



© Inter IKEA System B.V. 2022  
PP19176/05/2017/1034735  
Issue No. 02/2022



# Kandungan



03 Kata-kata aluan daripada Sara

04 Apakah kelestarian?

05 Jenis-jenis kelestarian

06 Mengapakah kelestarian penting?

07 Negara-negara peneraju kelestarian

09 Amalan kelestarian IKEA

12 Cari perbezaan

14 Apakah yang akan terjadi jika kita tidak hidup secara lestari?

15 Cara mudah untuk menjadi lestari

17 Fakta menarik

20 Peti masuk @smales

23 Mari mewarna

**Hai smaless!**

Musim panas kembali lagi dan kami harap adik-adik sedang merancang sesuatu yang menyenangkan!

Dalam isu ini, kami akan berkongsi lebih banyak fakta menarik tentang kelestarian dan cara bagaimana adik-adik boleh membantu menjaga planet kita dengan mengambil langkah-langkah kecil.

Kami juga akan berkongsi lebih banyak lagi tentang apa yang diamalkan oleh IKEA dan bersama-sama kita menerapkan amalan ini dalam kehidupan harian kita.

Terus membaca... dan amalkan di rumah. Bantu planet kita agar kekal lestari.

**Dengan pelukan Big Bug Sara**

## Apakah kelestarian?

Semua kehidupan di Bumi bergantung pada persekitaran. Sumber semula jadi yang datangnya daripada persekitaran termasuk makanan, air, tumbuh-tumbuhan dan mineral.

Kelestarian merupakan idea bahawa manusia hendaklah berinteraksi dengan persekitaran melalui cara yang memastikan terdapatnya sumber yang mencukupi yang tinggal untuk generasi akan datang.



Sumber: <https://kids.britannica.com/kids/article/sustainability>

## Jenis-jenis kelestarian

Terdapat empat tonggak kelestarian:

# 1

### Manusia

Tonggak ini mensasarkan agar kehidupan orang ramai di dalam masyarakat dapat dipelihara dan dipertingkatkan.



# 2

### Sosial

Menentukan dan menguruskan impak yang positif dan juga negatif bagi sistem, proses, organisasi, dan aktiviti ke atas kehidupan manusia dan sosial.



# 3

### Ekonomi

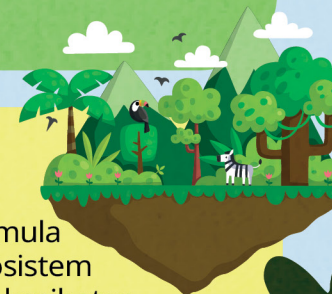
Amalan yang menyokong pertumbuhan ekonomi jangka panjang tanpa menjejaskan aspek persekitaran dan budaya sesebuah komuniti secara negatif.



# 4

### Persekitaran

Tanggungjawab untuk memulihara sumber semula jadi dan melindungi ekosistem global bagi menyokong kesihatan dan kesejahteraan, kini dan pada masa hadapan.



## Mengapakah kelestarian penting?

Kelestarian merupakan kunci ke arah masa hadapan yang lebih baik. Manusia bergantung pada sumber semula jadi untuk kemandirian, aktiviti, dan perniagaan.

Tindakan yang lestari membuat perbezaan yang nyata di dalam masyarakat. Bersikap komited terhadap kelestarian akan mengurangkan jejak karbon adik-adik dan jumlah toksin yang dilepaskan ke dalam persekitaran lantas menjadikannya selamat. Apabila kami memfokus terhadap persekitaran, seluruh dunia akan memperoleh manfaat dan dapat menjalani kehidupan dalam keadaan yang lebih sihat dan bersih.

## Negara-negara peneraju kelestarian

Adakah adik-adik terfikir bagaimana negara-negara di dunia mengamalkan kelestarian? Ketahui 5 negara teratas yang telah meneraju kelestarian.



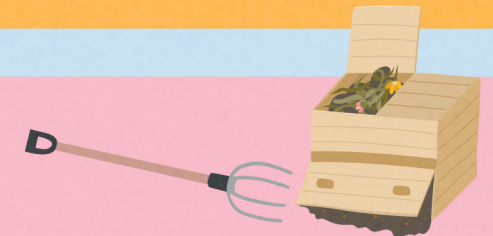
40%



**Denmark** - Buat masa ini, 40% daripada tenaga mereka dijana oleh turbin angin. Budaya berbasikal adalah biasa di seluruh negara, terutama sekali di Copenhagen yang mempunyai 400km laluan sikal yang dijalin dengan rumit di seluruh bandar raya.



