Waddaulah, Sultan dan Yang Di-Pertuan Negara Brunei Darussalam merakamkan setinggi-tinggi penghargaan dan terima kasih kepada semua peringkat warga perkhidmatan awam, Angkatan Bersenjata Diraja Brunei, Pasukan Polis Diraja Brunei, pasukan-pasukan beruniform yang lain, termasuk mereka yang berkhidmat di sektor swasta dan badan-badan bukan kerajaan (NGOs), di atas komitmen dan usaha gigih mereka melaksanakan tugas dan tanggungjawab masing-masing

sepanjang tahun 2024.

Demikian juga di kesempatan ini, baginda suacita merakamkan penghargaan kepada negara-negara sahabat dan pertubuhan-pertubuhan antarabangsa di atas kerjasama mereka mengeratkan lagi hubungan dengan Negara Brunei Darussalam.

"Selamat Tahun Baharu Masihi 2025 kepada seluruh rakyat dan penduduk di negara ini, termasuk mereka yang berada di luar negara. Semoga Allah Subhanahu Wata'ala memberkati kita semua dan mengurniakan kepada Negara Brunei Darussalam keamanan, kesejahteraan, kemakmuran dan keselamatan yang berpanjangan," titah baginda mengakhiri Titah Perutusan bersempena Tahun Baharu Masihi 2025.

Manfaatkan peluang perniagaan tembusi pasaran serantau, antarabangsa

>> Muka 1

"Dalam pada itu juga, perniagaan tempatan, khasnya Perusahaan mikro, kecil dan sederhana (MSMEs) akan terus dibantu dan diperkuuhkan untuk membolehkan mereka memanfaatkan peluang perniagaan yang dihasilkan daripada Pelaburan Langsung Asing (FDI) ini dan juga untuk

menembusi pasaran serantau dan antarabangsa," titah baginda.

Fokus juga titah baginda lagi akan diberikan kepada meningkatkan pembangunan sumber manusia tempatan melalui pendidikan dan latihan kemahiran yang seajar dengan keperluan industri.

Terdahulu dalam titah, baginda bersyukur ke hadrat Allah Subhanahu Wata'ala, di atas

limpah rahmat-Nya mengizinkan kita untuk melangkah ke Tahun Masihi 2025.

"Semoga tahun baharu ini akan lebih mendorong kita untuk sama-sama menggalas amanah dengan penuh dedikasi dan komitmen demi mencapai perubahan lebih bermakna bagi diri sendiri, keluarga, masyarakat dan negara.

"Untuk itu, mengekalkan

perpaduan adalah penting, kerana perpaduan merupakan kunci pembangunan, di mana setiap lapisan masyarakat jika kekal bersatu, hidup harmoni, saling hormat menghormati dan bekerjasama, maka segala cabaran akan dapat ditangani dengan baik," titah baginda.

Kebawah Duli Yang Maha Mulia seterusnya bertitah, ditambah lagi dengan pegangan ugama yang

kuat, akan memastikan Brunei Darussalam menjadi sebuah negara yang aman, makmur dan kekal merdeka lagi berdaulat.

Adapun pendukung negara itu ialah rakyat terutama para belia. Mereka lah harapan masa depan yang dikehendaki untuk terus menimba ilmu dan kemahiran. Bagi mereka terbuka banyak peluang, maka rebutlah peluang itu.

WAKTU SEMBAHYANG

| JANUARI MASIHI | HARI | REJAB HIJRAH | IMSAK | SUBUH | SYURUK | DUHA | ZUHUR | ASAR | MAGHRIB | ISYAK |
|-------------------|--------|-----------------|-------|-------|--------|------|-------|------|---------|-------|
| 1 | RABU | 1 | 4.55 | 5.05 | 6.28 | 6.53 | 12.25 | 3.47 | 6.19 | 7.34 |
| 2 | KHAMIS | 2 | 4.56 | 5.06 | 6.29 | 6.53 | 12.25 | 3.47 | 6.20 | 7.34 |
| 3 | JUMAAT | 3 | 4.56 | 5.06 | 6.29 | 6.53 | 12.26 | 3.48 | 6.20 | 7.35 |
| 4 | SABTU | 4 | 4.56 | 5.06 | 6.30 | 6.54 | 12.26 | 3.48 | 6.21 | 7.35 |
| 5 | AHAD | 5 | 4.57 | 5.07 | 6.30 | 6.54 | 12.27 | 3.48 | 6.21 | 7.35 |
| 6 | ISNIN | 6 | 4.57 | 5.07 | 6.30 | 6.55 | 12.27 | 3.49 | 6.21 | 7.36 |
| 7 | SELASA | 7 | 4.58 | 5.08 | 6.31 | 6.55 | 12.27 | 3.49 | 6.22 | 7.36 |

Waktu-waktu sembahyang bagi Daerah Tutong ditambah 1 minit dan Daerah Belait ditambah 3 minit

RAMALAN CUACA 3 HARI

| RABU | KHAMIS | JUMAAT |
|---|----------------|----------------|
| Bandar Seri Begawan 31 °C 25 °C | 30 °C 24 °C | 30 °C 24 °C |
| Pekan Bangar 31 °C 25 °C | 30 °C 24 °C | 30 °C 24 °C |
| Pekan Tutong 30 °C 25 °C | 30 °C 24 °C | 30 °C 25 °C |
| Kuala Belait 31 °C 25 °C | 30 °C 24 °C | 30 °C 24 °C |
| WallahuAlam Bissawab Sumber : Perkhidmatan Kajiciuaca Brunei Darussalam, Kementerian Pengangkutan dan Infokomunikasi | | www.mef.gov.bn |

SIDANG PENGARANG

1 JANUARI 2025

Keistimewaan bulan Rejab

ALHAMDULILLAH, dalam kita menyambut tahun baharu 2025 Masihi kita juga sudah memasuki bulan Rejab bagi tahun hijrah 1446. Bulan Rejab ialah bulan ke tujuh di dalam kalendar Islam dan dalam Islam bulan ini merupakan di antara bulan yang sangat dimuliakan. Rejab membawa maksud Takzim iaitu kebesaran, keagungan dan kemuliaan kerana Allah Subhanahu Wata'ala akan melipat gandakan rahmat-Nya dan kemurahan-Nya pada bulan ini.

Ada beberapa peristiwa penting menurut sejarah Islam yang telah terjadi pada bulan Rejab. Antaranya ialah peristiwa Israk dan Mikraj iaitu perjalanan Rasulullah Sallallahu Alaihi Wasallam dari Mekah ke Baitul Muqaddis di waktu malam dan pada malam tersebut Baginda diangkat ke langit untuk dengan bertemu Allah Subhanahu Wata'ala. Pada peristiwa tersebut Allah Subhanahu Wata'ala telah memerintahkan kewajipan untuk menuaikan sembahyang fardhu lima waktu. Para ulama bersepakat mengatakan bahawa peristiwa Israk Mikraj berlaku pada 27 Rejab dan sebagai umat Islam kita wajib meyakini bahawa peristiwa tersebut benar-benar berlaku berdasarkan Al-Quran dan hadis sahih.

Firman Allah Subhanahu Wata'ala di dalam Surah Al-Israa', ayat 1 tafsirnya : "Maha Suci Allah yang telah memperjalankan hamba-Nya (Nabi Muhammad Sallallahu Alaihi Wasallam dengan roh dan jasadnya) pada waktu malam dari Masjidilharam (di Mekah) ke Masjid Al-Aqsa (Baitul Muqaddis di Palestin), yang kami berkati sekelilingnya supaya kami memperlihatkan kepadanya sebahagian daripada tanda-tanda (kebesaran dan kekuasaan) kami. Sesungguhnya Allah Maha Mendengar lagi Maha Melihat".

Walaupun tidak ada amalan khusus yang boleh dilakukan sempena bulan Rejab seperti Solat Sunat Rejab, puasa Rejab ataupun mengerjakan ibadah Umrah di bulan Rejab, kita tetap boleh meneruskan banyak lagi amalan sunat secara umum di bulan ini seperti mana yang kita biasa lakukan di bulan-bulan yang lain. Antara amalan sunat yang dimaksudkan ialah seperti puasa sunat pada Isnin dan Khamis, tadarus Al-Quran, mengerjakan qiamullail di sepertiga malam, memperbanyak doa, selawat dan zikir. Memperbanyak puasa sunat adalah digalakkan kerana ia melatih tubuh kita secara fizikal dan mental untuk terbiasa apabila tiba waktunya untuk menuaikan ibadah puasa wajib di bulan Ramadan.

Memandangkan bulan Ramadan akan menjelang tidak lama lagi dalam mudah-mudahan kita diberi kesihatan, kekuatan dan umur panjang untuk bertemu dengan bulan suci Ramadan dan untuk terus dapat mengerjakan amal ibadah semata-mata kerana Allah Subhanahu Wata'ala. Sama-sama kita berdoa semoga kita mendapat keampunan dan mendapat rahmat serta berkat di sepanjang kehidupan kita ini, Amin Ya Rabbal Alamin. - Ketua Penyuntingan (Nr)

Nota : Akhbar Pelita Brunei mengandungi ayat-ayat Al-Quran dan doa-doa. Sila letak akhbar ini di tempat yang sempurna dan terjaga

 pelita.brunei@information.gov.bn |  2382891 / 2383400 Smb. : 217 |  2381004 |  www.pelitabrunei.gov.bn

دربیتکن اوله جاتن قراغن، جاتن فردان منتری دان ڈچیتو اوله فرینت قلس سندیرین بحد، نکارابونی دارالسلام

Diterbitkan oleh Jabatan Penerangan, Jabatan Perdana Menteri dan dicetak oleh Print Plus Sdn. Bhd., Negara Brunei Darussalam

>> Muka 1

Seramai 30 peserta khatam telah berjaya menyempurnakan bacaan kitab suci Al-Quran 30 juz yang telah mengikuti sesi pembacaan Al-Quran setelah selesai mengerjakan Sembahyang Fardu Subuh. Yang Berhormat Menteri Hal Ehwal Ugama juga memimpin bacaan Ummul Kitab, Surah Al-Fatihah bagi memulakan acara.

Ketua Kampung Sungai Besar, Serdang dan Sungai Belukut, Lettenan (B) Kolonel Haji Awang Zaini bin Haji Awang Damit juga selaku Penasihat Ahli Jawatankuasa Takmir Masjid Kampung Sungai Besar dalam ucapan alu-aluannya menzahirkan penghargaan terima kasih kepada pihak-pihak yang menjayakan program berkenaan dan berharap agar penglibatan peserta akan lebih ramai pada masa akan datang.

Majlis disusuli dengan bacaan surah-surah Al-Quran bermula dari Surah Adh-Dhuha hingga Surah An-Nas beramai-ramai yang



KHATAM AL-QURAN SEMPENA ULANG TAHUN PENUBUHAN

Oleh : Wan Mohamad Sahran Wan Ahmad
Foto : Haji Ariffin Mohd. Noor / Morshidi

dipimpin oleh Imam Masjid Kampung Sungai Besar, Awang Muhammad Hazman bin Haji Mohd. Hairul Azme yang juga mengepalai bacaan Takhtim dan memimpin Doa Khatam dan Doa Kesukuran.

Sementara Doa Allah Peliharakan Sultan dan Negara Brunei Darussalam pula dibacakan oleh Imam masjid, Pengiran Hasan Basri bin Pengiran Haji Ismail. Majlis diserikan lagi dengan Dikir Marhaban oleh para peserta khatam yang terdiri daripada jemaah tadarus subuh di masjid berkenaan.

Majlis telah dihadiri oleh Penghulu Mukim Kota Batu, Awang Rasli bin Taram dan Penasihat Ahli Jawatankuasa Takmir Masjid

Kampung Sungai Besar, Awang Haji Mohidin bin Pengarah Dato Paduka Haji Awang Othman.

Majlis diteruskan dengan sumbangan derma wang tunai dan baucar yang disempurnakan oleh Yang Berhormat Menteri Hal Ehwal Ugama kepada seramai 18 anak yatim.

Turut hadir, Ahli Jawatankuasa Takmir Masjid, Muslimah, Belia dan Beliananis serta jemaah masjid dan juga penduduk sekitarnya.

Adapun perasmian masjid berkenaan ditubuhkan pada 27 Rabiuulawal 1404 Hijrah bersamaan 1 Januari 1984 iaitu pada Ahad, pukul 6.00 petang dan telah dirasmikan oleh Yang Berhormat Pehin Orang Kaya Laila Wijaya Dato Seri Setia Haji Awang Abdul Aziz bin Begawan Pehin Udana Khatib Dato Seri Paduka Haji Awang Omar sebagai Menteri Pelajaran dan Menteri Kesihatan yang baharu dilantik pada ketika itu.

Masjid ini terus berdiri dengan megahnya sehingga ke hari ini, tempat penduduk kampung mengerjakan ibadah sembahyang serta melaksanakan aktiviti-aktiviti yang berkebajikan demi untuk mengimarahkan lagi masjid, seperti kegiatan bertadarus setiap hari sebaik saja selesai mengerjakan Sembahyang Fardu Subuh Berjemaah, Majlis Khatam Al-Quran, lebih-lebih lagi pada bulan Ramadan.

Di samping itu juga para Belia



YANG Berhormat Menteri Hal Ehwal Ugama dan isteri hadir selaku tetamu kehormat pada Majlis Khatam Al-Quran yang berlangsung di Masjid Kampung Sungai Besar (atas dan bawah kiri).



SEBAHAGIAN yang hadir menyertai majlis berkenaan.

dan Beliananis serta Muslimah mereka masing-masing di juga melaksanakan kegiatan sepanjang tahun.

مقر کنلکن اقليکاسي موده الیه جابتني ڦراغن

Memperkenalkan
**Aplikasi Mudah Alih
Jabatan Penerangan**

InfoDeptBN

- Memudahkan Pengguna Mendapat **Berita Terkini**
- Meningkatkan **Perkongsian Maklumat**
- Pelaksanaan Yang **Cepat Dan Mudah**
- Menjurus Ke Arah **Paperless** Dan **Green IT**

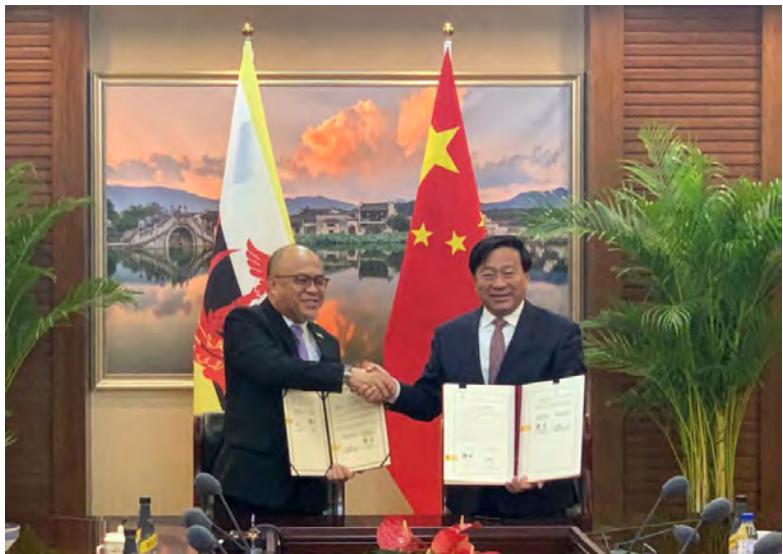
Gunakanlah Aplikasi Kami!

Dapatkan aplikasi dan muat turun di



'Membudayakan Masyarakat Bermaklumat'

NBD – REPUBLIK RAKYAT CHINA METERAI KERJASAMA MAJUKAN INDUSTRI PERTANIAN



YANG Berhormat Menteri Sumber-Sumber Utama dan Pelancongan mewakili Kerajaan Kebawah Duli Yang Maha Mulia Paduka Seri Baginda Sultan dan Yang Di-Pertuan Negara Brunei Darussalam bagi penandatanganan Memorandum Persefahaman berkenaan.

>> Muka 1

Mewakili Kerajaan Kebawah DYMM Paduka Seri Baginda Sultan dan Yang Di-Pertuan

Negara Brunei Darussalam bagi penandatanganan tersebut ialah Menteri Sumber-Sumber Utama dan Pelancongan, Yang Berhormat Dato Seri Setia Dr. Awang Haji

Abdul Manaf bin Haji Metussin, manakala Menteri Pertanian dan Hal Ehwal Luar Bandar (Minister of Agriculture and Rural Affairs-MARA), Tuan Yang Terutama Han Jun, menandatangani bagi pihak Republik Rakyat China.

Republik Rakyat China secara berterusan menyokong dan bekerjasama rapat dalam memajukan dan membangunkan industri pertanian Negara Brunei Darussalam (NBD), dengan menyediakan pelbagai latihan dan program pembinaan kapasiti termasuk dalam penyelidikan dan pembangunan merentasi pelbagai bidang, antara lain dalam sektor padi, tanaman dan ternakan.

Penandatanganan MoU tersebut memperdalam lagi kerjasama pertanian yang kukuh antara kedua-dua negara. Kerjasama itu bertujuan untuk menyumbang kepada peningkatan pengeluaran sektor-sektor utama dan sejarai dengan objektif NBD dalam meningkatkan keselamatan makanan, khususnya dalam menangani jurang rantaian nilai

Siaran Akhbar dan Foto : Kementerian Sumber-Sumber Utama dan Pelancongan

industri beras, termasuk melalui penggunaan varieti padi hasil tinggi.

Pelaksanaan projek kerjasama dan sokongan padu daripada Kerajaan Republik Rakyat China, akan membolehkan NBD mencapai pencapaian penting termasuk potensi perkongsian dengan agensi berkaitan dan sektor swasta dari Republik Rakyat China untuk kemungkinan penubuhan Pusat Penyelidikan Beras Kebangsaan (National Rice Research Centre).

Projek yang berpotensi di bawah MoU itu juga akan menumpukan kepada peningkatan kepakaran teknikal untuk meningkatkan pengeluaran benih padi hibrid, sebagai strategi tambahan untuk mengukuhkan rantaian nilai beras di NBD.

Kerjasama itu menggariskan peranan kritis Kerajaan Republik Rakyat China, khususnya dalam menyediakan sumber dan sokongan penting, termasuk

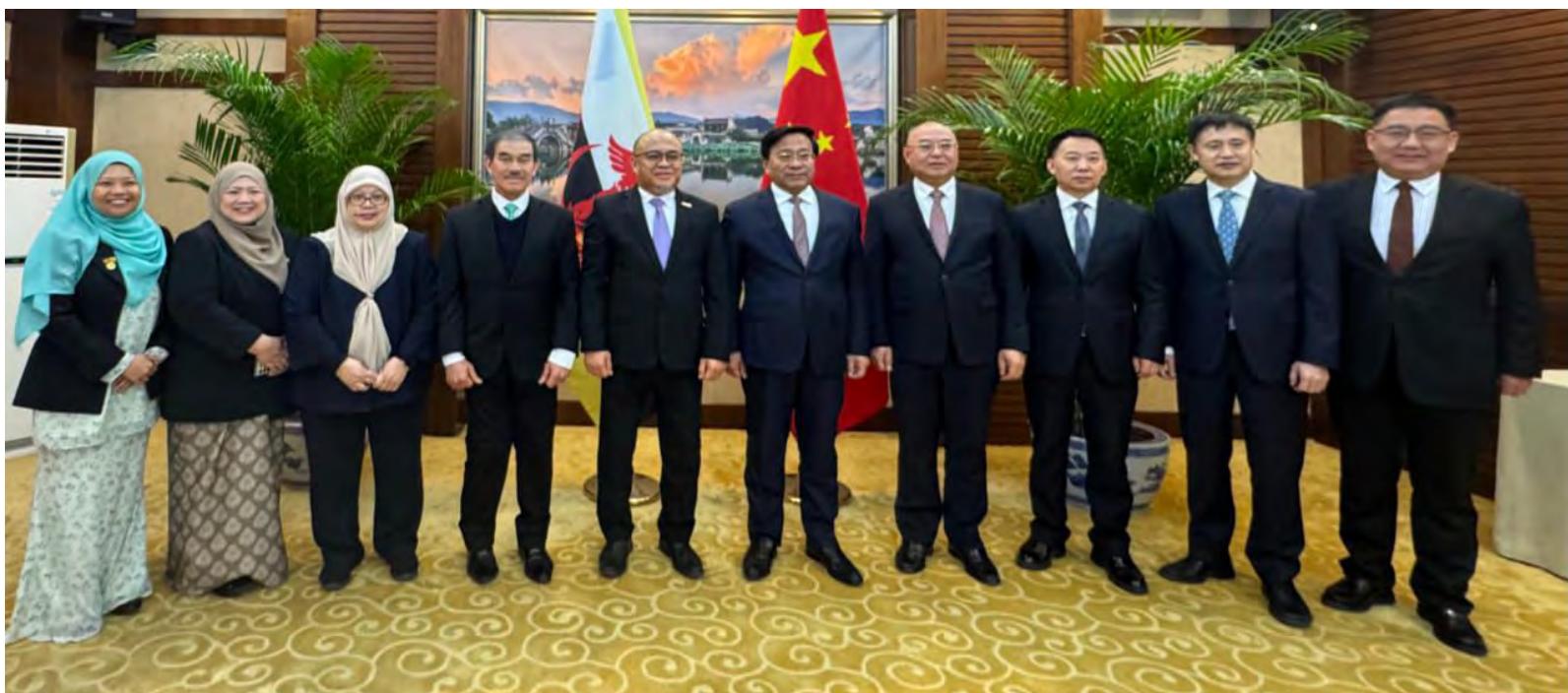
pembekalan benih padi hibrid, penglibatan teknikal dan pakar, penyediaan kemudahan dan peralatan.

Sumbangan sedemikian menunjukkan komitmen Republik Rakyat China untuk mengukuhkan perkongsian dengan NBD dan memajukan matlamat bersama untuk meningkatkan industri pertanian negara.

Terdahulu sebelum penandatanganan tersebut, para menteri mengadakan mesyuarat dua hala untuk bertukar-tukar pandangan mengenai kemajuan dan potensi perkembangan kerjasama dalam sektor makanan.

Mereka menegaskan komitmen untuk meningkatkan kerjasama dalam keselamatan makanan, termasuk sektor pertanian dan perikanan, seperti yang dipersejui semasa pertemuan pemimpin antara Kebawah DYMM Paduka Seri Baginda Sultan dan Yang Di-Pertuan Negara Brunei Darussalam dan Presiden Xi Jinping di San Francisco pada 2023.

Turut hadir pada majlis penandatanganan tersebut ialah Duta Besar Istimewa dan Mutlak NBD ke Republik Rakyat China, TYT Pehin Dato Haji Abdur Rahmani bin Dato Haji Basir; Setiausaha Tetap, KSSUP, Dayang Hajah Tutiaty binti Haji Abdul Wahab, dan pegawai dari Jabatan Pertanian dan Agrimakanan, KSSUP.



YANG Berhormat Menteri Sumber-Sumber Utama dan Pelancongan semasa sesi bergambar ramai.

Kembangkan bakat, potensi Rakan Seliaan



Siaran Akhbar dan Foto : Persatuan Aftercare Support Association

mengembangkan dan meningkatkan kebolehan serta bakat mereka ialah untuk menceburi bidang teater atau lakonan.

Sehubungan itu, Persatuan AFSA telah memeterai Perjanjian Memorandum Persefahaman (MoU) bersama pihak Medley House Productions yang bersetuju untuk membantu RS dalam perkara tersebut.

Antara tujuan utama MoU itu ialah untuk mengembangkan bakat dan potensi RS dalam bidang lakonan dan memberikan peluang kepada RS untuk berani berhadapan dengan orang ramai.

Di samping itu untuk menjadi krew dalam aktiviti yang akan dilaksanakan dan membina jati diri mereka yang lebih positif bagi menghindari perkara-perkara yang negatif.

Hadir selaku tetamu kehormat ialah Ahli Majlis Mesyuarat

Negara, Yang Berhormat Awang Abdul Aziz bin Haji Hamdan yang juga selaku Ketua Kampung Sengkarai.

Turut hadir, Yang Di-Pertua AFSA, Dayang Hajah Juhana binti Haji Mohd. Jaya, Ahli Jawatankuasa AFSA dan ahli-ahli Medley House Productions.

Menandatangani MoU bagi pihak AFSA ialah Timbalan Yang Di-Pertua AFSA, Awang Haji Mustapa bin Haji Masri, manakala pihak Medley House Productions diwakili oleh Pengasas Bersama, Awang Muhammad Khairul Insan bin Haji Mardini.

Dengan perjanjian berkenaan, kedua-dua pihak akan terus bekerjasama dan mendukung apa jua aktiviti dan program yang akan dikendalikan nanti.

Semoga kolaborasi ini akan dapat disertai oleh agensi-agensi lain bagi sama-sama membantu RS.

YANG Berhormat Ahli Majlis Mesyuarat Negara hadir selaku tetamu kehormat majlis semasa sesi bergambar ramai.

BANDAR SERI BEGAWAN, usaha Persatuan Aftercare Support Association (AFSA)

untuk menyantuni dan membantu Rakan Seliaan (RS) bagi

Program Bantuan Amal Kembali Ke Sekolah

Daerah Brunei dan Muara

Oleh : Marlinawaty Hussin
Foto : Haji Ariffin Mohd. Noor / Morshidi



BERAKAS, Isnin, 30 Disember. - Kementerian Hal Ehwal Dalam Negeri (KHEDN) melalui Jabatan Daerah hari ini telah menganjurkan Program Bantuan Amal Kembali Ke Sekolah di keempat-empat daerah secara serentak.

Program tersebut bertujuan untuk membantu meringankan beban perbelanjaan anak-anak yatim dan pelajar-pelajar yang kurang berkemampuan dalam membuat persediaan persekolahan menjelang tahun 2025 nanti.



Di Daerah Brunei dan Muara, majlis diadakan di Dewan Muhibbah, Jabatan Daerah Brunei dan Muara, di sini.

Penyampaian sumbangan kepada seramai 100 pelajar dari Daerah Brunei dan Muara disempurnakan oleh Setiausaha Tetap (Keselamatan dan Kesejahteraan) KHEDN, Awang Salminan bin Haji Burut, selaku wakil KHEDN.

Sumbangan berupa barang

DAYANG Noor Ayumi Adriana Batrisya binti Mohd. Pyzrol semasa ditemu bual.



SETIAUSAHA Tetap (Keselamatan dan Kesejahteraan) Kementerian Hal Ehwal Dalam Negeri (KHEDN) hadir selaku wakil KHEDN dan seterusnya menyempurnakan penyampaian sumbangan kepada para penerima (atas dan kanan).

keperluan sekolah termasuk alat-alat tulis, peralatan sekolah lain dan pakaian seragam sekolah.

Sumbangan yang disampaikan adalah hasil kutipan derma daripada warga KHEDN serta Tabung Kebajikan Anak-anak Yatim Daerah Brunei dan Muara.

Sumbangan derma ini diharap akan dapat meringankan beban perbelanjaan bagi persediaan sekolah anak-anak berkenaan, sekali gus memastikan anak-anak yatim dan pelajar-pelajar yang kurang berkemampuan dapat memulakan sesi persekolahan tahun 2025 dengan suntikan semangat baharu dan persediaan peralatan sekolah yang lebih sempurna.

Salah seorang penerima, Dayang Noor Ayumi Adriana Batrisya binti Mohd. Pyzrol ketika ditemui Pelita Brunei menzahirkan ucapan terima kasih atas

sumbangan berkenaan dan menyatakan rasa gembira bagi memulakan sesi persekolahan yang baru.

Sementara itu, Dayang Nur Alail Ramadhan binti Azman turut menzahirkan rasa syukur atas sumbangan yang dihulurkan dan akan memanfaatkan sumbangan itu sebaiknya.

Seramai 267 pelajar menerima sumbangan tersebut di seluruh negara termasuk 51 pelajar dari Daerah Belait, 28 pelajar dari Daerah Tutong dan 88 pelajar lagi dari Daerah Temburong.

Sumbangan juga merupakan hasil kutipan dari Tabung Amal Daerah Belait, Tabung Kebajikan

Anak-anak Yatim Daerah Tutong; Tabung Anak-anak Yatim Daerah Temburong dan Tabung Bantuan Daerah Temburong.

Antara yang hadir ialah Penghulu-penghulu Mukim dan Ketua-ketua Kampung yang terdiri daripada kalangan Ahli-ahli Majlis Mesyuarat Negara, Pemangku Pegawai Daerah, Penghulu - penghulu Mukim, Pemangku Penghulu-penghulu Mukim, Ketua-ketua Kampung, Pemangku Ketua-ketua Kampung, ketua rumah panjang, KHEDN dan ketua - ketua kluster, Jabatan Sekolah - Sekolah, Kementerian Pendidikan serta jemputan - jemputan khas.

DAYANG Nur Alail Ramadhan binti Azman semasa ditemu bual.

DAYANG Nur Alail Ramadhan binti Azman semasa ditemu bual.



Program tersebut diadakan dengan tujuan untuk membantu meringankan beban perbelanjaan anak-anak yatim dan pelajar-pelajar yang kurang berkemampuan dalam membuat persediaan persekolahan menjelang tahun 2025.

Bagi Daerah Tutong, majlis penyampaian sumbangan diadakan di Dewan Utama, Kompleks Dewan Kemasyarakatan Tutong.

Hadir selaku tetamu kehormat dan menyempurnakan penyampaian sumbangan kepada anak-anak yatim dan pelajar yang kurang berkemampuan ialah Timbalan Setiausaha Tetap (Keselamatan dan Kesejahteraan), KHEDN, Dayang Nor Hamidah binti Haji Hamidon.

Majlis dimulakan dengan bacaan Surah Al-Fatiha yang kemudiannya diteruskan dengan penyampaian sumbangan berupa barang keperluan sekolah seperti alat-alat tulis dan peralatan sekolah lain serta pakaian seragam sekolah kepada 28 pelajar dari Daerah Tutong.

Sumbangan yang disampaikan adalah hasil kutipan derma daripada warga KHEDN; Tabung Kebajikan Anak-anak Yatim Daerah Brunei dan Muara; Tabung Amal Daerah Belait; Tabung Kebajikan Anak-anak Yatim Daerah Tutong; Tabung Anak-anak Yatim Daerah Temburong dan

Daerah Tutong

Oleh : Pg. Vivy Malessa Pg. Ibrahim
Foto : Alishahrin Haji Mumin



TIMBALAN Setiausaha Tetap (Keselamatan dan Kesejahteraan), Kementerian Hal Ehwal Dalam Negeri (KHEDN) semasa menyempurnakan penyampaian sumbangan kepada para penerima (atas dan atas kiri).

Tabung Bantuan Daerah Temburong.

dan persediaan peralatan sekolah yang lebih sempurna.

Turut hadir, Pemangku Pegawai Daerah, Penghulu - penghulu Mukim, Pemangku Penghulu-penghulu Mukim, Ketua-ketua Kampung, Pemangku Ketua-ketua Kampung, ketua rumah panjang dan ketua-ketua kluster, Jabatan Sekolah - Sekolah, Kementerian Pendidikan serta jemputan-jemputan khas.



ANTARA yang hadir pada majlis berkenaan.

Program Bantuan Amal Kembali Ke Sekolah

Daerah Belait

Oleh : Nooratini Haji Abas
Foto : Ihsan Jabatan Daerah Belait



BELAIT, Isnin, 30 Disember. - Seramai 51 pelajar dari Daerah Belait menerima sumbangan Program Bantuan Amal Kembali Ke Sekolah yang dianjurkan oleh Kementerian Hal Ehwal Dalam Negeri (KHEDN) melalui Jabatan-jabatan Daerah hari ini.

Sumbangan berupa barang keperluan sekolah seperti alat-alat tulis serta peralatan sekolah lain dan pakaian seragam sekolah disampaikan oleh Setiausaha Tetap (Perbandaran dan Daerah) KHEDN, Awang Abdul Walid bin Haji Matassan



SETIAUSAHA Tetap (Perbandaran dan Daerah) KHEDN selaku tetamu kehormat menyerahkan sumbangan kepada penerima (kiri). Turut hadir, Yang Berhormat Ahli-ahli Majlis Mesyuarat Negara (atas).

selaku tetamu kehormat.

Program ini diadakan bertujuan untuk membantu meringankan beban perbelanjaan anak-anak yatim dan pelajar-pelajar yang kurang berkemampuan dalam membuat persediaan persekolahan menjelang tahun 2025 nanti dan seterusnya memberikan suntikan semangat baharu serta persediaan peralatan sekolah yang lebih

sempurna.

Sumbangan ini adalah hasil kutipan derma daripada warga KHEDN, Tabung Kebajikan Anak-anak Yatim Daerah Brunei dan Muara, Tabung Amal Daerah Belait, Tabung Kebajikan Anak-anak Yatim Daerah Tutong, Tabung Anak-anak Yatim Daerah Temburong dan Tabung Bantuan Daerah Temburong.

Antara yang hadir pada majlis berkenaan ialah Penghulu Mukim dan Ketua Kampung yang terdiri daripada kalangan Ahli-ahli Majlis Mesyuarat Negara, Pemangku Pegawai Daerah, Penghulu - penghulu Mukim, Pemangku Penghulu - penghulu Mukim, Ketua - ketua Kampung, Pemangku Ketua - ketua Kampung, Ketua Rumah Panjang, KHEDN.



PEMANGKU Timbalan Setiausaha Tetap (Perundangan, Antarabangsa dan Penyelidikan) KHEDN hadir bagi menyempurnakan Majlis Penyampaian Sumbangan yang berlangsung di Dewan Utama, Kompleks Dewan Kemasyarakatan, Mukim Bangar (atas dan kanan).

TEMBURONG, Isnin, 30 Disember. - Seramai 88 pelajar dari Daerah Temburong telah menerima sumbangan bagi Program Bantuan Amal Kembali Ke Sekolah anjuran Kementerian Hal Ehwal Dalam Negeri (KHEDN) melalui Jabatan-jabatan Daerah.

Majlis Penyampaian Sumbangan kepada para penerima ialah Pemangku Timbalan Setiausaha Tetap (Perundangan, Antarabangsa dan Penyelidikan) KHEDN, Awang Muhammad Saufi bin Awang Haji Ibrahim.

Program Bantuan Amal Kembali Ke Sekolah diadakan secara serentak di keempat - empat daerah, dengan tujuan untuk membantu meringankan beban perbelanjaan anak-anak yatim dan pelajar-pelajar yang kurang

berkemampuan dalam membuat persediaan persekolahan menjelang tahun 2025 nanti.

Sumbangan yang disampaikan adalah berupa barang keperluan sekolah seperti alat-alat tulis serta peralatan sekolah lain dan pakaian seragam sekolah yang merupakan hasil kutipan derma daripada warga KHEDN; Tabung Kebajikan Anak-anak Yatim Daerah Brunei dan Muara; Tabung Amal Daerah Belait; Tabung Kebajikan Anak-anak Yatim Daerah Tutong; Tabung

Anak - anak Yatim Daerah Temburong dan Tabung Bantuan Daerah Temburong.

Sumbangan derma diharap dapat meringankan beban perbelanjaan bagi persediaan sekolah anak-anak berkenaan, sekali gus memastikan anak-anak yatim dan pelajar-pelajar yang kurang berkemampuan dapat memulakan sesi persekolahan tahun 2025 dengan suntikan semangat baharu dan persediaan

peralatan sekolah yang lebih sempurna.

Turut hadir ialah Pemangku Pegawai Daerah, Penghulu-penghulu Mukim, Pemangku Penghulu-penghulu Mukim, Ketua-ketua Kampung, Pemangku Ketua-ketua Kampung, ketua rumah panjang, KHEDN dan ketua-ketua kluster, Jabatan Sekolah-Sekolah, Kementerian Pendidikan serta jemputan-jemputan khas.

Daerah Temburong

Oleh : Pg. Siti Redzaimi Pg. Haji Ahmad
Foto : Mohammad Hasif Matzin



Penyampaian Sumbangan tersebut berlangsung petang tadi di Dewan Utama, Kompleks Dewan Kemasyarakatan Mukim Bangar.

Hadir bagi menyempurnakan

KUNJUNGAN ERATKAN KERJASAMA ANTARA ORGANISASI KEPANDUAN

Siaran Akbar dan Foto : Persekutuan Pengakap Negara Brunei Darussalam

BANDAR SERI BEGAWAN, Isnin, 30 Disember. - Persekutuan Pengakap Negara Brunei Darussalam (PPNBD) baru-baru ini menerima kunjungan istimewa daripada Gerakan Pramuka Kwartir Cabang Sambas, Indonesia.

Rombongan seramai 39 orang itu terdiri daripada pemimpin dan anggota Gerakan Pramuka yang diketuai oleh Samarudin Abed Sutih.

Rombongan berkenaan dialakukan oleh Ketua Pesuruhjaya Pengakap, Awang Haji Junaidi bin Haji Hussin yang berlangsung di Bilik Mesyuarat, Ibu Pejabat PPNBD.

Acara turut diserikan dengan taklimat mengenai PPNBD yang

disampaikan oleh Pesuruhjaya Perhubungan Awam, Awang Muhammad Syahmi bin Halimshah. Sesi interaktif juga dilaksanakan di mana kedua-dua pihak berkongsi amalan terbaik dalam melatih pemimpin muda dan memupuk nilai-nilai pengakap.

Turut hadir ialah Ahli-ahli Majlis Pengakap Kebangsaan, Pesuruhjaya Pengakap, Penolong-penolong Pesuruhjaya Pengakap, Pemimpin-pemimpin Pengakap serta Ahli-ahli Pengakap Remaja dan Pengakap Kelana.

Salah satu acara lawatan berkenaan ialah Majlis Titian Muhibbah yang diadakan pada

sebelah malam berlangsung di Dewan Serbaguna Ibu Pejabat PPNBD, iaitu perkongsian budaya di antara kedua-dua buah negara.

Kunjungan tersebut bertujuan untuk mengeratkan hubungan kerjasama dan silaturahim antara kedua-dua organisasi kepanduan, sambil bertukar pandangan serta pengalaman dalam aktiviti pengakap. Sepanjang kunjungan, rombongan diberikan taklimat mengenai sejarah, pencapaian, serta program-program terkini PPNBD.

PPNBD mengalu-alukan usaha seperti ini yang bukan sahaja memperkuatkkan hubungan antarabangsa, tetapi juga menyokong misi kepengakapan untuk mendidik generasi muda menjadi pemimpin masa depan yang berintegriti dan berwawasan.



SEKITAR kunjungan istimewa daripada Gerakan Pramuka Kwartir Cabang Sambas, Indonesia di Ibu Pejabat Persekutuan Pengakap Negara Brunei Darussalam (PPNBD) (atas dan atas sekali).

NBD terima kunjungan sulung Kapal Persiaran Norwegian Spirit



ANTARA penumpang Kapal Persiaran Norwegian Spirit semasa bergambar ramai.

MUARA, Selasa, 31 Disember. - Kapal Persiaran Norwegian Spirit buat julung kalinya mengadakan lawatan ke Negara Brunei Darussalam (NBD) setelah tiba dari Kota Kinabalu, Sabah, Malaysia dengan membawa 2092

penumpang dan 906 anak kapal.

Lawatan tersebut menandakan ketibaan kapal persiaran ke negara ini buat kali kelapan dan terakhir bagi tahun 2024 dalam mengukuhkan pengiktirafan negara ini sebagai destinasi kapal

pelayaran yang baharu.

Ketibaan para penumpang disambut dengan persembahan hadrah yang menawarkan suasana mesra dan penuh kebudayaan NBD. Kapal persiaran tersebut akan meneruskan perjalanan ke

Oleh : Marlinawaty Hussin
Foto : Mohammad Hasif Matzin

Phu My, Viet Nam.

Sepanjang lawatan di NBD, para penumpang dibawa mengunjungi tempat-tempat menarik termasuk Istana Nurul Iman, Masjid Omar 'Ali Saifuddien dan Kampong Ayer.

Di Pusat Kapal Persiaran, para penumpang berpeluang untuk mencuba makanan dan minuman tempatan serta membeli cenderahati asli dari Brunei.

Beberapa penumpang menyatakan kekaguman mereka terhadap kekayaan budaya di negara ini termasuk landskapnya yang indah dan kemesraan rakyatnya.

Seorang pelancong dari Puerto Rico menyifatkan NBD sebagai destinasi yang menarik, dan pemandu pelancong yang mengendalikan mereka juga berpengetahuan dan berbudi bahasa.

Manakala Alice dan Patrick dari Hong Kong mahirkannya keterujaan mereka untuk melawat NBD terutama sekali semasa lawatan mereka ke Kampong Ayer.

Mereka juga berkesempatan menyaksikan Monyet Bangkatan (Proboscis Monkey) serta melawat sebuah rumah penduduk Kampong Ayer dan dihidangkan dengan jamuan makanan dan minuman yang menjadikan pengalaman mereka tidak dapat dilupakan.

Ketibaan kapal persiaran antarabangsa yang konsisten pada tahun 2024 menyerlahkan status NBD yang semakin berkembang sebagai destinasi untuk para penumpang kapal pelayaran.

Sepanjang tahun ini, NBD telah mengalu-alukan 11 kapal persiaran yang membawa sejumlah 17,860 penumpang antarabangsa melalui perjalanan laut, berbanding 15,379 ketibaan pada tahun sebelumnya.

Jabatan Kemajuan Pelancongan menjangkakan 11 kapal persiaran akan berlabuh di negara ini pada tahun 2025, dengan kapal persiaran Norwegian Sky dijadualkan tiba di negara ini buat julung kalinya pada 13 Januari 2025.

MAJLIS RAMAH MESRA PERTUBUHAN WARGAMAS KUKUHKAN UKHUWAH



SEKITAR Majlis Ramah Mesra Hujung Tahun 2024 yang diadakan di Rasa Ceria Cafe (atas dan kanan).

Oleh : Pg. Siti Redzaimi Pg. Haji Ahmad
Foto : Mohd. Sahrizal Haji Said

BANDAR SERI BEGAWAN, Selasa, 31 Disember. - Pertubuhan WARGAMAS hari ini mengadakan Majlis Ramah Mesra Hujung Tahun 2024 bersama Penasihat dan Yang Dipertua pertubuhan berkenaan dan juga Kempen Hari Bertindak sempena Sambutan Hari Sukarelawan Antarabangsa.

Majlis yang diadakan di Rasa Ceria Cafe, Beribi Telanai itu dihadiri oleh Penasihat-penasihat Pertubuhan WARGAMAS, Dato

Paduka Dr. Awang Haji Ismail bin Haji Duraman, Dato Seri Setia Awang Haji Metussin bin Baki dan Awang Haji Abdul Hakim bin Haji Mohd. Yassin.

Dalam ucapan yang disampaikan oleh Yang Dipertua Pertubuhan WARGAMAS, Awang Haji Abu Bakar bin Haji Mohd. Don antara lain menyatakan pertubuhan tersebut semakin berkembang dengan keahlianya pada masa ini menjangkau seramai

1150 ahli yang boleh dikatakan sebagai sebuah institusi atau platform yang besar, penuh keakraban, berdangan dan bersahabat.

Majlis yang diadakan itu katanya lagi, bertemakan 'Besepadan Bertindak Menuju 2025' yang mana Pertubuhan WARGAMAS telah menyusun Rancangan Kerja Tahunan (RKT) untuk merancang projek dan program serta aktiviti dan telah bertindak sepanjang tahun bagi mengutamakan perpaduan untuk mencapai kejayaan demi kejayaan bersama.

Terlebih dahulu, majlis dimulakan dengan bacaan Surah Al-Fatihah, Doa Selamat dan Allah Peliharakan Sultan dan Negara Brunei Darussalam oleh Awang Haji Ali Hassan bin Haji Ahmad.

Majlis turut diserikan dengan beberapa persembahan oleh Ahli-ahli Jawatankuasa Tertinggi dan Jawatankuasa Kerja, Wargawira dan Warganita Pertubuhan WARGAMAS.

Di akhir majlis, penyampaian cenderamata kenangan kepada para penasihat disampaikan oleh Yang Dipertua pertubuhan berkenaan.

Majlis seumpamanya diadakan antara lain bertujuan untuk mengeratkan ukhuwah sesama ahli WARGAMAS.



Harga runcit komoditi makanan utama terpilih kini tersedia
Sila muat turun

PenggunaBijak



MINDA PEMBACA

Membina keluargaku harapanku

KELUARGA adalah salah satu asas kehidupan penting dan amat bermakna bagi semua orang. Keluarga adalah sistem utama dalam membentuk nilai manusia dan identiti bagi individu di mana kasih sayang, sokongan dan kepercayaan akan dipupuk. Untuk membina keluarga yang harmoni dan bahagia adalah harapan bagi semua orang.

Liku-liku kehidupan bagi setiap individu adalah sangat berbeza, begitu juga cara kehidupan berkeluarga bagi setiap manusia di muka bumi ini. Namun, kekuatan sesebuah keluarga terpulang kepada bagaimana kita mengatasi cabaran tersebut. Dalam sesebuah hubungan kekeluargaan, komunikasi amatlah penting. Ini dapat diperbaiki jika semua ahli keluarga

dapat meluangkan masa bersama dan menjadi pendengar yang setia. Banyak orang yang mampu belajar menulis dan membaca, tetapi pada masa sekarang hanya segelintir yang mampu belajar untuk mendengar. Dengan menjadi pendengar yang setia, ahli keluarga dapat memahami satu sama lain, mengurangkan tekanan dari luar dan kasih sayang akan kian tumbuh mekar.

Selain itu, nilai-nilai murni yang kita pelajari di sekolah seperti hormat-menghormati, bersifat sabar dan bertoleransi juga haruslah dijadikan amalan di dalam harian kita. Ibu bapa haruslah mengajar anak-anak supaya menghormati orang lain dari mereka kecil bak kata pepatah, *melentur buluh biarlah*

dari rebungnya. Ibu bapa juga bertanggungjawab supaya menjadi contoh kepada anak-anak. Ini adalah kerana anak-anak selalunya menjadikan ibu bapa mereka sebagai orang yang mereka perlu ikuti dan ibu bapa juga bertanggungjawab dalam membentuk nilai moral mereka supaya mereka menjadi individu yang berakhlik dan bertanggungjawab.

Ibu bapa bertanggungjawab memberikan anak-anak dari segi pendidikan. Pendidikan yang dimaksudkan adalah bukan sahaja pendidikan yang bersifat formal, tetapi juga moral dan agama. Pentingnya anak-anak diantar ke sekolah untuk menjadi insan yang tahu menghormati bukan sahaja ahli keluarga mereka di rumah, tetapi juga guru-guru dan

kawan-kawan mereka. Dalam konteks masyarakat kita, ajaran agama menjadi panduan hidup yang sempurna dalam menjadikan keluarga menjalani kehidupan yang harmoni.

Keluarga adalah harta yang tidak dapat ditukar ganti dengan wang ringgit. Sebuah keluarga yang kukuh bukan sahaja memberi manfaat kepada keluarganya, tetapi juga kepada negara. Oleh itu, kita haruslah memulakan usaha dari diri sendiri kerana setiap seorang ada peranan masing-masing.

Nama : Dk. Nurazierah binti Pg. Haji Sahdan
No. K/P : 01-077XXX

Serlahkan kreativiti penulisan awda dengan menyertai ruangan ini :

TAJUK-TAJUK MINDA PEMBACA :

- 1.'Memacu Pembangunan Sektor Ekopelancongan'. Tarikh Tutup : 1 Januari 2025
- 2.'Memperkasa Hak Orang Kurang Upaya'. Tarikh Tutup : 8 Januari 2025
- 3.'Pembaziran Merugikan Masyarakat, Ekonomi Negara'. Tarikh Tutup : 15 Januari 2025

Terma dan Syarat :

1. Penyertaan dibuka kepada orang ramai yang berusia lingkungan **15 hingga 40 tahun**, yang terdiri daripada rakyat dan penduduk Negara Brunei Darussalam kecuali warga Jabatan Penerangan.
2. Pendapat awda hendaklah ditarik jarak langkah dua baris dan panjang pendapat awda mestilah antara 200 hingga 300 patah perkataan.

3. Nama penuh, nombor kad pengenalan, alamat lengkap dan nombor telefon hendaklah disertakan dan dihantar kepada :

SIDANG PENGARANG MINDA PEMBACA
Bahagian PELITA BRUNEI, Jabatan Penerangan
Lapangan Terbang Lama, Berakas
Bandar Seri Begawan, BB3510
Negara Brunei Darussalam.
atau melalui
E-mel : pelita.brunei@information.gov.bn

Menangi
BND75
SETIAP MINGGU

Tunggu apa lagi ... Hantarkan pendapat awda sekarang

KHASIAT MADU KELULUT UNTUK KESIHATAN

ANTARA produk dari Mauhealthy Company, yang diusahakan oleh anak tempatan iaitu Dayang Siti Waznah Bazilah binti Haji Md. Daud (kanan, kanan sekali dan bawah).



BANDAR SERI BEGAWAN, Isnin, 30 Disember - Madu mengandungi pelbagai khasiat yang dihasilkan oleh lebah dan sangat dikenali di seluruh dunia, di samping sangat berguna sama ada untuk kesihatan tubuh badan maupun untuk menyembuhkan penyakit.

Berdasarkan analisis yang telah dijalankan sebelum ini, madu kelulut mengandungi beberapa bahan atau nutrisi yang baik untuk tubuh manusia.

Terdapat banyak manfaat kesihatan dalam madu kelulut, antaranya ialah menyembuhkan luka dengan cepat dan secara alami disebabkan oleh manfaat antioksidannya yang luar biasa.

Madu kelulut, yang dikategorikan sebagai pemanis semula jadi, juga dilihat sesuai untuk digunakan oleh pesakit diabetes. Mengamalkan



madu kelulut boleh membantu tidur lebih lena. Pada masa yang sama, ia juga dapat membantu membina semula tisu semasa badan berada dalam keadaan berehat.

Selain membantu menjaga kadar gula darah, madu kelulut juga boleh menurunkan kolesterol jahat dalam darah. Kolesterol merupakan salah satu penyebab serangan jantung. Oleh itu, dengan mengamalkan madu kelulut, risiko penyakit jantung dapat dikurangkan.

Madu kelulut ini sangat sesuai untuk diamalkan sebagai makanan tambahan. Namun, adalah disarankan untuk berbincang dengan doktor terlebih dahulu bagi memastikan tiada sebarang alahan sebelum mengamalkannya.

Tinjauan Pelita Brunei ke Mauhealthy Company, salah sebuah syarikat yang diusahakan oleh anak tempatan yang menjual madu kelulut, mendapati madu ini sangat diminati oleh pengguna.

Menurut Dayang Siti Waznah Bazilah binti Haji Md. Daud, beliau mula menjual madu kelulut pada tahun 2018 secara *home-based* (dalam talian) dan telah membuka kedai sejak tahun 2021 dengan nama Mauhealthy Company. Selain madu kelulut, beliau juga menjual pelbagai jenis madu yang dihasilkan di Mesir.

Jelasnya, dalam proses pemprosesan madu kelulut,

Oleh : Rohani Haji Abdul Hamid
Foto : Mohd. Shahrzal Haji Said



penternak akan melakukan penuaan pada waktu siang ketika cuaca panas melalui dua kaedah, iaitu menggunakan siren yang disambungkan dengan penyedut plastik atau menggunakan mesin penyedut madu yang direka khas.

Sebagai seorang individu yang baharu mencebur bidang perniagaan, beliau menjelaskan bahawa pelbagai cabaran telah dilalui, seperti mempelajari dan menguruskan permit untuk kemasukan madu ke Negara Brunei Darussalam.

Bayaran Pakej Haji akan bermula 2 Januari 2025

Siaran Akhbar : Kementerian Hal Ehwal Ugama

BANDAR SERI BEGAWAN, Selasa, 31 Disember. - Kementerian Hal Ehwal Ugama (KHEU) melalui Jabatan Urusan Haji ingin memaklumkan kepada bakal jemaah haji yang terpilih untuk menunaikan ibadat haji bagi Musim Haji Tahun 1446 Hijrah / 2025 Masihi bahawa pembayaran Pakej Haji bagi Musim Haji Tahun 1446H / 2025M akan bermula pada Khamis, 2 Rejab 1446H bersamaan 2 Januari 2025M dan berakhir pada Sabtu, 18 Rejab 1446H bersamaan 18 Januari 2025M.

Sehubungan dengan itu, bakal jemaah haji yang terpilih untuk menunaikan ibadat haji pada Musim Haji Tahun 1446H / 2025M ini adalah dikehendaki untuk membuat pembayaran penuh harga Pakej Haji kepada Syarikat Pengendali Perkhidmatan Pakej Haji yang dipilih pada waktu yang telah ditetapkan tersebut bagi memastikan semua urusan haji berjalan dengan lancar dan teratur.

Bakal jemaah haji bolehlah berhubung terus dengan Syarikat Pengendali Perkhidmatan Pakej Haji yang dipilih untuk sebarang maklumat lanjut mengenai Pakej Haji yang ditawarkan dan proses pembayaran Pakej Haji.

BDCB keluarkan kenyataan dasar kedua tahun

Siaran Akhbar : Brunei Darussalam Central Bank

BANDAR SERI BEGAWAN, Isnin, 30 Disember. - Brunei Darussalam Central Bank (BDCB) hari ini telah mengeluarkan Kenyataan Dasar BDCB yang kedua bagi tahun 2024.

Di dalam Kenyataan Dasar 2/2024 tersebut, BDCB mengongsikan bahawa International Monetary Fund (IMF) mengunjurkan pertumbuhan ekonomi global akan kekal pada kadar 3.2 peratus pada tahun 2024 dan 2025.

Sementara itu, ekonomi domestik telah meningkat sebanyak 6.4 peratus pada separuh pertama 2024, didorong oleh Sektor Minyak dan Gas dan Sektor Bukan Minyak dan Gas yang masing-masing meningkat sebanyak 8.3 peratus dan 4.8 peratus.

Memandang ke hadapan, momentum pertumbuhan ekonomi domestik dijangka akan berterusan sepanjang 2024, didukung oleh perkembangan positif di Sektor-sektor Minyak dan Gas dan Bukan Minyak dan Gas serta projek-projek Pelaburan Langsung Asing (FDI). Walau bagaimanapun, masih terdapat risiko penurunan yang berkemungkinan berpunca daripada penurunan harga

komoditi dan permintaan yang lebih lemah daripada rakan dagangan utama.

Malah trend disinflasi global menyumbang kepada deflasi domestik bagi sebahagian besar tahun 2024. Faktor-faktor lain yang mempengaruhi trend ini termasuk subsidi, kawalan harga dan dasar monetari negara.

Inflasi yang diimport adalah terkawal disebabkan oleh kesamarataan nilai dolar Brunei dengan dolar Singapura, yang didukung oleh keputusan Monetary Authority of Singapore untuk mengekalkan dasar monetarinya pada bulan Oktober 2024.

Mengambil kira faktor tersebut serta data Indeks Harga Pengguna terkini, BDCB telah menyemak semula unjuran inflasi Negara Brunei Darussalam (NBD) bagi tahun 2024 ke lingkungan -0.7 peratus hingga 0.3 peratus.

Pada suku ketiga 2024, Sektor Kewangan NBD merekodkan peningkatan sebanyak 4.1 peratus dengan nilai aset keseluruhan sebanyak BND24.3 bilion, di mana BND14.3 bilion (58.7 peratus) merupakan aset kewangan Islam.

Institusi-institusi penerima deposit pula menyumbang sebanyak 91.5 peratus kepada

jumlah keseluruhan aset sektor kewangan dengan nilai aset berjumlah BND22.2 bilion.

Manakala itu, kedudukan modal industri perbankan kekal berdaya tahan dan stabil dengan agregat Nisbah Kecukupan Modal (Capital Adequacy Ratio) sebanyak 21.7 peratus pada suku ketiga 2024. Selain itu, terdapat sedikit penurunan dalam pulangan keuntungan industri perbankan pada suku yang sama.

Selaras dengan komitmen BDCB dalam memupuk ekonomi digital yang dinamik dan menyokong penubuhan ekonomi digital, BDCB telah membuat pindaan terhadap Kriteria Pelesenan bagi Perniagaan Pengiriman Wang.

Selain itu, dalam usaha pembangunan pasaran modal, BDCB juga mengeluarkan Brunei Darussalam Investment Data Supply-Side Survey Reporting Guideline kepada pengantara pasaran modal berlesen di NBD.

Kenyataan Dasar BDCB 2/2024 yang lengkap boleh didapati di laman sesawang BDCB www.bdcb.gov.bn. Bagi maklumat lanjut dan sebarang pertanyaan, orang ramai bolehlah menghubungi BDCB menerusi talian +673 8318388, atau melalui e-mel di info@bdcb.gov.bn.



NATIONAL ROAD SAFETY COUNCIL
BRUNEI DARUSSALAM

Hari itu dia berjalan buat kali terakhir.

Perempuan, lumpuh berusia 31 tahun



**Keselamatan Jalan Raya
bergantung kepada Awda dan Saya**

Hikmah Lelaki Memperolehi Bahagian Lebih Besar Dalam Harta Pusaka

(Dengan nama Allah, segala puji bagi Allah, selawat dan salam ke atas Rasulullah Shallallahu 'alaihi wasallam, keluarga, sahabat dan para pengikut Baginda)

APABILA seorang Islam meninggal dunia, semua harta yang ditinggalkannya ketika hidup sama ada harta berbentuk wang, tanah dan sebagainya adalah menjadi harta pusaka yang diwarisi setelah ditunaikan perbelanjaan pengurusan jenazahnya, hutang piutangnya dan wasiatnya. Harta peninggalan selebihnya yang menjadi harta waris itu dibahagikan kepada ahli-ahli waris yang berhak menerimanya mengikut hukum faraid. Perkara ini merupakan ketentuan yang telah ditetapkan oleh Allah Ta'ala sebagaimana firmanNya:

Tafsirnya: Untuk orang-orang lelaki ada bahagian pusaka daripada harta peninggalan ibu bapa dan kerabat-kerabat dan orang-orang perempuan pula ada bahagian pusaka daripada harta peninggalan ibu bapa dan kerabat-kerabat sama ada sedikit atau banyak iaitu menurut bahagian yang telah ditetapkan.

(Surah an-Nisa': 7)

Ayat di atas menunjukkan bahawa dalam setiap harta pusaka terdapat bahagian bagi ahli waris lelaki dan bahagian bagi ahli waris perempuan sebagaimana yang ditetapkan syara'. Sebelum kedatangan Islam, orang-orang jahiliyyah tidak mewarkan harta pusaka kepada kaum perempuan dan anak-anak kecil. Namun dengan datangnya syariat Islam, Allah Ta'ala menetapkan bahawa harta pusaka tidak hanya dihuluskan kepada kaum lelaki sahaja bahkan ia adalah sesuatu yang dikongsi pembahagiannya antara lelaki dan perempuan yang berhak menerimanya. Kadar yang telah ditetapkan bagi setiap ahli waris pula kemudiannya dijelaskan dalam ayat-ayat yang lain. Antaranya firman Allah Ta'ala:

Tafsirnya: Allah memerintahkan kamu dalam hal (pembahagian harta pusaka untuk) anak-anak kamu. Bahagian untuk seorang anak laki-laki menyamai bahagian dua orang anak perempuan. Tetapi jika anak-anak perempuan sahaja lebih daripada dua orang maka bahagian mereka ialah dua pertiga daripada harta yang ditinggalkan. Dan jika seorang anak perempuan sahaja maka bahagiannya ialah seperdua (sepahruh) daripada harta itu. Dan bagi ibu bapa si mati bahagian tiap-tiap seorang daripada keduanya seperenam daripada harta yang ditinggalkan oleh si mati jika si mati mempunyai anak (sama ada laki-laki atau perempuan). Tetapi jika si mati tidak mempunyai anak (sama ada laki-laki atau perempuan), sedang yang mewarisinya hanya ibu dan bapanya sahaja

maka bahagian untuk ibunya ialah sepertiga (dan bakinya adalah untuk bapanya). Maka jika si mati mempunyai beberapa orang saudara (adik beradik laki-laki atau perempuan) maka bahagian ibunya ialah seperenam (dan bapa pula ialah 'ashabah). (Pembahagian itu dibuat) setelah dilaksanakan terlebih dahulu wasiat yang telah diwasiatkan oleh si mati atau setelah dibayar segala hutangnya. Ibu bapa kamu dan anak-anak kamu itu tidaklah kamu ketahui siapakah antara mereka yang lebih dekat (banyak) manfa'atnya kepada kamu. Itulah ketetapan daripada Allah. Sesungguhnya Allah Maha Mengetahui lagi Maha Bijaksana. Dan bagi kamu seperdua (sepahruh) daripada harta yang ditinggalkan oleh isteri-isteri kamu jika mereka tidak mempunyai anak. Tetapi jika mereka mempunyai anak (sama ada anak daripada kamu atau daripada bekas suami), maka kamu mendapat seperempat (sesuku) daripada harta yang mereka tinggalkan sesudah dilaksanakan wasiat yang mereka wasiatkan dengan harta itu sesudah dibayarkan hutangnya. Dan untuk isteri-isteri itu pula ialah seperempat (sesuku) daripada harta yang kamu tinggalkan jika kamu tidak mempunyai anak. Tetapi jika kamu mempunyai anak (sama ada anak daripada isteri kamu yang masih bersama kamu ketika kamu mati atau anak daripada bekas isteri) maka bahagian isteri kamu itu ialah seperlapan daripada harta yang kamu tinggalkan itu sesudah dilaksanakan wasiat yang kamu wasiatkan dengan harta itu dan sesudah dibayarkan hutang kamu. Dan sekiranya laki-laki atau perempuan yang diwarisi itu kalalah (tidak meninggalkan anak atau bapa), dan dia hanya meninggalkan seorang adik-beradik laki-laki (seibu) atau adik-beradik perempuan (seibu) maka tiap-tiap seorang daripada keduanya mendapat bahagian seperenam. Kalau pula mereka (adik beradik seibu itu) lebih daripada seorang maka mereka bersekutu pada mempusakai sepertiga (dengan mendapat sama banyak laki-laki dengan perempuan) sesudah dilaksanakan wasiat yang diwasiatkan oleh si mati daripada harta itu dan sesudah dibayarkan hutangnya. Wasiat-wasiat tersebut hendaknya tidak mendatangkan mudharat (kepada waris-waris seperti mewasiatkan lebih daripada sepertiga). (Tiap-tiap satu hukum) itu ialah ketetapan daripada Allah. Dan Allah Maha Mengetahui lagi Maha Penyantun.

Mengenai pembahagian harta waris bagi anak lelaki dan anak perempuan, Allah Ta'ala berfirman :

Tafsirnya: Allah memerintahkan kamu dalam hal (pembahagian harta pusaka untuk) anak-anak kamu. Bahagian untuk anak laki-laki menyamai bahagian dua orang anak perempuan.

(Surah an-Nisa': 11)

Dalam ayat di atas, Allah Ta'ala menetapkan bahawa bahagian seorang lelaki adalah sama dengan bahagian dua orang perempuan. Penetapan bahagian perempuan dalam harta pusaka separuh daripada bahagian lelaki mempunyai beberapa hikmah. Antaranya menurut Imam al-Fakhr ar-Razi *Rahimahullah* dalam kitabnya, at-Tafsir al-Kabir wa Mafatih al-Ghaib, ialah tanggungan perbelanjaan kaum perempuan adalah sedikit kerana perbelanjaan nafkahnya ditanggung oleh suaminya. Manakala perbelanjaan kaum lelaki pula adalah lebih banyak kerana dia bertanggungjawab menanggung perbelanjaan nafkah isterinya. Oleh yang demikian, sesiapa yang tanggungan perbelanjaan lebih banyak, maka dia lah yang lebih memerlukan kepada harta.

Imam Ibn Katsir *Rahimahullah* dalam kitabnya Tafsir al-Qur'an al-Azham pula menjelaskan tentang hikmah seorang lelaki diberikan bahagian yang menyamai bahagian dua perempuan. Beliau berkata:

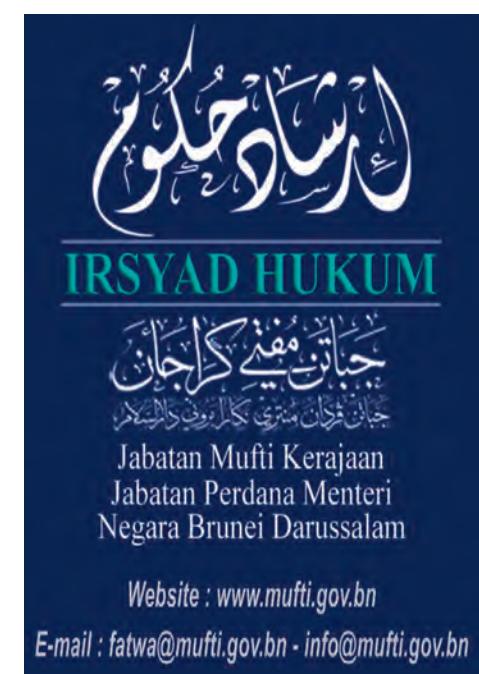
Ertinya: Dan yang demikian itu (lelaki diberikan bahagian dua perempuan) kerana lelaki memerlukan kepada (menanggung) perbelanjaan nafkah dan pembiayaan, menanggung kepayaan usaha perniagaan dan mencari pendapatan serta menanggung kesulitan-kesulitan, maka adalah munasabah dia diberikan dua kali ganda apa yang diterima oleh perempuan.

Disebutkan dalam kitab at-Tafsir al-Kabir wa Mafatih al-Ghaib bahawa kaum perempuan ada menyebut-nyebut mengenai kelebihan yang Allah Ta'ala berikan kepada kaum lelaki dalam perkara perwarisan, maka diturunkan ayat berupa firmanNya:

Tafsirnya: Laki-laki adalah pemimpin terhadap kaum perempuan kerana Allah telah melebihikan laki-laki (dengan beberapa keistimewaan) atas kaum perempuan dan juga kerana laki-laki memberi nafkah daripada harta mereka.

(Surah an-Nisa': 34)

Dalam ayat di atas, Allah Ta'ala menjelaskan bahawa lelaki dilebihkan ke atas perempuan dalam perkara perwarisan kerana lelaki merupakan pemimpin terhadap perempuan. Walaupun keduanya sama-sama mempunyai hak bersenang-senang (*istimta'*) antara satu sama yang lain. Namun Allah Ta'ala hanya memerintahkan kaum lelaki sahaja yang memberikan mahar kepada kaum perempuan dan menyediakan nafkah untuk mereka. Maka kelebihan yang diterima satu pihak diimbangi dengan kelebihan yang diterima oleh pihak yang satu lagi, seolah-olah tidak ada pihak yang dilebihkan antara satu dengan



yang lain.

Dr Yusuf al-Qaradhawi *Rahimahullah* pula dalam kitabnya *Markaz al-Mar'ah fi al-Hayat al-Islamiyyah* menyatakan bahawa perbezaan harta warisan antara lelaki dan perempuan adalah hasil perbezaan mereka dalam menanggung beban kewangan dan kos yang ditetapkan oleh syara'. Sebagai contoh seorang bapa meninggal dunia dan meninggalkan seorang anak lelaki dan seorang anak perempuan. Anak lelaki berkahwin dan membayar mahar dan dia menyebut isterinya dan memberi nafkah kepadanya. Manakala anak perempuannya pula berkahwin dan menerima mahar dan kemudian suaminya menyebutuhinya dan berkewajipan menaranya dan dia tidak dibebankan walau satu sen sekalipun anak perempuan itu adalah daripada orang kaya. Kemudian bertambah tanggungan lelaki dan nafkah-nafkah yang mestilah ditanggungnya kerana dia yang memberi nafkah kepada anak lelaki dan anak perempuannya yang masih kecil.

Berdasarkan penjelasan para ulama tentang bahagian ahli waris lelaki yang lebih besar daripada bahagian ahli waris perempuan, maka dapat difahami bahawa pembahagian dengan bahagian yang lebih besar kepada waris lelaki ini bukanlah semata-mata diterima untuk kepentingan diri. Ia adalah ketetapan Allah Ta'ala berdasarkan kaum lelaki yang lebih memerlukan kepada harta bagi melaksanakan tanggungjawab memberi nafkah kepada orang-orang yang di bawah tanggungannya seperti isteri, anak dan ahli keluarga sesuai dengan apa yang dituntut oleh syara' ke atasnya.

Demikian penjelasan mengenai hikmah lelaki memperolehi bahagian lebih besar dalam harta pusaka.

منجو كريضاءن الله
MENUJU KEREDAAN ALLAH
كلو لأن قوسة دعوه اسلاميه

"Kemudian apabila engkau telah berazam (untuk berbuat sesuatu sesudah bermesyuarat) maka bertawakkallah kepada Allah (melaksanakannya). Sesungguhnya Allah mengasihi orang-orang yang bertawakkal."

(Surah Ali-'Imran : 159)

TAHUN Masihi 2025 baru bermula dan seterusnya akan menambahkan usia kita setahun lagi dan mendekatkan diri serta menghampiri usia pengakhiran iaitu kematian. Secara lazimnya, apabila tibanya tahun baharu, kita menyambutnya dengan semangat dan azam baharu dalam kehidupan harian. Namun dalam Islam kita sentiasa dituntut taat dengan perintah dan suruhan Allah Subhanahu Wata'ala pada

Usia bertambah di tahun baharu

bila-bila masa secara berterusan. Kita akan sentiasa bersedia untuk menghadapi penghujung usia dengan membuat amal ibadat yang semakin ditambah sebagai bekalan di hari kemudian.

Tidak menjadi kesalahan sekiranya menyambut tahun baharu ini namun ia disesuaikan dengan kehendak syarak. Oleh itu, kita lebih mengutamakan kebaikan dan menghindari sedaya upaya apa jua bentuk kezaliman, kemungkar, kemaksiatan dan kejahatan. Kita hendaklah sentiasa bermuhasabah setiap waktu agar menepati saranan yang dituntut oleh Allah Subhanahu Wata'ala iaitu menjadi hamba yang taat kerana ini adalah tujuan hidup kita sebenar iaitu beribadat kepada Allah Subhanahu Wata'ala, bukan mencari kebahagiaan dunia semata-mata.

"Dan Aku tidak menciptakan jin dan manusia melainkan hanya untuk menyembah Aku."

(Surah Adz-Dzaariyat : 56)

Setahun berlalu, pasti kita jadikan iktibar untuk diri sendiri sekiranya di tahun lalu, banyak kekurangan dalam melakukan amal ibadah, maka tahun ini kita berazam tidak mengulangi kekurangan yang sama. Hampir kesemua orang mempunyai azam yang tersendiri untuk dilaksanakan namun amat jarang didengar, orang menyuarakan azamnya untuk menjadi hamba Allah yang lebih bertakwa, lebih pemurah, lebih patuh dan mentaati segala suruhan Allah Subhanahu Wata'ala dan menghayati ajaran-Nya.

Tidak salah menanam azam tetapi biarlah seimbang dalam usaha mencari kecemerlangan, kebahagiaan dunia dan

akhirat. Sering kali kita membaca dan mendengar pengisian di malam sambutan tahun baharu masih ini berlakunya unsur-unsur maklumat yang jelas dan nyata menyalahi ajaran agama Islam. Sepatutnya tahun baharu disambut dengan rasa syukur kepada Allah Subhanahu Wata'ala dengan pengisian doa-doaa agar membina diri kita ke arah didikan Islam. Diharap tahun baharu ini menjadi tahun yang penuh keberkatan dan kerahmatan buat kita semua, menjadi seorang insan yang semakin baik dalam pelbagai segi kehidupan berbanding tahun-tahun lalu. Kita selarikan azam dan kejayaan yang ingin dicapai dengan unsur-unsur keislaman dengan disusuli kekuatan semangat untuk mencapainya.

Selamat Tahun Baharu Masihi 2025

BENDUNG, CEGAH GEJALA BULI



GEJALA buli boleh menyebabkan tekanan kepada mangsa dan mempunyai kesan jangka panjang terhadap kesejahteraan mental dan emosi mereka, oleh itu, ibu bapa perlulah memastikan adanya komunikasi terbuka dengan anak-anak serta memberi sokongan emosi yang mencukupi.

BANDAR SERI BEGAWAN, Selasa, 31 Disember. - Isu buli adalah masalah berat yang melibatkan tindakan agresif, baik secara fizikal, emosi ataupun melalui alam siber. Ia berlaku dalam pelbagai bentuk dan situasi, termasuk di rumah, di sekolah, di tempat kerja serta di media sosial.

Gejala buli boleh menyebabkan tekanan kepada mangsa dan mempunyai kesan jangka panjang terhadap kesejahteraan mental

dan emosi mereka. Dalam beberapa tahun kebelakangan ini, kes-kes buli semakin meningkat dan telah mendapat perhatian media massa dan masyarakat.

Ramai yang tertanyatanya, apakah faktor yang menyebabkan seseorang itu bertindak sebagai pembuli? Adakah pengaruh utama datang dari rumah atau persekitaran sekolah?

Rumah adalah tempat seorang

kanak-kanak membesar dan belajar tentang norma etika sosial serta nilai kehidupan. Terdapat beberapa faktor di rumah yang mungkin menyumbang kepada sikap membuli seperti keganasan yang berlaku dalam sebuah keluarga atau keadaan keluarga yang tidak harmoni. Anak-anak yang menyaksikan pergaduhan antara ibu bapa atau sikap kasar mungkin menganggap bahawa perilaku agresif adalah sesuatu yang normal. Mereka mudah meniru tindakan kasar berkenaan apabila berada di luar rumah.

Selain itu, kurangnya perhatian atau kasih sayang terhadap anak-anak membuatkan mereka mungkin mencari perhatian di sekolah dengan cara negatif seperti membuli. Tingkah laku berkenaan disebabkan oleh perasaan tidak dihargai atau kekosongan emosi yang tidak diisi di rumah.

Sementara, pengaruh media dan teknologi juga antara salah satu faktor terjadinya gejala buli. Pendedahan kepada kandungan media berbentuk keganasan atau tingkah laku kasar terutama tanpa kawalan daripada ibu bapa boleh mempengaruhi minda anak-anak.

Manakala, sekolah adalah tempat anak-anak diberi tugas

Oleh : Nurul Rasyidah Mohamad Rosland
Foto : Mohammad Hasif Matzin

yang lebih penting sebagai seorang pelajar, iaitu mencari ilmu untuk menjadi orang yang berguna kepada masyarakat dan negara.

Persekutuan sekolah juga boleh menjadi penyumbang kepada berlakunya gejala buli dan salah satu faktornya adalah disebabkan pengaruh daripada rakan sebaya. Kebanyakan daripada mereka lebih mengutamakan dan meletakkan kepercayaan kepada rakan berbanding ibu bapa atau keluarga.

Mereka mudah terpengaruh dan mengikuti apa sahaja yang dilakukan oleh rakan-rakan termasuklah kegiatan membuli yang beranggapan dapat membuktikan kehebatan diri masing-masing atau berpuncanya daripada sikap ego yang semakin tinggi dan pantang dicabar oleh rakan mereka.

Selain itu, ada sesetengah pelajar yang terpengaruh dengan adegan buli daripada filem yang memaparkan aksi pergaduhan yang berbahaya. Pelajar pula ingin mencuba melakukannya di sekolah sebagai cara untuk mendapatkan kuasa yang mampu mempengaruhi rakan lain.

Antara lain berlakunya buli di

sekolah juga disebabkan masalah yang dihadapi oleh pelajar berkenaan dalam keluarga. Pelajar berkenaan ingin melepaskan amarah yang terpendam dengan cara melampiaskannya kepada pelajar lain.

Oleh itu, rumah dan sekolah mempunyai peranan tersendiri dalam perkembangan emosi dan sosial individu berkenaan. Ibu bapa perlulah memastikan adanya komunikasi terbuka dengan anak-anak serta memberi sokongan emosi yang mencukupi.

Manakala, pihak sekolah boleh menjalankan program anti buli yang melibatkan ceramah, aktiviti kesedaran serta bimbingan untuk membina sikap positif. Guru-guru juga perlu aktif dalam mengesan sebarang tanda-tanda buli dan mengambil tindakan yang selamat.

Justeru itu, peranan ibu bapa, guru dan seluruh masyarakat sangat penting dalam membentuk generasi muda yang berakhlaq mulia. Dengan kerjasama antara rumah dan sekolah, kita boleh berusaha untuk membasmikan masalah buli dan mewujudkan persekitaran yang lebih selamat.



Probiotik untuk kesihatan usus awda

BILAKAH waktu yang sesuai untuk makan probiotik? Sebenarnya, ada waktu terbaik makan probiotik bagi memastikan ia lebih mudah menyerap dan berkesan untuk meningkatkan imuniti badan.

Tetapi, tahukah awda apa itu probiotik? Ia adalah mikroorganisma hidup yang bermanfaat untuk kesihatan tubuh khususnya bagi sistem pencernaan. Probiotik boleh didapati dalam makanan, ubat dan suplemen.

Selain itu, probiotik juga dapat membantu mengekalkan keseimbangan mikroflora usus serta menyokong sistem imun tubuh. Edisi Tip Kesihatan kali ini akan menerangkan waktu terbaik makan probiotik untuk kesihatan usus awda.

Waktu terbaik makan probiotik

Probiotik ada sejenis bakteria. Oleh itu, ia mungkin tidak dapat memasuki perut dengan selamat disebabkan kehadiran asid. Sebab itulah, pengambilan probiotik perlulah dilakukan pada waktu tertentu.

1. Selepas makan antibiotik

- Tahukah awda, antibiotik memusnahkan bakteria baik dan buruk dalam usus? Oleh itu, mengambil probiotik selepas makan antibiotik dapat membantu memulihkan keseimbangan mikroflora dalam perut.

2. Ketika mengalami masalah pencernaan

- Sekiranya awda mengalami masalah pencernaan, pengambilan probiotik mungkin dapat membantu. Sebab itulah, pengambilan probiotik pada waktu pagi sangat disarankan. Probiotik berkesan untuk meredakan cirit-birit, sembelit atau perut kembung. Ia juga membantu mencegah sindrom iritasi usus (IBS).

3. Sebelum melakukan perjalanan jauh

- Jika awda gemar melancong, ambil probiotik untuk cegah cirit-birit. Ia dapat membantu melegakan perut, terutamanya jika awda perlu pergi ke negara lain yang mempunyai makanan berbeza.

4. Ketika stres

- Sebenarnya, tekanan perasaan dan stres boleh mengganggu kesihatan usus. Oleh itu, pengambilan probiotik dapat membantu menstabilkan flora usus dan menjadikan 'mood' awda bertambah baik.

5. Ketika datang haid

- Wanita boleh mengambil probiotik untuk mengurangkan masalah pencernaan yang berlaku ketika haid, misalnya perut kembung akibat ketidakhadaman.

6. Makan probiotik ketika sakit



- Jika awda kerap jatuh sakit, cuba tambahkan makanan yang kaya dengan probiotik dalam diet harian. Ia dapat menguatkan daya tahan badan dan mengelakkan awda daripada mudah jatuh sakit.

7. Makan setiap hari untuk kesihatan lebih baik

- Probiotik juga boleh diambil setiap hari demi kesihatan lebih baik. Tidak kira lah awda ingin mengambilnya dalam bentuk makanan atau suplemen, probiotik terbukti dapat melancarkan sistem pencernaan. Waktu yang sesuai makan probiotik ialah pada waktu pagi. Namun, awda boleh mengambilnya pada bila-bila masa.

Makanan yang mengandungi probiotik

1. Yogurt : Sumber probiotik yang mudah didapati dan dapat membantu memperbaiki kesihatan usus.

2. Kimchi : Sayuran yang difermentasi dan kaya dengan bakteria baik.

3. Kefir : Minuman susu fermentasi yang mengandungi pelbagai *strain* probiotik.

4. Tempe dan miso : Makanan berdasarkan soya yang difermentasi dan kaya dengan probiotik.

Kesimpulan

Pengambilan probiotik penting untuk kesihatan pencernaan, sistem imun dan kesejahteraan badan secara keseluruhan. Melalui perkongsian dalam sebuah laman sesawang mengenai kesihatan, probiotik boleh diambil melalui makanan atau suplemen bergantung kepada keperluan individu.

Amalkan pengambilan probiotik secara konsisten pada waktu terbaik seperti pagi, selepas makan atau selepas pengambilan antibiotik. Ini merupakan waktu terbaik makan probiotik. Dengan keseimbangan mikroflora perut yang baik, tubuh akan menjadi lebih sihat dan mampu melawan penyakit dengan berkesan.

دعا ممohen كقد الله سقايي قرسلامة

در قد بلاء دان سکل جنیس چاکیت

DOA MEMOHON KEPADA ALLAH SUPAYA TERSELAMAT DARIPADA BALA DAN SEGALA JENIS PENYAKIT

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

الْحَمْدُ لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ، وَالصَّلَاةُ وَالسَّلَامُ عَلَى سَيِّدِنَا مُحَمَّدٍ
وَعَلَى آلِهِ وَصَحْبِهِ أَجْمَعِينَ.

لَا إِلَهَ إِلَّا أَنْتَ سَبَّحْنَاهُ إِنِّي كُنْتُ مِنَ الظَّالِمِينَ ۝ ۳ کالی۝.

نَعُوذُ بِكَلِمَاتِ اللَّهِ الْأَتَّامَاتِ مِنْ شَرِّ مَا خَلَقَ ۝ ۳ کالی۝.

بِسْمِ اللَّهِ الَّذِي لَا يَضُرُّ مَعَ أَسْمَهِ شَيْءٌ فِي الْأَرْضِ وَلَا فِي
السَّمَاءِ وَهُوَ السَّمِيعُ الْعَلِيمُ ۝ ۳ کالی۝.

بِسْمِ اللَّهِ وَالْحَمْدُ لِلَّهِ مُحَمَّدُ رَسُولُ اللَّهِ لَا قُوَّةَ إِلَّا بِاللَّهِ.

بِسْمِ اللَّهِ عَلَى دِينِنَا وَأَنْفُسِنَا.

بِسْمِ اللَّهِ عَلَى أَهْلِنَا وَأَمْوَالِنَا.

بِسْمِ اللَّهِ عَلَى كُلِّ شَيْءٍ أَعْطَانَا رَبُّنَا.

بِسْمِ اللَّهِ خَيْرِ الْأَسْمَاءِ. بِسْمِ اللَّهِ رَبِّ الْأَرْضِ وَالسَّمَاءِ. بِسْمِ
اللَّهِ الَّذِي لَا يَضُرُّ مَعَ أَسْمَهِ ذَاءً. بِسْمِ اللَّهِ أَفْتَخَنَا وَبِاللَّهِ
أَخْتَمَنَا وَعَلَى اللَّهِ تَوَكَّلْنَا. تَحَصَّنَا بِذِي الْعِزَّةِ وَاجْبَرُوتِ.
وَاعْتَصَمَنَا بِرَبِّ الْمَلَكُوتِ وَتَوَكَّلَنَا عَلَى الْحَمِيِّ الَّذِي لَا
يَمُوتُ.

اللَّهُمَّ إِنَّا نَعُوذُ بِكَ مِنَ الْبَرَصِ، وَالْجُنُونِ، وَالْجُذَامِ، وَمِنْ سَيِّئَاتِ
الْأَسْقَامِ.

اللَّهُمَّ أَصْرِفْ عَنَّا وَعَنْ سُلْطَانِنَا وَبِلَادِنَا وَجَمِيعِ الْمُسْلِمِينَ فِي
كُلِّ مَكَانٍ الْبَلَاءَ وَالْوَبَاءَ وَالْطَّعْنَ وَالْطَّاغُونَ وَسَائِرَ الْأَمْرَاضِ
وَقَنَا شَرَّ الْرَّدَى بِلُطْفِكَ يَا لَطِيفُ يَا حَبِيبُ إِنَّكَ عَلَى كُلِّ
شَيْءٍ قَدِيرٌ ۝ ۳ کالی۝.

وَصَلَى اللَّهُ عَلَى سَيِّدِنَا مُحَمَّدٍ وَعَلَى آلِهِ وَصَحْبِهِ وَسَلَّمَ،
وَالْحَمْدُ لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ.

TERJEMAHAN DOA-DOA MEMOHON KEPADA ALLAH SUPAYA TERSELAMAT DARIPADA BALA DAN SEGALA JENIS PENYAKIT

Dengan nama Allah Yang Maha Pengasih lagi Maha Penyayang.

Segala puji bagi Allah Tuhan semesta alam, selawat dan salam ke atas junjungan kami Nabi Muhammad shallallahu 'alaihi wassalam dan ke atas keluarga Baginda dan sahabat-sahabat baginda sekalian.

Sesungguhnya tiada Tuhan (yang dapat menolong) melainkan Engkau Ya Allah! Maha Suci Engkau (daripada melakukan aniaja). Sesungguhnya aku adalah dari orang-orang yang menganiaya diri sendiri. (3x)

Kami berlindung dengan (kebesaran) kalimah-kalimah Allah yang sempurna dari segala kejahanatan yang ada. (3x)

Dengan nama Allah yang tidak memberi mudarat bersama nama-Nya apa yang ada di bumi dan jua di langit, dan Dia Maha Mendengar lagi Maha Mengetahui. (3x)

Dengan nama Allah dan segala puji hanya bagi Allah, Muhammad pesuruh Allah, (kami) tiada upaya melainkan dengan (pertolongan) Allah.

Dengan nama Allah (kami bermohon bagi keselamatan) ke atas agama kami dan diri kami. Dengan nama Allah (kami bermohon bagi keselamatan) ahli-ahli kami dan harta benda kami. Dengan nama Allah (kami bermohon bagi keselamatan) ke atas setiap sesuatu yang Allah berikan kepada kami. Dengan nama Allah sebaik-baik nama. Dengan nama Allah Tuhan (bagi sekalian makhluk) di bumi dan di langit. Dengan nama Allah yang tidak memberi bahaya sebarang penyakit bersama nama-Nya. Dengan nama Allah kami memulakan (segala sesuatu) dan dengan (nama) Allah kami mengakhiri (segala sesuatu) dan kepada Allah kami berserah.

Kami memelihara diri kami dengan (Allah) Yang Mempunyai Kekuatan dan Kekuasaan. Dan kami berpegang dengan Tuhan Yang Memiliki Kekuasaan, dan kami berserah pada (Allah) Yang Sentiasa Hidup, Yang Tidak Mati.

Ya Allah, Ya Tuhan kami, sesungguhnya kami berlindung kepada-Mu dari penyakit sopak, gila dan kusta serta dari seburuk-buruk penyakit.

Ya Allah, Ya Tuhan kami, lindungilah kami, dan pemerintah kami dan negara kami serta seluruh orang-orang Islam di setiap pelusuk tempat daripada bala' bencana, wabak, ancaman, penyakit taun dan segala jenis penyakit dan lindungilah kami dari kebinasaan dengan belas kasih-Mu wahai Yang Maha Lembut tadbirnya (serta melimpah-limpah kebaikan dan belas kasihan-Nya) wahai yang Maha Meliputi segala Yang tersembunyi, sesungguhnya Engkau Maha Berkuasa atas tiap-tiap sesuatu (3x).

Dan Engkau (Allah) cucurilah dengan sepenuh rahmat ke atas junjungan kami Nabi Muhammad dan ke atas ahli-ahli keluarga baginda dan seluruh sahabat baginda. Dan segala puji hanya bagi Allah Tuhan Pentadbir seluruh alam.

AYAT KURSI, SELAWAT, ZIKIR-ZIKIR AMALAN HARIAN

آية الكرسي

اللَّهُمَّ لَا إِلَهَ إِلَّا أَنْتَ، الْحَمْدُ لَأَنْتَ حُمْدٌ
سِنَةٌ وَلَا نَوْمٌ لَمْ مَا فِي السَّمَاوَاتِ وَمَا
فِي الْأَرْضِ فَمَنْ ذَا الَّذِي يَشْفَعُ عِنْدَكَ
إِلَّا بِإِذْنِهِ يَعْلَمُ مَا بَيْنَ أَيْدِيهِمْ وَمَا خَلْفَهُمْ
وَلَا يُحِيطُونَ بِشَيْءٍ مِنْ عِلْمِهِ إِلَّا بِمَا شَاءَ
وَسَعْ كُرْسِيَّهُ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضَ وَلَا يَنْعُودُ
حَفْظُهُمَا وَهُوَ عَلَى الْعَظِيمِ ٦٥٥

Peringatan :

Ayat ini dibaca bagi menolak bala, dalam kesusahan, dalam kesempitan rezeki, keadaan cuaca yang memberi takut atau apa jua keadaan yang menakutkan. Jika keadaan-keadaan ini berlaku, maka hendaklah diulang bacaan pada ayat ini 70 kali. Hingga keadaan hilang menjadi baik dan sempurna).

(صلوات تفرجية)

اللَّهُمَّ صَلِّ صَلَةً كَامِلَةً وَسِلِّمْ سَلَامًا تَامًا عَلَى سَيِّدِنَا مُحَمَّدٍ
الَّذِي تَحْلِي بِهِ الْعُقْدُ، وَتَنْفَرِخُ بِهِ الْكُرْبُ، وَتُقْضَى بِهِ
الْحُوَاجُ، وَتُنَالُ بِهِ الرَّغَائِبُ وَحُسْنُ الْحَوَافِمْ، وَيُسْتَسْقَى
الْغَمَامُ بِوَجْهِهِ الْكَرِيمِ، وَعَلَى آلِهِ وَصَحِّهِ فِي كُلِّ لَمْحَةٍ
وَنَفْسٍ بَعْدِ كُلِّ مَعْلُومٍ لَكَ.

Maksudnya :

Wahai Tuhan Kami! Limpahkanlah rahmat dan nikmat yang sempurna dan kesejahteraan yang cukup ke atas penghulu kami Nabi Muhammad yang dengan berkatnya semoga akan terhurailah segala simpulan ikatan dan akan terhapuslah segala kesusahan serta tertunailah segala hajat, juga akan tercapailah segala maksud dan kesudahan umur yang baik (mati di dalam keadaan aman), dan terkabullah cucuran air hujan rahmat dengan berkat peribadinya yang mulia. Dan ke atas semua keluarganya serta para sahabatnya pada setiap kerdipan mata dan hembusan nafas, maka semoga Engkau limpahkan dengan cucuran rahmat kesejahteraan serta keselamatan yang cukup sempurna).

Penerangannya :

Selawat ini amat luas rahsianya, dapat melapangkan segala kesukaran sesiapa yang membacanya setiap kali lepas sembahyang fardu atau tiap-tiap hari.

سَيِّدُ الْإِسْتِغْفَارِ

اللَّهُمَّ أَنْتَ رَبِّي لَا إِلَهَ إِلَّا أَنْتَ، خَلَقْتَنِي وَأَنَا عَبْدُكَ،
وَأَنَا عَلَى عَهْدِكَ وَوَعْدِكَ مَا أُسْتَطَعْتُ، أَعُوذُ بِكَ مِنْ
شَرِّ مَا صَنَعْتُ، أَبُوءُ لَكَ بِنِعْمَتِكَ عَلَيَّ وَأَبُوءُ بِذَنْبِي،
فَاغْفِرْ لِي فَإِنَّهُ لَا يَغْفِرُ الذُّنُوبُ إِلَّا أَنْتَ.

Maksudnya :

"Ya Allah! Engkaulah Tuhanku. Tiada tuhan yang sebenar selain Engkau. Engkau telah menciptakan ku, dan aku hamba-Mu. Aku berada dalam ikatan janji-Mu menurut kemampuanku. Aku berlindung dengan-Mu daripada kejahanatan yang ku lakukan. Aku sedari nikmat-Mu kepadaku. Dan aku sedari akan dosa-dosaku. Maka ampunilah aku. Sesungguhnya tiada yang dapat mengampunkan dosa kecuali Engkau".

Fadilatnya :

Jika pada siang hari seseorang membaca doa ini dengan keteguhan iman dan meninggal dunia sebelum matahari turun, maka ia akan menjadi penghuni syurga. Dan jika seseorang membaca doa ini pada malam hari dengan keteguhan iman dan meninggal dunia sebelum pagi tiba, maka ia akan menjadi penghuni syurga.

ذَكْر بِچاءِنْ يَعْ مِبَاوا كِبَرا وَنْتُوْغُنْ سَاعَتْ بِسْر كَفْد قَعْمَلَنْ (تُولَقْ بِلَاءْ)

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

(3)

وَلَا حَوْلَ وَلَا قُوَّةَ إِلَّا بِاللَّهِ الْعَلِيِّ الْعَظِيمِ

(Dengan Nama Allah Yang Maha Pemurah Lagi Maha Penyayang, dan tiada daya upaya serta kekuatan (kuasa) melainkan bagi Allah Yang Maha Tinggi Lagi Maha Agung juga).

Penerangan :

Menurut hadis, barang siapa mengalami kesusahan atau dalam keadaan sukar, maka bacalah zikir ini, nescaya Allah dengan kuasa-Nya akan melepaskan orang itu daripada apa jua bentuk kesusahan atau bencana yang dialaminya.

أَسْتَغْفِرُ اللَّهَ الْعَظِيمِ

(2)

(Aku memohon ampun kepada Allah Yang Maha Agung).

Penerangan :

Bacaan ini diamalkan sendiri oleh Nabi Sallallahu Alaihi Wasallam sebanyak 100 kali pada setiap hari, keutamaannya menghapus dosa, menutup aib, menyampaikan hajat dan berkat harta benda. Menurut satu riwayat hadis, sesiapa yang membiasakan membacanya, maka Allah akan memberinya jalan keluar daripada setiap dukacita, daripada kesempitan dan kesusahan juga mengurniakkannya rezeki daripada sumber yang dia sendiri tidak menyedari.

حَسِبْنَا اللَّهَ وَنِعْمَ الْوَكِيلُ

(1)

(Memadailah Allah untuk menolong kami dan Dialah yang sebaik-baik pelindung).

Penerangan :

Ini adalah ayat Al-Quran, Surah Ali 'Imran, ayat 173. Menurut hadis, jika seseorang mengalami atau menghadapi perkara-perkara besar yang sangat sukar, maka bacalah zikir ini. Elok dibaca 100 kali atau lebih.

يَا حَيُّ يَا قَيُومُ، بِرَحْمَتِكَ أَسْتَغْيِثُ

(5)

(Wahai Tuhan Yang Maha Hidup Lagi Maha Berdiri Sendiri, dengan rahmat-Mu jua, tolonglah aku / bantulah aku!).

Penerangan :

Ini adalah zikir hebat, Barang siapa yang membacanya pagi dan petang, seolah-olah dia memohonkan semua kebaikan dunia dan akhirat dan sekali gus mengharapkan pertolongan Allah dalam apa jua perkara yang dimahuinya. Di dalam sebuah riwayat, Nabi Sallallahu Alaihi Wasallam telah berwasiat (berpesan) kepada puteri Baginda, Fatimah Az-Zahra' supaya membaca zikir ini pagi dan petang.

وَأَفْوَضُ أَمْرِي إِلَى اللَّهِ

(4)

(Dan aku menyerahkan urusanku (hanya kepada Allah jua).

Penerangan :

Ini adalah ayat Al-Quran, Surah Ghafir, ayat 44. Zikir ini diamalkan bagi menggagalkan daripada segala musibah berlaku. Malah binatang buas, seperti singa yang dirancang untuk memangsakan seseorang, didapat enggan bertindak untuk mencederakan orang itu, berkat membaca doa ini.


**JABATAN KERJA RAYA
KEMENTERIAN PEMBANGUNAN**

Dibukakan Kepada
Pemborong-Pemborong Yang
Berdaftar Dengan Kementerian
Pembangunan Di Dalam

Kelas:
(II & III Sahaja)

Kategori:
[KA01 & M03 Sahaja]

**Tarikh Akhir Mengambil
Dokumen Tawaran Pada:**
Selasa,
7 Januari 2025.

Tarikh Tutup:
Selasa,
14 Januari 2025.
Tidak Lewat Dari Jam 2.00 Petang

Bilangan Tawaran:
JKR / DWS / 040 / 2024

Nama Projek:
Membekal, Menggantikan Dan
Memasang Pam Air Mentah
Tenggelam 1, 2 Dan 3
Bagi Loji Rawatan Air Sumbiling

Yuran Tawaran:
BND30.00
(Tidak Dikembalikan)

Yuran E-Dokumen:

Dibukakan Kepada
Pemborong-Pemborong Yang
Berdaftar Dengan Kementerian
Pembangunan Di Dalam

Kelas:
(II & III Sahaja)

Kategori:
[KA01 Sahaja]

**Tarikh Akhir Mengambil
Dokumen Tawaran Pada:**
7 Januari 2025. (Selasa)

Tarikh Tutup:
14 Januari 2025. (Selasa)
Tidak Lewat Dari Jam 2.00 Petang

Bilangan Tawaran:
JKR / DWS / 042 / 2024

Nama Projek:
Kerja Kecemasan Penyiasatan &
Pembakaian Ke Atas Paip Utama
1200mm Peringkat 7 Fasa 1
Di Penanjongan

Yuran Tawaran:
BND30.00 (Tidak Dikembalikan)

Yuran E-Dokumen:

Dibukakan Kepada
Pemborong-Pemborong Yang
Berdaftar Dengan Kementerian
Pembangunan Di Dalam

Kelas:
(III Sahaja)

Kategori:
E01, E02, E03 Dan E05

**Tarikh Akhir Mengambil
Dokumen Tawaran Pada:**
7 Januari 2025. (Selasa)

Tarikh Tutup:
14 Januari 2025. (Selasa)
Tidak Lewat Dari Jam 2.00 Petang

Bilangan Tawaran:
JKR / DWS / 043 / 2024

Nama Projek:
Membekal, Menghantar Dan
Memasang Kabel Kuasa Untuk
Rumah Pam Baru Untuk Tangki
Simpanan Diplomatik,
Daerah Brunei Muara

Yuran Tawaran:
BND50.00
(Tidak Dikembalikan)

Yuran E-Dokumen:

Dibukakan kepada
Pemborong-Pemborong yang
berdaftar dengan Kementerian
Pembangunan di dalam

Kelas :
II & III sahaja

Kategori :
KA01 & M03 - (Kod Baharu)

Bilangan Tawaran:
JKR / DBSKB / 025 / 2024

Nama Projek :
Kontrak Penggal Bagi Operasi
Dan Penyelenggaran Untuk
Tiga Pam Saliran Di Jabatan
Kerja Raya, Kuala Belait
Bagi Tempoh 2 Bulan

No. Projek :
2024ADKB / 2106 / 002-003-001

Bilangan Tawaran:
JKR / DBSKB / 027 / 2024

Nama Projek :
Kerja-Kerja Pembaikan Paip-Paip
Dan Lurang Pembetungan Di
Maktab Anthony Abell, Seria

No. Projek :
2024ADKB / PEL-01

Yuran Tawaran :
BND30.00
(Tidak dikembalikan)

**Tarikh Akhir Mengambil
Dokumen Tawaran :**
Selasa,
14 Januari 2025.

Tarikh Tutup Tawaran :
Selasa,
28 Januari 2025.
Tidak lewat jam 2.00 Petang.


**KEMENTERIAN KEWANGAN
DAN EKONOMI**

1. Bilangan Sebut Harga:
KKW / BPSM / 11 Q.1 / 2025

Tajuk Sebut Harga:
Pengendalian Latihan Dalaman
(In-House) Bagi Kursus
'Getting Things Done'

2. Bilangan Sebut Harga:
KKW / BPSM / 11 Q.2 / 2025

Tajuk Sebut Harga:
Pengendalian Latihan Dalaman
(In-House) Bagi Kursus
'Emotional Intelligence (EQ)'

3. Bilangan Sebut Harga:
KKW / BPSM / 11 Q.3 / 2025

Tajuk Sebut Harga:
Pengendalian Latihan Dalaman
(In-House) Bagi Kursus
'Intensive Communication Skills'

4. Bilangan Sebut Harga:
KKW / BPSM / 11 Q.4 / 2025

Tajuk Sebut Harga:
Pengendalian Latihan Dalaman
(In-House) Bagi Kursus
'Emerging Leaders'

Tarikh Tutup :
Sabtu,
18 Januari 2025.


KEMENTERIAN PEMBANGUNAN

Notis Tawaran

Bil. Tawaran:
(07/24) KPN / DPK / PROC /
2024 / 2025

Tajuk:

General Housekeeping Services
for The Ministry of Development
Building and Trade and Training
Centre Building,
Jalan Pembangunan,
Airport Lama Berakas, Brunei
Darussalam for a Period of
24 Months (2025-2027)

**Bayaran Yuran Dokumen
Tawaran:**
BND10.00
(Tidak dikembalikan)

Tarikh Buka:
Isnin,
23 Disember 2024.

**Tarikh akhir pembelian
dan pembayaran
(secara atas talian):**

Sabtu,
11 Januari 2025.

**Tarikh tutup
menghantar dokumen:**

Selasa,
14 Januari 2025.
Jam 2.00 Petang.



**Divisyen Pengurusan
Korporat
Kementerian Pembangunan**

**Notis
Sebut Harga**

**Bilangan
Sebut Harga:**
(08/24) KPN / DPK / PROC /
2024 / 2025

Tajuk:
Sebut Harga Bagi Pembekalan
Sistem Komunikasi PABX
Di Bangunan
Kementerian Pembangunan

**Bayaran Yuran
Dokumen
Sebut Harga:**
BND10.00
(Tidak dikembalikan)

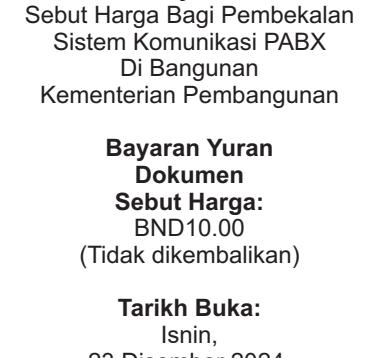
Tarikh Buka:
Isnin,
23 Disember 2024.

**Tarikh akhir pembelian
dan pembayaran
(secara atas talian):**

Khamis,
9 Januari 2025.

**Tarikh tutup
menghantar dokumen:**

Isnin,
13 Januari 2025.
Jam 9.00 Pagi.


**JABATAN DAERAH TUTONG
KEMENTERIAN HAL EHWAH
DALAM NEGERI**

Bilangan Tawaran:
JDT / KPD / 18 / 2024 - 2025

Tajuk Tawaran:
Supply And Install
Flat Roof At Dewan Utama,
Kompleks Dewan
Kemasyarakatan Tutong,
Negara Brunei Darussalam

Yuran Tawaran:
BND5.00

Tarikh Tutup :
Isnin,
6 Januari 2025.
Jam 2.00 Petang.





Bilangan Tawaran:
PPN / ASSET / BUU / QTN /
2024 / 12 / 2

Tajuk Tawaran :
Quotation For Renovation
Including Supply And Installation
Of Furnishes And Fixtures For
Male And Female Surau, Law
Building And Law And Court
Building, Attorney General's
Chambers, Jalan Raja Isteri
Pengiran Anak Saleha,
Bandar Seri Begawan,
Brunei Darussalam'



Bilangan Tawaran:
PPN / ASSET / BUU / QTN /
2024 / 12 / 1

Tajuk Tawaran :
Quotation For Renovation
Including Supply And Installation
Of Furnishes And Fixtures For

Toilets, Third Floor,
Law Building,
Attorney General's Chambers,
Jalan Raja Isteri
Pengiran Anak Saleha,
Bandar Seri Begawan,
Brunei Darussalam

Tarikh Tutup
Tawaran :
Selasa,
7 Januari 2025.



Bilangan Sebut Harga:
REG / 2024-2025 / SH-05

Tajuk Tawaran:
Provision of Venue, Facilities
and Refreshment Package for
In-House Training
(ICAO TRAINAIR Plus –
International Air Law) For
Department of Civil Aviation,
Ministry of Transport and
Infocommunications

Tarikh iklan / mengambil
dokumen sebut harga :
Selasa,
31 Disember 2024.

Tarikh terakhir mengambil
dokumen sebut harga :
Rabu,

15 Januari 2025.
Tarikh tutup sebut harga :
15 Januari 2025, Rabu.
(Tidak lewat jam 2.00 Petang)

Kepada:
Pengerusi
Jawatankuasa Sebut Harga,
Jabatan Penerbangan Awam
d/a Aras Bawah,
Bangunan Ibu Pejabat
Jabatan Penerbangan Awam
Kementerian Pengangkutan
dan Infokomunikasi
Bandar Seri Begawan BB2513
Negara Brunei Darussalam



Bilangan Tawaran:
KK / 300 / 2024 / DSS (TC)

Keterangan:
The Provision of
Security Services for
Serasa Branch,
Department of Scientific Services,
Ministry of Health for A
Period of Three (3) Years

Yuran Tawaran:
BND 30.00

Bilangan Tawaran:
KK / 301 / 2024 / PHARM

Keterangan:
The Supply and Delivery of
Medicines for Department of
Pharmaceutical Services,
Ministry of Health

Yuran Tawaran:
BND 10.00

Bilangan Tawaran:
KK / 302 / 2024 / PHARM

Keterangan:
The Supply and Delivery of
Medicines for Department of
Pharmaceutical Services,
Ministry of Health

Bilangan Tawaran:
KK / 316 / 2024 / UPP(TC)

Keterangan:
Supply and Delivery of Total
Knee Replacement and Total
Hip Replacement for
Department of Orthopedic,
Raja Isteri Pengiran Anak
Saleha (RIPAS) Hospital for a
Period of Five (5) Years

Yuran Tawaran:
BND500.00

Bilangan Tawaran:
KK / 317 / 2024 / UPP(TC)

Keterangan:
The Operation of a Café
Concession at Raja Isteri
Pengiran Anak Saleha (RIPAS)
Hospital for A Period of
Three (3) Years

Yuran Tawaran:
BND10.00

Bilangan Tawaran:
KK / 303 / 2024 / PHARM

Keterangan:
The Supply and Delivery of
Medicines for Department of
Pharmaceutical Services,
Ministry of Health

Yuran Tawaran:
BND100.00

Bilangan Tawaran:
KK / 304 / 2024 / UPP

Keterangan:
Supply, Delivery, Installation,
Testing and Commissioning
Wireless Uroflowmetry System,
Urology Department, RIPAS
Hospital

Yuran Tawaran:
BND10.00

Bilangan Tawaran:
KK / 305 / 2024 / LAB(TC)

Keterangan:
To Supply and Deliver
Consumables for General Use

Yuran Tawaran:
BND30.00

Bilangan Tawaran:
KK / 318 / 2024 / SSBH(TC)

Keterangan:
To Supply and Deliver of Phaco
Packs - Adaptive Fluid
Standard Pack For Eye Clinic,
Suri Seri Begawan (SSB)
Hospital, Ministry of Health For A
Period Of Five (5) Years Usage

Yuran Tawaran:
BND100.00

Bilangan Tawaran:
KK / 319 / 2024 / UPP(TC)

Keterangan:
Supply and Delivery Of
2.7mm/3.5mm Locking Plates
Implants For

KEMENTERIAN KESIHATAN

For Lab Medical Store,
Department of Laboratory
Services, Ministry of Health for
A Period of Three (3) Years

Class:
III and IV

Bilangan
Tawaran:
KK / 314 / 2024 / PHARM

Yuran Tawaran:
BND 30.00

Bilangan Tawaran:
KK / 306 / 2024 / HTD(TC)

Yuran Tawaran:
BND10.00

Keterangan:
The Provision of Maintenance
Services for Patient Ventilators
for Three (3) Years

Bilangan Tawaran:
KK / 308 / 2024 / SSBH(TC)

Yuran Tawaran:
BND500.00

Bilangan Tawaran:
KK / 307 / 2024 / ESTETMOH
(TC)

Yuran Tawaran:
BND50.00

Keterangan:
Three (3) Years Term Contract of
Comprehensive Maintenance
And Repair Of Generator Set
In Hospital Pengiran Isteri
Hajah Mariam, Temburong

Bilangan Tawaran:
KK / 313 / 2024 / PHARM

Eligibility for Tenderers:
Registered with Ministry of
Development and
Ministry of Health

Keterangan:
The Supply and Delivery of
Medicines for Department of
Pharmaceutical Services,
Ministry of Health

Yuran
Tawaran:

Orthopedic Department,
Raja Isteri Pengiran Anak
Saleha (RIPAS) Hospital For
A Period Of Two (2) Years

KK / 325 / 2024 / LAB(TC)

Keterangan:

To Supply and Deliver Variant II
Beta Thalassemia Program
Reagent with Equipment
Rental for National Hematology
Reference Laboratory,
Department of Laboratory
Services, Ministry of Health for A
Period of Three (3) Years Usage

Yuran Tawaran:
BND 50.00

Yuran Tawaran:
BND500.00

Bilangan Tawaran:
KK / 320 / 2024 / UPP(TC)

Keterangan:
Supply and Delivery
Medical Consumables
(Tracheostomy Tubes) For
Otorhinolaryngology Department
(ORL), Raja Isteri Pengiran Anak
Saleha (RIPAS) Hospital For
A Period Of Three (3) Years

Yuran Tawaran:
BND10.00

Bilangan Tawaran:

Bilangan Tawaran:
KK / 326 / 2024 / ESTETPASH

Keterangan:
Renovation and Conversion of
Toilet Facilities into Pulmonary
Function Test (PFT) Rooms at
Specialist Building 1 in Raja
Isteri Pengiran Anak Saleha

BND 10.00

Bilangan
Tawaran:

Keterangan:
The Supply and Delivery of
Medicines for Department of
Pharmaceutical Services,
Ministry of Health

Yuran
Tawaran:
BND100.00

Tarikh
Tutup:
Selasa

7 Januari 2025
Jam 2.00 Petang



Keterangan:
The Provision of Providing
Manpower for Central Sterile
Services Department of Suri Seri
Begawan Hospital for A
Period of Three (3) Years

Yuran Tawaran:
BND50.00

Bilangan Tawaran:
KK / 312 / 2024 / PHARM

Keterangan:
The Supply and Delivery of
Medicines for Department of
Pharmaceutical Services,
Ministry of Health

Yuran Tawaran:
BND10.00

Bilangan Tawaran:
KK / 321 / 2024 / LAB(TC)

Keterangan:
Supply and Delivery
Medical Consumables
(Tracheostomy Tubes) For
Otorhinolaryngology Department
(ORL), Raja Isteri Pengiran Anak
Saleha (RIPAS) Hospital For
A Period Of Three (3) Years

Yuran Tawaran:
BND10.00

Bilangan Tawaran:

(RIPAS) Hospital

Yuran Tawaran:
BND30.00

Tarikh Tutup:
Selasa,
14 Januari 2025.
Tidak lewat jam 2.00 Petang.



IKLAN



Bilangan Tawaran:
REN / 03 / 2024 / PHARM(TC)

Keterangan:
Supply and Delivery of Medicines for Department of Pharmaceutical Services for A Period of Three (3) Years

Yuran Tawaran:
BND500.00

Bilangan Tawaran:
REN / 04 / 2024 / PHARM(TC)

Keterangan:
Supply and Delivery of Medicines for Department of Pharmaceutical Services for A Period of Three (3) Years

Yuran Tawaran:
BND 100.00

Bilangan Tawaran:
VAK / 03 / 2024 / PHARM(TC)

Keterangan:
Supply and Delivery of Medicines for Department of Pharmaceutical Services for A Period of Three (3) Years

Yuran Tawaran:
BND500.00

Bilangan Tawaran:
DRG / 28 / 2024 / PHARM(TC)

Keterangan:
Supply and Delivery of Medicines for Department of Pharmaceutical Services for A Period of Three (3) Years

Yuran Tawaran:
BND 50.00

Bilangan Tawaran:
DRG / 34 / 2024 / PHARM(TC)

Keterangan:
Supply and Delivery of Medicines for Department of Pharmaceutical Services for A Period of Three (3) Years

Yuran Tawaran:
BND 500.00

Bilangan Tawaran:
DRG / 36 / 2024 / PHARM(TC)

Keterangan:
Supply and Delivery of Medicines for Department of Pharmaceutical Services for A Period of Three (3) Years

Yuran Tawaran:
BND1000.00

Bilangan Tawaran:
DRG / 38 / 2024 / PHARM(TC)

Keterangan:
Supply and Delivery of Medicines for Department of Pharmaceutical Services for A Period of Three (3) Years

Yuran Tawaran:
BND500.00

Bilangan Tawaran:
DRG / 39 / 2024 / PHARM(TC)

Keterangan:
Supply and Delivery of Medicines for Department of Pharmaceutical Services for A Period of Three (3) Years

Yuran Tawaran:
BND1000.00

Yuran Tawaran:
BND500.00

Bilangan Tawaran:
DRG / 40 / 2024 / PHARM(TC)

Keterangan:
Supply and Delivery of Medicines for Department of Pharmaceutical Services for A Period of Three (3) Years

Yuran Tawaran:
BND500.00

Bilangan Tawaran:
DRG / 46 / 2024 / PHARM(TC)

Keterangan:
Supply and Delivery of Medicines for Department of Pharmaceutical Services for A Period of Three (3) Years

Yuran Tawaran:
BND 500.00

A Period of Three (3) Years

Yuran Tawaran:
BND500.00

Bilangan Tawaran:
DRG / 54 / 2024 / PHARM(TC)

Keterangan:
Supply and Delivery of Medicines for Department of Pharmaceutical Services for A Period of Three (3) Years

Yuran Tawaran:
BND 500.00

Tarikh Tutup:
Selasa,
21 Januari 2025.
Tidak lewat jam 2.00 Petang.



KEMENTERIAN PERTAHANAN

Rujukan Tawaran:
MINDEF / DFA / FY2024 /
TU / TA / 06
Pembelian Perabot Workstation
Bagi Pejabat-Pejabat Tentera
Udara Diraja Brunei

Yuran Tawaran:
BND10.00
(Tidak dikembalikan)

Tarikh terakhir bagi pembelian Borang Tawaran adalah satu (1) minggu sebelum tarikh tutup tawaran, iaitu Selasa, 7 Januari 2025.

Tarikh Tutup Tawaran :
Selasa,
14 Januari 2025.
2.00 Petang.

Rujukan Tawaran :
MINDEF / DFA / FY2024 /
LB / TA / 043
Supply Of Special Tool & Test Equipment (STTE)

Yuran Tawaran :
BND10.00
(Tidak dikembalikan)

Tarikh terakhir bagi pembelian Borang Tawaran adalah satu (1) minggu sebelum tarikh tutup tawaran, iaitu Selasa, 7 Januari 2025.

Tarikh Tutup Tawaran :
Selasa,
14 Januari 2025.
2.00 Petang.



KEMENTERIAN HAL EHWAH UGAMA

Bil. Sebut Harga:
KHEU / JPI / JKS / 15 /
2024 - 2025

Keterangan:
Mencetak, Membekal Dan Menghantar Buku Tekst Baharu Mata Pelajaran Pendidikan Islam (P1) Tahun 2 Bagi Sesi Pembelajaran Tahun 2025, Jabatan Pengajian Islam, Kementerian Hal Ehwal Ugama, Tahun 1446H-1447H / 2024M-2025M

Bayaran Yuran Tawaran:
BND10.00 (Tidak Dikembalikan)

Tarikh Tutup :
Rabu, 8 Rejab 1446H /
8 Januari 2025M.
Tidak lewat jam 2.00 Petang.



PERATURAN PENGIKLANAN (SEKTOR AWAM / KERAJAAN) DI PELITA BRUNEI



IKLAN dalam salinan liut (*soft copy*) hendaklah dihantar dan diterima oleh Meja Iklan bagi **Iklan Tawaran TIDAK kurang dari empat (4) minggu dan Iklan Sebut Harga TIDAK kurang dari dua (2) minggu** sebelum tarikh iklan dicadangkan untuk diterbitkan.

Rang Iklan hendaklah jelas dan mudah dibaca menggunakan **Microsoft Word** dengan **Font ARIAL saiz 12** dan Rang Iklan tersebut **MESTILAH** dihantar menggunakan **BAHASA MELAYU SAHAJA.**

- Sila sertakan dokumen-dokumen yang berkaitan dan nyatakan apa-apa keperluan iklan berkenaan, seperti tarikh terbitan untuk diiklankan dan sebagainya.

Iklan berkenaan bolehlah dihantar melalui :

E-MEL :

iklan.pb@information.gov.bn

BAGI SEBARANG PERTANYAAN SILA HUBUNGKU :

+673 2383400
sambungan Meja Iklan

SETIAP IKLAN YANG DIHANTAR PERLU MENYERTAKAN NAMA DAN NOMBOR TELEFON YANG MUDAH UNTUK DIHUBUNGI MENGENAI IKLAN TERSEBUT.

RUANG IKLAN ADALAH TERHAD.

IKLAN-IKLAN HENDAKLAH MEMATUHI TERMA DAN SYARAT.

جوالن سالينان كهبر ۲ ديكيل

JUALAN SALINAN GAMBAR-GAMBAR DIGITAL



HARGA JUALAN

Penjualan harga bagi satu gambar digital adalah BND20.

Penjualan cd sekeping adalah BND1. Penjualan satu gambar digital dan satu keping cd adalah BND21.

(Gambar-gambar yang hanya melibatkan ahli kerabat Diraja tidak akan dijual).

TEMPAT MENERIMA TEMPAHAN GAMBAR/ MENERIMA BAYARAN

Kaunter Unit Fotografi bagi menerima tempahan gambar dan tempat menerima pembayaran Kaunter Unit Kewangan, Jabatan Penerangan.

JENIS-JENIS

Penjualan salinan gambar-gambar digital yang terdapat dalam [laman galeri Infofoto \(www.infofoto.gov.bn\)](http://www.infofoto.gov.bn)

dan juga gambar-gambar yang terdapat dalam simpanan jabatan yang diambil oleh warga Jabatan Penerangan.

IBU PEJABAT JABATAN PENERANGAN

JABATAN PENERANGAN,
JABATAN PERDANA MENTERI,
LAPANGAN TERBANG LAMA,
BERAKAS, BB3510,
NEGARA BRUNEI DARUSSALAM

TALIAN : 2383400
FAKS : 2382242

GAMBAR BOLEH DIBELI MELALUI:
KAUNTER UNIT FOTO, ARAS BAWAH,
BANGUNAN ASAL JABATAN PENERANGAN

WAKTU PERNIAGAAN

Isnin - Khamis
8.00 Paggi – 12.00 T/hari
2.00 Ptg – 3.00 Ptg
Sabtu
8.00 Paggi – 11.00 Paggi



InfoDeptBN



Jabatan Penerangan
Jabatan Perdana Menteri
Brunei Darussalam



infodept.bn



infodept_bn

KETAHUI SUMBER GARAM AWDA



كمترین كصيحتن
KEMENTERIAN KESIHATAN
MINISTRY OF HEALTH

**GARAM TERDIRI
DARI 40% SODIUM**



1

Pilih makanan segar dan tidak berproses

2

Pilih produk makanan yang berlabel pilihan lebih sihat



3

Pilih produk makanan kurang / rendah / tanpa garam

4

Kurangkan pengambilan sup dan kuah yang masin

5

Elakkan makanan terlalu masin: ikan masin, telur masin, asam samboi dan pelbagai jenis jeruk

JUMLAH SODIUM DALAM SATU HIDANGAN

1385 mg



1 bungkus
Mee Segera

1000 mg



Sebijik
Telur Masin

880 mg



1 sudu makan
Kicap

376 mg



3 sudu makan
Corned Beef

295 mg



1 bungkus kecil
Keropok Ubi Kentang

243 mg



1 bungkus kecil
Keropok Udang
Tempatan

120 mg



1 cawan
Kentang Goreng

116 mg



Segenggam
Kacang Tanah (Salted)

15 mg



3 keping
Kraker Beras

2.4 mg



1/2 cawan
Amping

1.7 mg



Segenggam
Kacang Tanah (Unsalted)

1.2 mg



Sebijik ukuran sederhana
Pisang

Bagi mengekalkan kesihatan yang baik, adalah disyorkan untuk mengambil kurang dari **satu sudu teh garam (5 gram garam atau 2000 miligram sodium) sehari**

Pengambilan garam yang berlebihan boleh menyebabkan penyakit darah tinggi, meningkatkan risiko awda menghidap penyakit jantung dan strok



hpcbrunei



Health Promotion Centre



Talian Darussalam 123

PELBAGAI PERSIAPAN DIATUR MEMASTIKAN PEMBELAJARAN, PENGAJARAN LEBIH EFEKTIF



DAYANG Nuurin Kaamilah binti Ismail (kiri) dan Dayang Nurul Mauliddatussaadah binti Begawan Mudim Haji Matassim (kanan).

BANDAR SERI BEGAWAN, Selasa, 31 Disember. - Sesi persekolahan penggal pertama bagi tahun akademik 2025 bagi semua sekolah rendah, menengah dan maktab serta pusat tingkatan enam kerajaan dan swasta di bawah kawalan Kementerian Pendidikan dan sekolah-sekolah Ugama dan Arab di bawah kawalan Kementerian Hal Ehwal Ugama akan bermula pada 2 Januari 2025.

Guru-guru di negara ini telah membuat pelbagai persediaan dan persiapan dengan teratur dan rapi dalam menyambut kedatangan pelajar-pelajar baharu menjelang tahun 2025 ini.

Ke arah itu, beberapa orang guru telah ditemu bual oleh Pelita Brunei mengenai persiapan untuk menyambut kembali para pelajar ke sekolah yang akan bermula kurang dari dua hari sahaja lagi.

Guru Bahasa Melayu, Dayang Nurul Mauliddatussaadah binti Begawan Mudim Haji Matassim dari Sekolah Menengah Katok berkata, bagi menyambut pelajar-pelajar kembali ke sekolah di tahun 2025 memerlukan persiapan yang menyeluruh agar suasana pembelajaran dan pengajaran menjadi lebih efektif.

Jelas beliau lagi, antara persediaan yang guru lakukan dalam persiapan dan penyediaan ruang dan bahan pengajaran termasuk penyediaan bahan bantu mengajar, penyediaan perancangan pengajaran dan skim kurikulum pengajaran. Manakala bagi pelajar Tahun 7 yang baharu memasuki sekolah menengah juga disediakan aktiviti orientasi bagi membantu pelajar mengenali guru, rakan sebaya dan persekitaran sekolah.

Dayang Nurul Mauliddatussaadah menyatakan inisiatif guru kepada pelajar bagi tahun 2025 ini dirancang untuk meningkatkan prestasi akademik pelajar, perkembangan sahsiah pelajar serta kesediaan pelajar menghadapi cabaran pada masa hadapan.

"Antara inisiatif bagi meningkatkan kualiti pengajaran dan pembelajaran ialah mendedahkan pelajar dengan penggunaan teknologi iaitu penggunaan platform pembelajaran digital khususnya dalam pembelajaran secara hibrid serta kelas tambahan bagi subjek utama khususnya Bahasa Melayu. Program intervensi khas juga diadakan untuk pelajar yang memerlukan bantuan tambahan.

Bagi mengembangkan sahsiah pelajar, pelajar didedahkan dengan kem motivasi, kaunseling, kem kepimpinan serta kelab dan persatuan. Inisiatif ini bertujuan untuk memastikan pelajar bukan sahaja cemerlang dalam akademik tetapi juga menjadi individu yang berdaya saing dan bersedia menghadapi cabaran masa hadapan," tegas beliau lagi.

Selain itu, cadangan guru untuk para pelajar pada tahun baharu ini jelasnya agar membantu pelajar mencapai kecemerlangan dalam akademik dan sahsiah diri pelajar. Antaranya ialah fokus pada

akademik pelajar sesuai matlamat pembelajaran dan menggunakan teknologi dalam pembelajaran dan pengajaran untuk meningkatkan kefahaman pelajar. Sebagai contoh Google Classroom, Microsoft Team, penggunaan video dan kuiz dalam talian.

Ini tambahnya, bukan sahaja menarik minat pelajar dalam pembelajaran juga dapat meningkatkan kefahaman pelajar. Bagi meningkatkan sahsiah diri pelajar pula, menerapkan amalan dan nilai-nilai murni seperti bersikap jujur, hormat kepada guru dan rakan, sentiasa berdisiplin dan meneuti masa untuk datang ke sekolah atau masuk kelas, menyiapkan tugasan sekolah dan selalu mengikuti peraturan sekolah.

Cadangan guru juga terangnya, membantu pelajar dalam bidang kokurikulum dan memastikan pelajar mengikuti aktiviti yang sesuai dengan minat para pelajar untuk mengembangkan bakat dan kemahiran khususnya dalam aktiviti CCA di sekolah. Seterusnya, kemahiran berkomunikasi dan penyelesaian masalah khususnya dalam mata pelajaran Bahasa Melayu. Ini dapat membantu pelajar menjadi individu yang seimbang dan berwawasan kerana usaha dan disiplin pelajar adalah kunci utama kejayaan.

"Harapan saya sebagai seorang guru kepada pelajar-pelajar pada tahun 2025 ini ialah para pelajar akan dapat mempunyai semangat yang tinggi dan kesungguhan dalam pelajaran, mengurus masa dengan baik dan sentiasa berusaha untuk meningkatkan pencapaian pelajar agar memperolehi kecemerlangan akademik.

"Di samping akademik yang cemerlang, guru berharap pelajar mengamalkan nilai-nilai murni seperti hormat-menghormati, jujur dan bertanggungjawab dalam kehidupan sehari-hari serta dapat

Oleh : Nooratini Haji Abas
Foto : Dk. Nur Hafilah Pg. Osman

menjadi contoh dan inspirasi kepada rakan sebaya melalui tindakan dan sikap yang terpuji. Guru juga berharap pelajar menghargai bimbingan guru serta kasih sayang dan pengorbanan ibu bapa dengan bersikap sopan dan sentiasa mendengar nasihat. Oleh yang demikian, guru juga mengharapkan pelajar pada tahun 2025 ini menjadi generasi yang berjaya, baik, berakhlaq mulia untuk menjadi pemimpin masa depan yang membawa kebaikan kepada diri sendiri, keluarga, bangsa dan agama," ujar Dayang Nurul Mauliddatussaadah.

Sementara itu, Guru English Tadika, Dayang Nuurin Kaamilah binti Ismail dari St. Angela's School, Seria menyatakan persediaan seperti membuat skim kerja tahunan untuk mata pelajaran yang akan diajar, aktiviti tahunan pelajar, menyediakan pelan pengajaran dan menyediakan alat bantu mengajar sama ada dari segi fizikal atau teknologi komputer telah dirancang lebih awal.

Tahun 2025 ini, beliau berinisiatif untuk memastikan cara penyampaian yang efektif dan mata pelajaran yang disampaikan nanti mudah difahami oleh para pelajar di samping mengutamakan penggunaan alat bantu mengajar dalam pengajaran.

Bukan itu sahaja, Dayang Nuurin Kaamilah merancang untuk mempelbagaikan lagi aktiviti ketika mengajar bersesuaian dengan gaya pembelajaran di dalam kelas juga mengajar secara pendekatan *student centred learning* di mana murid sebagai pusat dari proses belajar dan mengajar serta memberi galakan kepada penuntut agar penuntut lebih bermotivasi.

Beliau kemudiannya berharap agar penuntut dapat menjadi insan yang berguna untuk agama, semasa ditemu bual.

bangsa dan negara.

Begitu juga dengan Guru dari Sekolah Menengah Raja Isteri Pengiran Anak Saleha, Tutong, Dayang Zulfa binti Haji Hassan yang menjelaskan bahawa persediaan untuk kembali ke sekolah tahun 2025 adalah mempersiapkan mental yang positif dan kesihatan yang baik serta rancangan kerja yang mantap termasuk nota pengajaran yang kreatif.

Di samping itu, beliau juga menyatakan inisiatif tahun 2025 untuk para pelajar ialah supaya guru menyediakan suasana pembelajaran yang kondusif dan alat bantu mengajar yang sesuai dan menarik dengan harapan para pelajar akan merasa seronok apabila pengajaran di laksanakan di dalam kelas.

Justeru, Dayang Zulfa berazam untuk membuat yang terbaik dalam segala perkara dan sentiasa mengutamakan akhlak dan disiplin yang baik sepanjang tahun 2025.

"Semoga segala ilmu yang diperolehi akan membawa berkat dan ingin melihat anak-anak bangsa berjaya dalam apa sahaja ilmu yang diberikan daripada segala bidang," harapan beliau lagi.



DAYANG Zulfa binti Haji Hassan semasa ditemu bual.

Kepentingan kesihatan selepas bersalin

Berita dan Foto : Aimi Sani

BANDAR SERI BEGAWAN, Selasa, 31 Disember. - Bagi wanita yang baru melahirkan anak, sudah pasti mereka mahukan penjagaan kesihatan yang mampu memulihkan keadaan fizikal dan mental terutamanya sepanjang tempoh berpantang.

Berpantang adalah tempoh pemulihan penting bagi ibu selepas melahirkan anak. Sebab itulah, penting untuk ibu yang baru bersalin menitikberatkan pengambilan makanan yang berkhasiat.

Buat kebanyakan ibu berpantang, menjadi amalan biasa untuk mereka menumpukan perhatian terhadap penjagaan fizikal terutamanya bagi mengembalikan bentuk badan asal sebelum hamil.

Antara rawatan yang dilakukan termasuk bertungku, urutan tradisional, mengambil makanan berkhasiat sepanjang tempoh berpantang dan ada juga yang turut mengambil jamu.

Pemakanan yang betul bukan sahaja membantu mempercepatkan proses pemulihan tubuh badan tetapi juga memastikan penghasilan susu ibu yang mencukupi dan berkualiti.

Ibu berpantang digalakkan makan makanan berkhasiat seperti ikan, sayur hijau dan bijirin penuh untuk membantu proses pemulihan. Dalam masa yang sama, ibu perlu mengelakkan makanan sejuk, pedas, berminyak dan bergas bagi mengelakkan ketidakselesaan.

Antara pilihan makanan seimbang bagi ibu yang berpantang ialah pengambilan protein yang mencukupi kerana protein penting untuk membaiki tisu-tisu yang rosak dan mempercepatkan proses pemulihan tubuh.

Antara sumber protein yang disyorkan sebagai makanan untuk ibu berpantang ialah seperti ikan, ayam, telur. Sementara itu, pengambilan zat besi juga penting untuk mengantikan darah yang hilang semasa proses melahirkan.

Antara makanan yang kaya dengan zat besi adalah daging merah, sayur-sayuran.

Makanan kaya serat juga banyak membantu melancarkan pencernaan contohnya dengan pengambilan buah-buahan. Pemakanan yang betul itu penting untuk pemulihan cepat dan kesihatan ibu berpantang. Menu seimbang membantu penyembuhan, meningkatkan tenaga dan penghasilan susu ibu.

Kudapan yang sesuai untuk dikonsumsi oleh ibu selepas bersalin adalah seperti red dates, lactation cookies atau brownies dan sup bagi membantu menambah bekalan susu. Tekanan emosi juga boleh berlaku yang menyebabkan ibu baharu bersalin mengalami kemurungan dan kegelisahan.

Oleh yang demikian, sokongan emosi dan fizikal keluarga adalah sangat diperlukan dalam memastikan pemulihan lancar agar ibu kembali cergas dan dapat menikmati masa bersama anak damit.



PEMAKANAN yang betul bukan sahaja membantu mempercepatkan proses pemulihan tubuh badan tetapi juga memastikan penghasilan susu ibu yang mencukupi dan berkualiti.



Rentetan Peristiwa Sepanjang Tahun 2024

SIRI KEEMPAT

BIBD Connects : Menyediakan kemudahan moden untuk perusahaan tempatan

TEMBURONG, Selasa, 1 Oktober. - Projek BIBD Connects akan memulakan kerja-kerja pembinaannya di atas keluasan tanah seluas 3,135 meter persegi terletak di Labu Square di Kampung Perdayan dan akan dijangka siap pada tahun 2025.

Selamat meluaran seorang puteri

BANDAR SERI BEGAWAN, Rabu, 2 Oktober. - Pada menjunjung titah perintah Kebawah Duli Yang Maha Mulia Paduka Seri Baginda Sultan Haji Hassanal Bolkiah Mu'izzaddin Waddaulah ibni Al-Marhum Sultan Haji Omar 'Ali Saifuddien Sa'adul Khairi Waddien, Sultan dan Yang Di-Pertuan Negara Brunei Darussalam, Pejabat Kebawah Duli Yang Maha Mulia Paduka Seri Baginda Sultan dan Yang Di-Pertuan Negara Brunei Darussalam dengan ini memaklumkan bahawasanya Yang Teramat Mulia Paduka Seri Pengiran Anak Puteri Fadzilah Lubabul Bolkiah binti Kebawah Duli Yang Maha Mulia Paduka Seri Baginda Sultan Haji Hassanal Bolkiah Mu'izzaddin Waddaulah, iaitu isteri kepada Yang Amat Mulia Pengiran Suami Abdullah Nabil Mahmoud Al-Hashimi, dengan izin Allah Subhanahu Wata'ala telah selamat meluaran seorang puteri pada hari Rabu, 28 Rabuulawal 1446 Hijrah bersamaan dengan 2 Oktober 2024 Masih di Portland Hospital, London, United Kingdom, jam 9.55 pagi waktu tempatan.

Cuti Ihsan sesi penggal persekolahan diperkenankan

BERAKAS, Khamis, 3 Oktober. - Bagi memastikan kesejahteraan guru-guru kita dipeduli, Kebawah Duli Yang Maha Mulia Paduka Seri Baginda Sultan Haji Hassanal Bolkiah Mu'izzaddin Waddaulah ibni Al-Marhum Sultan Haji Omar 'Ali Saifuddien Sa'adul Khairi Waddien, Sultan dan Yang Di-Pertuan Negara Brunei Darussalam berkenan berangkat bagi menghadiri Acara Pelantikan Presiden dan Wakil Presiden Republik Indonesia.

Kementerian Kesihatan terima akreditasi sebagai Pusat Latihan Antarabangsa AHA

BANDAR SERI BEGAWAN, Isnin,

Oleh : Meja Rencana, Seksyen Kandungan Khas, Bahagian Pelita Brunei
Foto : Jabatan Penerangan

7 Oktober. - Kementerian Kesihatan dengan bangganya mengumumkan akreditasi terbaharunya sebagai Pusat Latihan Antarabangsa (International Training Centre-ITC) Persatuan Jantung Amerika (American Heart Association-AHA), berkuat kuasa mulai 24 Februari 2024.

Pemenang Pertandingan Seni Khat diraikan

BANDAR SERI BEGAWAN, Jumaat, 18 Oktober. - Karya Awang Haji Mohammad Nazir bin Othman berjaya menambat hati juri sehingga dipilih sebagai pemenang juara Pertandingan Seni Khat bersempena Mahrajan Kaligrafi Islam Antarabangsa Negara Brunei Darussalam 2024.

Perasmian JOTA Ke-67, JOTI Ke-28

GADONG, Jumaat, 18 Oktober. - Persekutuan Pengakap Negara Brunei Darussalam (PPNBD) melalui Kelab Radio Amaturnya dan juga bersama rakan strategik Persekutuan Radio Amatur Negara Brunei Darussalam (BDARA) sekali lagi bersama-sama berjuta ahli pengakap di seluruh dunia menyertai Jambori di Udara Ke-67 (JOTA) dan Jambori di Internet Ke-28 (JOTI) yang terbesar peringkat dunia.

Berkenan hadiri Acara Pelantikan Presiden, Wakil Presiden Republik Indonesia

JAKARTA, REPUBLIK INDONESIA, Ahad, 20 Oktober. - Kebawah Duli Yang Maha Mulia Paduka Seri Baginda Sultan Haji Hassanal Bolkiah Mu'izzaddin Waddaulah ibni Al-Marhum Sultan Haji Omar 'Ali Saifuddien Sa'adul Khairi Waddien, Sultan dan Yang Di-Pertuan Negara Brunei Darussalam berkenan berangkat bagi menghadiri Acara Pelantikan Presiden dan Wakil Presiden Republik Indonesia.

Berangkat menghadiri perjumpaan mantan Wakil Presiden Republik Indonesia

JAKARTA, REPUBLIK INDONESIA, Ahad, 20 Oktober. - Kebawah Duli Yang Maha Mulia Paduka Seri Baginda Sultan Haji Hassanal Bolkiah Mu'izzaddin Waddaulah ibni Al-Marhum Sultan Haji Omar 'Ali Saifuddien Sa'adul Khairi Waddien, Sultan dan Yang Di-Pertuan Negara Brunei Darussalam berkenan berangkat menghadiri perjumpaan bersama mantan Wakil Presiden Republik Indonesia, Jeneral TNI. (Purn) H. Try Sutrisno, semasa tempoh pentadbiran Tuan Yang Terutama Presiden Soeharto pada 1993 hingga 1998.

baharu yang menarik, iaitu RB SkyShop dan RB SkySavour bertempat di Members Grill and Lounge, The Empire Brunei.

BIBD Mega Karnival, sokong perniagaan tempatan

BANDAR SERI BEGAWAN, Jumaat, 1 November. - Bank Islam Brunei Darussalam (BIBD) mengadakan BIBD Mega Karnival yang berlangsung pada 13 hingga 17 November 2024 bermula jam 10.00 pagi hingga 10.00 malam, bertempat di Dewan 1 dan Dewan 2, BRIDEX, Jerudong yang menjanjikan pengalaman menyeronokkan, hiburan dan hadiah luar biasa di sepanjang lima hari berkenaan. BIBD Mega Karnival yang julung kalinya diadakan berkenaan bertujuan untuk mengumpulkan komuniti masyarakat, meraikan pelanggan setia dan menyokong perniagaan tempatan.

Berangkat ke Sarawak Regatta - Kuching Waterfront Festival 2024

KUCHING, SARAWAK, Ahad, 3 November. - Kebawah Duli Yang Maha Mulia Paduka Seri Baginda Sultan Haji Hassanal Bolkiah Mu'izzaddin Waddaulah ibni Al-Marhum Sultan Haji Omar 'Ali Saifuddien Sa'adul Khairi Waddien, Sultan dan Yang Di-Pertuan Negara Brunei Darussalam, berkenan berangkat menghadiri Majlis Penangguhan Sarawak Regatta - Kuching Waterfront Festival 2024 yang berlangsung di Kuching, Sarawak, Malaysia.

JPMC lancarkan Van Derma Darah

JERUDONG, Selasa, 5 November. - Pusat Perubatan Jerudong Park (JPMC) merasmikan dan melancarkan Van Derma Darah yang baharu. Majlis pelancaran yang diadakan di JPMC itu disempurnakan oleh Menteri Kesihatan, Yang Berhormat Dato Seri Setia Dr. Awang Haji Mohammad Isham bin Haji Jaafar selaku Pengarah Eksekutif JPMC.

>> Muka 21





>> Muka 20

Kebawah DYMM berkenan mengurniakan nama cucunda baginda

BANDAR SERI BEGAWAN, Khamis, 7 November. - Pada menjunjung titah perintah Kebawah Duli Yang Maha Mulia Paduka Seri Baginda Sultan Haji Hassanal Bolkiah Mu'izzaddin Waddaulah ibni Al-Marhum Sultan Haji Omar 'Ali Saifuddien Sa'adul Khairi Waddien, Sultan dan Yang Di-Pertuan Negara Brunei Darussalam, Pejabat Kebawah Duli Yang Maha Mulia Paduka Seri Baginda Sultan dan Yang Di-Pertuan Negara Brunei Darussalam dengan ini memaklumkan bahwasannya : Kebawah Duli Yang Maha Mulia Paduka Seri Baginda Sultan Haji Hassanal Bolkiah Mu'izzaddin Waddaulah, Sultan dan Yang Di-Pertuan Negara Brunei Darussalam dengan amat sukaritanya telah mengurniakan nama kepada cucunda baginda iaitu anakanda kepada Yang Teramat Mulia Paduka Seri Pengiran Anak Puteri Fadzilah Lubabul Bolkiah binti Kebawah Duli Yang Maha Mulia Paduka Seri Baginda Sultan Haji Hassanal Bolkiah Mu'izzaddin Waddaulah dan Yang Amat Mulia Pengiran Suami Abdullah Nabil Mahmoud Al-Hashimi dengan nama : Yang Amat Mulia Pengiran Anak Daniya Rahmatul Bolkiah binti Pengiran Suami Abdullah Al-Hashimi.

PSB lancar 6 terbitan baru di Pesta Buku Brunei 2024

BANDAR SERI BEGAWAN, Khamis, 7 November. - Pusat Sejarah Brunei (PSB) memperkenalkan enam buah terbitan terbaru iaitu Buku Perlembagaan Negeri Brunei 1959 : Dalam Ristaan; Buku Syair Kisah Negeri Brunei; Buku Datuk Rumbai; Buku Mewarna Sejarah 1; Jurnal Darussalam Bilangan 23 dan Majalah Pusaka Bilangan 55.

Berangkat tiba di Lima, Republik Peru

LIMA, REPUBLIK PERU, Isnin, 11 November. - Kebawah Duli Yang Maha Mulia Paduka Seri Baginda Sultan Haji Hassanal Bolkiah Mu'izzaddin Waddaulah ibni Al-Marhum Sultan Haji Omar 'Ali Saifuddien Sa'adul Khairi Waddien, Sultan dan Yang Di-Pertuan Negara Brunei Darussalam, berangkat tiba di Lima, Republik Peru bagi mengadakan Keberangkatan Negara yang berlangsung pada 12 hingga 13 November 2024 dan seterusnya akan menghadiri Asia-Pacific Economic Leaders' Meeting Ke-31 pada 15 hingga 16 November 2024.

RB raih 2 Anugerah APEX Best In Airline

BANDAR SERI BEGAWAN, Rabu, 20 November. - Syarikat Penerbangan Diraja Brunei (RB) telah merangkul dua anugerah iaitu Best in Cabin Service and Food and Beverage Award in East Asia semasa Majlis Anugerah APEX Best in Airline Awards yang berlangsung di FTE APEX Asia EXPO, Marina Bay Sands, Singapura.

6 pegawai dianugerahkan OBOE Endeavour Academic Excellence

TANAH JAMBU, Isnin, 25 November. - Seramai enam pegawai dari Kementerian Pertahanan menerima Anugerah OBOE Endeavour Academic Excellence dari Kerajaan Australia sebagai pengiktirafan terhadap pencapaian cemerlang dalam Kursus Maktab Turus Angkatan Bersenjata Diraja Brunei (ABDB) Sesi Ke-14.

4 ahli PUJA Brunei terima anugerah

BANDAR SERI BEGAWAN, Isnin, 2 Disember. - Anugerah Associate ASEAN Engineer telah diberikan kepada empat ahli Bahagian Kejuruteraan Pertubuhan Uruk, Jurutera dan Arkitek (PUJA) Brunei iaitu Jevons Quiambao Penaflor, Tay Shieh Cherng, Awang Muhd. Faiz bin Adros dan Awang Abdul Hanan bin Abdullah semasa Persidangan Persekutuan Pertubuhan Kejuruteraan ASEAN Ke-2 (CAFEAO-42).

BIBD terima 2 anugerah berprestij

BANDAR SERI BEGAWAN, Selasa, 3 Disember. - Bank Islam Brunei Darussalam (BIBD) terus meneraju dalam sektor perbankan Islam dengan menerima dua anugerah berprestij pada Anugerah Perbankan Runcit Islam (IRBA) 2024 yang diadakan di Dubai, Emiriah Arab Bersatu. BIBD dianugerahkan Bank Runcit Islam Terbaik untuk Perbankan Perdana dan Bank Runcit Islam Paling Mampan di Negara Brunei Darussalam.

CMV Vasco Da Gama-Nicko singgah di NBD

BANDAR SERI BEGAWAN, Rabu, 4 Disember. - Kapal Persiaran CMV Vasco Da Gama-Nicko buat julung kalinya mengadakan lawatan ke Negara Brunei Darussalam (NBD) setelah tiba dari Semarang, Indonesia dengan membawa 627 penumpang dan 496 anak kapal.

Atlet Pencak Silat raih 3 pingat emas

FILIPINA, Rabu, 4 Disember. - Kontingen Negara Brunei Darussalam berjaya meraih tiga pingat emas dalam Acara Pencak Silat dan masing-masing satu gangsa dalam Acara Karate dan Olahraga pada Sukan Persahabatan BIMP-EAGA Ke-11, Tahun 2024 yang berlangsung di Puerto Princesa, Filipina.

Masjid As-Salaam, Kampung Junjongan dirasmikan

JUNJONGAN, Jumaat, 6 Disember. - Kebawah Duli Yang Maha Mulia Paduka Seri Baginda Sultan Haji Hassanal Bolkiah Mu'izzaddin Waddaulah ibni Al-Marhum Sultan Haji Omar 'Ali Saifuddien Sa'adul Khairi Waddien, Sultan dan Yang Di-Pertuan Negara Brunei Darussalam berkenan berangkat ke Masjid Baharu Kampung Junjongan bagi menunaikan Sembahyang Fardu Jumaat yang pertama di masjid tersebut dan dikenali sebagai Masjid As-Salaam, Kampung Junjongan.

Pesta Makan Tahun : Memperkenalkan, mempertahankan adat budaya tradisi

JERUDONG, Jumaat, 6 Disember. - Majlis Perundingan Kampung (MPK) Jerudong 'A', MPK Jerudong 'B' dan Persatuan Warisan Kedayan Jerudong dengan kerjasama Jabatan Daerah Brunei dan Muara (JDBM) buat julung kalinya mengadakan Pesta Makan Tahun kali pertama yang diadakan di Pantai Siandang, Kampung Jerudong.

SHENA lancarkan Kod Amalan

ANGGEREK DESA, Selasa, 10 Disember. - Autoriti Kebangsaan Keselamatan, Kesihatan dan Alam Sekitar (SHENA) terus berusaha untuk mencapai piawaian-piawaian yang tinggi dalam keselamatan dan kesihatan di tempat kerja (WSH) dengan melancarkan Kod Amalan Sistem Pengurusan WSH serta Pendaftaran bagi Juruaudit WSH.

Pelancaran 2 buku baharu sempena penubuhan Masjid SSBRPAD

MANGGIS / MADANG, Sabtu, 14 Disember. - Masjid Suri Seri Begawan Raja Pengiran Anak Damit (Masjid SSBRPAD), Kampung Manggis / Madang menempa satu lagi peristiwa penting dalam sejarah penubuhannya dengan penerbitan dua buah buku yang dilancarkan. Buku 'Kenangan Masjid SSBRPAD Kampung Manggis Madang' diusahakan oleh Jawatankuasa Pandu Penerbitan yang dipengerusikan oleh Awang Haji Mohd. Yusof bin Haji Abdul Rahman dan Buku 'Dari Serambi Mekah: Pembisian Masjid SSBRPAD Manggis Madang' oleh Yang Dimuliakan Pehin Orang Kaya Seri Kerna Dato Seria Setia (Dr.) Haji Awang Abu Bakar bin Haji Apong yang juga

selaku Penasihat Jawatankuasa Takmir Masjid SSBRPAD.

Perasmian Wad Obstetrik dan Ginekologi JPMC baharu

BANDAR SERI BEGAWAN, Isnin, 16 Disember. - Pusat Perubatan Jerudong Park (JPMC) dengan bangganya mengumumkan pembukaan Wad Obstetrik dan Ginekologi yang diubah suai, terletak di Aras 3. Perasmian tersebut telah disempurnakan oleh Menteri Kesihatan, Yang Berhormat Dato Seria Setia Dr. Awang Haji Mohammad Isham bin Haji Jaafar selaku Penggerusi dan Pengarah Eksekutif JPMC.

Dynamik Technologies terima Anugerah Pencapaian Strategik Cemerlang

KEMBOJA, Isnin, 16 Disember. - Dynamik Technologies telah menerima pengiktirafan dengan Anugerah Pencapaian Strategik Cemerlang (Industri Perkhidmatan Kewangan) pada Sidang Kemuncak Rakan Kongsi VMware by Broadcom yang diadakan di Kemboja.

Kebawah DYMM adakan perjumpaan bersama King Charles III

LONDON, Rabu, 18 Disember. - Kebawah Duli Yang Maha Mulia Paduka Seri Baginda Sultan Haji Hassanal Bolkiah Mu'izzaddin Waddaulah ibni Al-Marhum Sultan Haji Omar 'Ali Saifuddien Sa'adul Khairi Waddien, Sultan dan Yang Di-Pertuan Negara Brunei Darussalam berangkat mengadakan Majlis Perjumpaan dengan His Majesty King Charles III, the King of the United Kingdom of Great Britain and Northern Ireland di Buckingham Palace.

Operasi Blockade berjaya kesan kegiatan percubaan sindiket dadah antarabangsa

BANDAR SERI BEGAWAN, Sabtu, 21 Disember. - Biro Kawalan Narkotik (BKN) telah berjaya mengesan kegiatan percubaan sindiket dadah antarabangsa yang menggunakan Negara Brunei Darussalam sebagai hab transit dadah. Menerusi Operasi Blockade pada awal November 2024, BKN telah berhasil mengesan percubaan sindiket berkenaan yang menjadikan negara ini sebagai titik asal (*point of origin*) tempat penghantaran dadah ke beberapa buah negara lainnya di Timur Tengah, Eropah, Asia Timur dan Benua Australia.



WAKAF DIDIK UMAT ISLAM JADI PEMURAH, MEMENTINGKAN KEBAJIKAN BERSAMA

Berita dan Foto : Pg. Syi'aruddin Pg. Dauddin



PEGAWAI Ugama, Bahagian Waqaf dan Baitulmal, Jabatan Urusan Zakat, Waqaf dan Baitulmal (JUZWAB), Awang Mohd. Adly Kashfullah bin Haji Mohd. Jaafar semasa ditemu bual.

BERAKAS, Isnin, 30 Disember. - Wakaf ialah satu amalan ibadah yang bermaksud menahan sesuatu harta daripada dimiliki secara peribadi dengan tujuan untuk digunakan manfaatnya bagi kepentingan umum atau tujuan kebajikan demi mendekatkan diri kepada Allah Subhanahu Wata'ala.

Dalam istilah syarak pula, wakaf merujuk kepada perbuatan menyerahkan sesuatu harta yang kekal sifatnya (seperti tanah, bangunan atau perniagaan) kepada Allah Subhanahu Wata'ala, di mana hasil atau manfaat daripada harta tersebut digunakan untuk tujuan yang baik, tanpa boleh dijual, diwariskan atau dipindah milik.

Perkara tersebut dijelaskan oleh Pegawai Ugama, Bahagian Waqaf dan Baitulmal, Jabatan Urusan Zakat, Waqaf dan Baitulmal (JUZWAB), Awang Mohd. Adly Kashfullah bin Haji Mohd. Jaafar semasa ditemu bual oleh Pelita Brunei bertempat di Bangunan Kementerian Hal Ehwal Ugama (KHEU), Berakas, di sini.

Dalam temu bual yang bertajuk 'Memahami Erti Wakaf' berkenaan, beliau seterusnya menjelaskan amalan wakaf adalah sangat dianjurkan dalam Islam kerana ia merupakan salah satu bentuk sedekah jariah yang pahalanya berterusan walaupun pewakaf telah meninggal dunia.

Hal ini disebutkan dalam hadis Rasulullah Sallallahu Alaihi Wasallam "Apabila seorang

manusia meninggal dunia, terputuslah amalannya kecuali tiga perkara : sedekah jariah, ilmu yang bermanfaat, atau anak soleh yang mendoakannya". Hadis Riwayat Muslim.

Awang Mohd. Adly Kashfullah seterusnya menjelaskan wakaf berfungsi sebagai instrumen untuk membantu masyarakat seperti membentuk pendidikan, menyediakan rawatan kesihatan atau membangunkan infrastruktur seperti masjid, sekolah atau hospital.

"Wakaf juga boleh digunakan untuk projek pembangunan ekonomi seperti tanah wakaf yang dijadikan kawasan pertanian, perniagaan atau perumahan. Hasilnya dapat digunakan untuk kebajikan masyarakat dan membangunkan ummah.

Menerusi wakaf, ia memupuk semangat persaudaraan dalam kalangan umat Islam, di mana manfaat wakaf dinikmati oleh semua lapisan masyarakat tanpa mengira latar belakang, selain mendidik umat Islam untuk menjadi individu yang pemurah, mementingkan kebajikan bersama dan tidak terlalu mementingkan harta dunia, terangnya lagi.

Beliau kemudiannya menjelaskan amalan wakaf bukan

sahaja mendatangkan manfaat kepada pewakaf dari sudut pahala dan kerohanian tetapi juga memberi impak besar kepada masyarakat dan pembangunan ummah.

Setiap individu Islam disarankan mengambil peluang untuk mewakafkan harta, sama ada kecil atau besar, demi kebaikan dunia dan akhirat, tambahnya lagi.

Semasa ditanyakan mengenai peranan JUZWAB dalam menguruskan harta wakaf di Negara Brunei Darussalam (NBD), beliau menjelaskan JUZWAB adalah sebuah jabatan di bawah KHEU, yang memainkan peranan penting dalam pengurusan harta wakaf.

Tugas utama JUZWAB ialah memastikan harta wakaf dimanfaatkan dengan sebaiknya mengikut prinsip syarak dan memberikan manfaat kepada masyarakat, terang beliau lagi.

Tambahnya, antara peranan utama JUZWAB adalah untuk pengurusan pendaftaran harta wakaf, penyelenggaraan dan pembangunan harta wakaf, pengagihan manfaat harta wakaf, pembangunan sistem wakaf yang teratur, memastikan kepatuhan kepada prinsip Mazhab Syafii, memberikan khidmat nasihat dan pendidikan, kerjasama dengan agensi lain (mengenai wakaf) dan menyediakan rangka kerja

undang-undang.

Semasa menyentuh mengenai kerjasama dengan agensi lain, beliau seterusnya menjelaskan bahawa JUZWAB, insyaAllah dalam perancangan akan bekerjasama dengan agensi yang berkaitan seperti Majlis Ugama Islam Brunei (MUIB), Badan Tanmia Harta Majlis Ugama Islam, Kementerian Kewangan dan Institusi Kewangan Islam tempatan untuk membangunkan projek wakaf berskala besar seperti pusat komersial atau institusi kebajikan.

"Kerjasama ini adalah untuk memastikan sumber wakaf digunakan untuk manfaat maksimum kepada masyarakat," terang Awang Mohd. Adly Kashfullah.

Beliau kemudiannya menjelaskan dengan pendidikan, pengurusan yang telus dan penyediaan saluran mudah, masyarakat di NBD akan dapat memahami dan terlibat secara aktif dalam amalan wakaf.

"Penglibatan ini bukan sahaja memperkuatkkan kebajikan umat Islam tetapi juga membantu membina masyarakat yang lebih bersatu dan sejahtera. Wakaf adalah instrumen yang dapat memperkuatkan ekonomi, meningkatkan pendidikan, dan menyediakan keperluan asas untuk golongan yang memerlukan," ujar beliau lagi.

Atur masa dengan bijak, tingkatkan pembelajaran anak



Oleh : Nooratini Haji Abas
Foto : Azmah Haji Ahad

BANDAR SERI BEGAWAN, Isnin, 30 Disember. - Mengatur masa dengan bijak adalah sangat penting bagi anak-anak untuk meningkatkan efisiensi pembelajaran mereka.

Bahkan, ia dapat melatih anak-anak untuk membentuk disiplin mereka sendiri di samping boleh mengurus serta membahagikan masa mereka.

Bukan itu sahaja, ibu bapa juga memainkan peranan penting dan bertanggungjawab dalam membantu untuk menguruskan masa pembelajaran anak masing-masing. Ini termasuklah menyediakan persekitaran yang kondusif untuk belajar tetapi perlu merancang untuk mengatur jadual pembelajaran yang seimbang dengan akademik, aktiviti luar dan masa rehat.

Justeru, terdapat beberapa langkah dalam melatih anak-anak

mengatur masa mereka dengan bijak antaranya menyediakan jadual pembelajaran tersebut dengan jelas bagi setiap mata pelajaran. Ini bukan sahaja membantu anak-anak memahami bila waktu belajar dan bila rehat mereka.

Anak-anak terutama pelajar-pelajar hendaklah menanamkan matlamat pembelajaran harian mereka, umpamanya "Saya akan membaca mata pelajaran Bahasa Melayu dengan tajuk 'Sinonim dan Antonim untuk hari ini'".

Selain itu, anak-anak hendaklah menggunakan 'Timer' untuk sesi pembelajaran dan rehat mereka. Sebagai contoh, setiap hari, mereka belajar dalam masa 25 minit dan lima minit lagi adalah waktu rehat mereka.

Malahan menyediakan tempat belajar yang sesuai, selesa dan bersih serta bebas daripada gangguan atau bising adalah langkah yang harus diambil berat. Suasana ini akan dapat membantu

anak-anak untuk menumpukan perhatian terhadap pembelajaran mereka.

Ada antara anak-anak juga menggunakan teknik mengatur masa dengan menyenaraikan tugas mereka dengan mengutamakan dahulu mata pelajaran yang sukar. Sebagai cara lain lagi, berilah anak-anak dorongan atau kata-kata semangat dengan memberikan pujian atau ganjaran apabila mereka berjaya mengatur masa mereka dengan baik. Ini sekali gus dapat meningkatkan motivasi dalam diri mereka untuk mengatur masa belajar dengan efisien.

Walau bagaimanapun, ibu bapa juga hendaklah memastikan anak-anak mengatur masa mereka dengan aktiviti luar untuk mengurangkan beban fikiran dan menghilangkan tekanan belajar.

Dengan cara demikian, anak-anak akan dapat menumpukan pembelajaran dengan baik dan bertentara. Diharap dengan langkah-langkah ini dapat mengajar anak-anak mengatur masa pembelajaran mereka dengan lebih efektif, yang akan memberi manfaat dalam pendidikan mereka pada masa hadapan.

Oleh itu, ibu bapa hendaklah sentiasa memantau pembelajaran anak-anak masing-masing untuk melihat perkembangan pendidikan anak-anak mereka berkembang maju selaras dengan Wawasan Brunei 2035.

Lelaki tempatan dikehendaki bagi membantu siasatan

Siaran Akhbar dan Foto : Pasukan Polis Diraja Brunei

BANDAR SERI BEGAWAN, Isnin, 30 Disember. - Pasukan Polis Diraja Brunei memohon kerjasama dan bantuan orang ramai bagi mengesan seorang lelaki warga tempatan, Wan Muhammad Al Haqq bin Wan Munap / Wan Munaf dengan Nombor Kad Pintar 01-117173 (K) bagi membantu siasatan.

Jika terdapat sebarang maklumat mengenainya, sila hubungi Unit Siasatan Jenayah Penderaan Wanita dan Kanak-Kanak, Jabatan Siasatan Jenayah di talian +673 2459500 sambungan 490 atau kecemasan polis 993 atau mana-mana balai polis yang berdekatan.



WAN Muhammad Al Haqq bin Wan Munap / Wan Munaf dengan Nombor Kad Pintar 01-117173 (K).

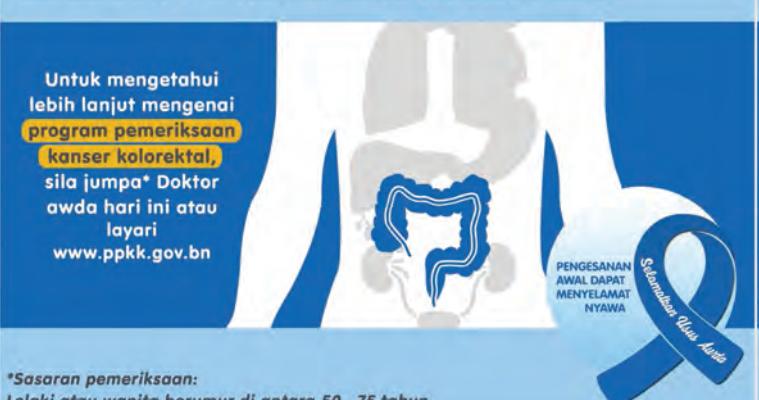
Selamatkan Usus Awda.

Lakukan Pemeriksaan Kolorektal.

کمترین کمیختن
KEMENTERIAN KESIHATAN
MINISTRY OF HEALTH

Untuk mengetahui lebih lanjut mengenai program pemeriksaan kanser kolorektal,
sila jumpa* Doktor awda hari ini atau
layari www.ppk.gov.bn

*Sasaran pemeriksaan:
Lelaki atau wanita berumur di antara 50 - 75 tahun.



DARI MAHKAMAH

BANDAR SERI BEGAWAN, Isnin, 30 Disember. - Seorang lelaki warga tempatan, Muhammad Ali Iskandar bin Mustapha (defendant) berumur 45 tahun, hari ini mengaku bersalah terhadap lima kesalahan dengan dua kesalahan untuk diambil kira di bawah bab 12B Akta Pencegahan Rasuah, Penggal 131.

Pada sekitar bulan Ogos 2023, seseorang yang disyaki terlibat dengan penyalahgunaan dadah telah ditangkap oleh Biro Kawalan Narkotik (BKN) dan individu tersebut memiliki maklumat sulit berkenaan operasi BKN yang diperolehi dari defendant, yang juga turut ditahan oleh BKN dan dirujuk kepada Biro Mencegah Rasuah (BMR) untuk siasatan.

Siasatan yang dijalankan oleh BMR mendapat bahawa

defendant memegang jawatan Penolong Pegawai Narkotik II di BKN pada masa itu, mempunyai kedudukan dengan akses kepada maklumat sulit berkenaan dengan operasi dan tangkapan yang dijalankan oleh BKN dan defendant menyalahgunakan kedudukannya untuk membocorkan maklumat sebanyak tujuh kali sekitar bulan Jun hingga Ogos 2023 kepada orang yang telah ditahan oleh BKN yang juga telah didapati mengedar dadah kepada defendant.

Defendant juga membocorkan maklumat-maklumat tersebut dengan tujuan untuk memperolehi dadah dengan harga yang lebih murah dan untuk melindungi pengedar tersebut dari ditangkap oleh BKN.

Defendant pada mulanya tidak mengaku bersalah pada 19 Mac

Rasuah : Penetapan hukuman 2 Januari ini

BANDAR SERI BEGAWAN, Selasa, 31 Disember. - Seorang lelaki tempatan, Mohammad Azizan bin Liusin, 33 tahun mengaku bersalah terhadap dua pertuduhan bagi kesalahan di bawah Bab 6(a) Akta Pencegahan Rasuah, Penggal 131.

Pemangku Majistret Kanan, Dewi Norlelawati binti Haji Abdul Hamid menetapkan kes tersebut akan didengar lagi pada 2 Januari 2025 bagi tujuan penjatuhan hukuman. Defendant ditahan reman di Penjara Maraburong sehingga tarikh hukuman pada 2 Januari 2025.

Siasatan yang dijalankan oleh Biro Mencegah Rasuah (BMR) mendapat defendant pada ketika itu bekerja sebagai Warden Penjara di bawah Jabatan Penjara yang ditempatkan di Penjara Maraburong, telah membenarkan komunikasi melalui pengiriman persuratan antara seorang banduan di Penjara Maraburong dengan

orang-orang di luar penjara tersebut tanpa kebenaran pegawai yang menjaga dari Jabatan Penjara sebanyak dua kali bagi menerima wang suapan sebanyak BND600 pada 30 November 2020 dan BND50 pada 3 Disember 2020.

Kes dikendalikan oleh Timbalan Pendakwa Raya, Ahmad Firdaus bin Mohammad.

BMR ingin mengingatkan orang ramai termasuk penjawat awam yang berkhidmat di bawah Kerajaan Kebawah Duli Yang Maha Mulia Paduka Seri Baginda Sultan dan Yang Di-Pertuan Negara Brunei Darussalam, untuk tidak menyalahgunakan kedudukan atau kuasa yang diamanahkan dan untuk tidak terlibat dengan rasuah kerana ia adalah kesalahan serius dan mana-mana orang yang disabit kesalahan akan berdepan dengan hukuman denda BND30,000 dan 7 tahun penjara.

PENJAWAT AWAM MENGAKU BERSALAH ATAS 5 KESALAHAN

Oleh : Rohani Haji Abdul Hamid

2024 namun kemudiannya mengaku bersalah pada 26 Disember 2024 di hadapan Yang Arif Majistret Kanan Hajah Azrimah binti Haji Abdul Rahman terhadap pertuduhan salah laku di bawah bab 12B Akta Pencegahan Rasuah.

Pada 30 Disember 2024, defendant yang diwakili oleh Peguambela Sheikh Noordin bin Sheikh Mohammad mengaku

terhadap fakta yang dihadapkan oleh Timbalan Pendakwa Raya, Siti Khalillah binti Haji Hussin.

Defendant pada masa ini, ditahan reman di Penjara Maraburong sehingga tarikh hukuman pada 6 Januari 2025 nanti.

Dalam pada itu, BMR mengingatkan orang ramai termasuk penjawat awam yang berkhidmat di bawah Kerajaan

Kebawah Duli Yang Maha Mulia Paduka Seri Baginda Sultan dan Yang Di-Pertuan Negara Brunei Darussalam, untuk tidak menyalahgunakan kedudukan atau kuasa yang diamanahkan dan untuk tidak terlibat dengan rasuah kerana ia adalah kesalahan serius dan mana-mana orang yang disabit kesalahan akan berdepan dengan hukuman denda BND30,000 dan 7 tahun penjara.



Foto : Azmah Haji Ahad

Sayur Rebung Pucuk Bagu Kampung Bebuloh

BAHAN-BAHANNYA :

2 batang rebung
1 ikat daun pucuk bagu
300 gram udang
2 biji bawang merah - ditumbuk
3 ulas bawang putih - ditumbuk
2 biji cili merah - dihiris
Garam dan serbuk perasa,

secukup rasa
Minyak masak

CARA MEMBUATNYA :

Tumis bawang merah dan bawang putih hingga naik bau. Masukkan udang kemudian masukkan rebung dan pucuk

bagu lalu digaul rata. Masukkan air secukupnya dan biarkan hingga mendidih. Lalu masukkan garam dan serbuk perasa secukupnya. Bubuh cili merah yang sudah dihiris sambil digaul rata, biarkan sekejap dan tutup api apabila sayur sudah cukup masak.



ePaper Pelita Brunei



BRB JUARA KEJOHANAN SEPAK TAKRAW TERBUKA BAWAH 20 TAHUN

Oleh : Wan Mohamad Sahran Wan Ahmad
Foto : Ihsan Majlis Perundingan Mukim Zon 2
Kampong Ayer



PASUKAN BRB semasa sesi bergambar ramai (kiri). Manakala gambar kanan, antara aksi pemain pada Kejohanan Sepak Takraw Terbuka Bawah 20 Tahun bersempena Program Cuti Sekolah Hujung Tahun bertempat di gelanggang luar, Kompleks Sukan Sungai Kebun.

BANDAR SERI BEGAWAN, Isnin, 30 Disember. - Pasukan BRB menyerlahkan kehebatannya sehingga menggondol johan Kejohanan Sepak Takraw Terbuka Bawah 20 Tahun bersempena Program Cuti Sekolah Hujung Tahun bertempat di gelanggang luar, Kompleks Sukan Sungai Kebun di sini.

Naib johan dimenangi oleh pasukan

Bolkiah 'B', sementara, RGTST Mengkubau dan Putat ST, masing-masing menduduki tempat ketiga bersama.

Kejohanan tersebut merupakan anjuran Majlis Perundingan Kampung Setia dengan kerjasama Majlis Perundingan Mukim Zon 2 Kampong Ayer.

Selain memupuk ke arah warga sihat menerusi sukan, ia juga dapat mengisi masa berfaedah anak-anak muda yang kebanyakannya adalah pelajar dengan

adalah secara knockout.

Perlawanan yang melibatkan generasi muda ini setentunya diharap untuk menggilap bakat dan minat orang muda terhadap sukan berkanaan.

Selain memupuk ke arah warga sihat menerusi sukan, ia juga dapat mengisi masa berfaedah anak-anak muda yang kebanyakannya adalah pelajar dengan

sesuatu yang bermanfaat di musim cuti persekolahan mereka selain mengerakkan ukhuwah silaturahim sesama peserta.

Menerusi sukan ini juga, para peserta dapat mempelajari dan menimba pengalaman dengan menyaksikan skil atau kemahiran peserta lain ke arah meningkatkan prestasi diri sendiri di masa akan datang.

Timba pengalaman, kongsi idea bersama jurulatih profesional



JURULATIH Almerez HiTUNE FC, Awang Haji Muhammad Abdul Azim bin Haji Zakeria dan Awang Muhammad Afiq Afandi bin Roslan semasa lawatan kerja di Dewan Bung Karno, Sukoharjo, Indonesia.

Siaran Akbar dan Foto : Kelab Almerez HiTUNE FC

INDONESIA, Isnin, 30 Disember. - Dua jurulatih dari Kelab Almerez HiTUNE FC berpeluang meneroka

dan menimba pengalaman serta berkongsi idea bersama jurulatih-jurulatih profesional Pro

Futsal League Indonesia 2024/2025 di Dewan Bung Karno, Sukoharjo, Indonesia.

Jurulatih Almerez HiTUNE FC, Awang Haji Muhammad Abdul Azim bin Haji Zakeria dan Awang Muhammad Afiq Afandi bin Roslan Jalanee yang mengadakan Lawatan Kerja menyaksikan secara dekat dan berpeluang mempelajari pelbagai aspek penting dalam kejohanan futsal daripada jurulatih-jurulatih profesional dari kelab-kelab futsal Indonesia.

Antara jurulatih terkenal yang ditemui termasuk Ketua Jurulatih Futsal Kebangsaan Indonesia, Hector Souto; Ketua Jurulatih Fafage Banua FC, Sayan Karmadi; Ketua Jurulatih Blacksteel Papua FC, Sergio; Ketua Jurulatih Rafley FC, Qusmaini Noor; dan Ketua Jurulatih Sadakata FC, Fandy Frima.

"Pertemuan ini memberikan

saya pandangan baharu tentang pengurusan pasukan, taktikal serta pembangunan pemain yang berkesan," jelas Awang Haji Muhammad Abdul Azim. Beliau menambah bahawa salah satu perkara utama yang dipelajari ialah pendekatan berbeza antara pemain tahap profesional dan semi-profesional, terutamanya dari segi pengurusan jadual harian. Ini termasuk pentingnya corak tidur yang teratur, pemakanan dan nutrisi yang sesuai bagi memastikan pemain sentiasa berada pada tahap fizikal dan mental yang optimum.

Beliau juga menyaksikan kewujudan akademi yang ditubuhkan oleh kelab-kelab elit sebagai asas perancangan jangka panjang, di samping menjadi platform untuk melahirkan bakat muda yang mampu menyumbang kepada pasukan utama.

"Hampir semua pasukan profesional di

Indonesia menggunakan teknologi canggih seperti Heart Rate Detectors yang digunakan semasa latihan dan perlawanan untuk memantau kadar denyutan jantung pemain. Data ini membolehkan jurulatih mengenal pasti tahap intensiti pemain, menentukan waktu rehat yang sesuai dan memastikan mereka sentiasa beraksi pada tahap optimum. Penggunaan teknologi ini bukan sahaja meningkatkan prestasi individu tetapi juga membantu jurulatih membuat keputusan taktikal secara lebih efektif," jelasnya lagi.

Beliau menegaskan bahawa pengalaman yang berharga dan amat bermakna itu menjadi inspirasi untuk membantu menerapkan dan memajukan futsal di Brunei Darussalam, bukan sahaja di peringkat pasukan tetapi juga dalam membentuk struktur latihan dan pembangunan jangka panjang yang lebih profesional.

BERITA-BERITA HARIAN BOLEH DIIKUTI DI LAMAN SESAWANG : www.pelitabrunei.gov.bn

JADIKAN TAHUN BAHRU TAHUN YANG PENUH KEBERKATAN, KERAHMATAN