**Costa Rica** - 99% daripada tenaga elektrik di Costa Rica ialah daripada sumber yang diperbaharui seperti solar, geoterma, angin dan hidroelektrik. **Mereka kini melangkah ke arah menjadi negara neutral karbon pertama.**



**Perancis** - Negara peneraju dalam mengendalikan sisa makanan dan telah dinamakan sebagai negara paling lestari makanan di dunia. Buat masa ini, 30% daripada tenaga yang dijanakan ialah daripada sumber boleh diperbaharui. **Juga, mereka merancang untuk menyingkirkan kereta yang menggunakan disel bagi mengurangkan pencemaran zarah.**

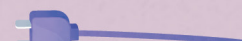
Sumber:  
<https://bluglacier.com/why-is-sustainability-important/#:~:text=Sustainable%20actions%20help%20make%20a,clear%2C%20more%20healthy%20living%20conditions.>

Sumber: <https://cleanriver.com/blog/leading-countries-in-sustainability/>



**Iceland** - Satu daripada negara paling lestari di dunia disebabkan kualiti air yang tinggi, pencemaran udara yang rendah, dan polisi perubahan cuaca. Mereka juga menggunakan tenaga boleh diperbaharui 99%.

99%



**Sweden** - Pereka-pereka dari Sweden telah membangunkan teknologi baharu, dengan matlamat penggunaan tenaga boleh diperbaharui dan sumber kitar semula 100%.



**Switzerland** - Kebanyakan tenaga dijana secara hidroelektrik, yang merendahkan jejak karbon negara secara keseluruhan.



1

## Amalan lestari IKEA



Bagi melindungi bekalan makanan laut pada masa hadapan, semua makanan laut IKEA daripada sumber yang teliti, dijual dan dihidangkan mengikut perakuan persekitaran. Dengan ini, kami menawarkan makanan laut yang dihasilkan secara bertanggungjawab kepada 680 juta pelanggan IKEA Food di 52 negara.



Kopi Arabica 100% PÅTÅR kami, kopi berkualiti yang ditanam cara bertanggungjawab dengan amalan perladangan yang lebih lestari yang lebih baik demi manusia dan planet.

Sekarang mari kami kongsi cara bagaimana IKEA buat masa ini berusaha ke arah mengamalkan kelestarian pada setiap hari. Dengan visi kami untuk mewujudkan kehidupan harian yang lebih baik untuk ramai orang, kami percaya kehidupan mereka akan benar-benar lebih baik apabila mereka hidup secara lestari. Sertai kami bersama-sama dan ketahui pendekatan lestari yang telah diambil oleh IKEA.

## Menyingkirkan plastik & sumber sisa kini ialah cara yang baharu

2

Lihat depan dapur KUNGSBACKA yang diperbuat daripada kayu kitar semula dan botol PET (Polietilena tereflalat). Ini pastinya menyingkirkan penggunaan sekali dan membantu impak persekitaran.

## Mencari lebih banyak cara untuk mengurangkan penggunaan air

Semua kepala pancuran dan tangan IKEA cekap air dan tenaga. Ini dapat dicapai dengan adanya alat kawal atur yang mengurangkan aliran air.

10

la beg serba guna boleh tutup semula ISTAD yang kini kebanyakannya (85%) diperbuat daripada bahan boleh diperbaharui daripada industri tebu. Ia dijangka dapat menjimatkan kira-kira 75,000 tong minyak tahunan, membantu kami mengurangkan jejak karbon kami.

## Komited 100% terhadap kapas lestari

4

Semua kapas IKEA sama ada dikitar semula ataupun ditanam kurang menggunakan air dan racun perosak di samping meningkatkan keuntungan untuk penanam kapas. Dengan memilih kapas yang lestari bermakna adik-adik bekerjasama dengan kami untuk mewujudkan kualiti kehidupan yang lebih baik untuk keluarga penanam.

## Kayu - bahan dengan banyak kualiti

5

Kayu sangat penting pada IKEA, kami bekerjasama dengan FSC (Forest Stewardship Council) untuk menjaga hutan-hutan di dunia melalui pengurusan hutan secara bertanggungjawab, memastikan hutan wujud untuk semua, selama-lamanya.



Menginspirasi, bukan? Lihat lebih banyak kisah dengan mengimbas kod QR.

\*Dapatkan panduan dari ibu bapa untuk mengimbas kod QR.

Sumber-sumber:  
<https://www.ikea.com/my/en/this-is-ikea/sustainable-everyday/>  
<https://www.theguardian.com/business/2018/jun/07/ikea-commits-to-phase-out-single-use-plastic-products-by-2020>

11



**Cari perbezaan**

**Bolehkah adik-adik mencari 20 perbezaan. Bulatkan dan nomborkan setiap perbezaan yang adik-adik dapat cari!**

Hantarkan jawapan adik-adik dengan nama, nombor pasport Smālish, umur, alamat dan butir-butir hubungan adik-adik ke [sara@smales.com.my](mailto:sara@smales.com.my) atau **smales, No 2, Jalan PJU 7/2, Mutiara Damansara, 47800 Petaling Jaya, Selangor** selewat-lewatnya pada **15 Ogos 2022**. 2 pemenang bertuah setiap seorang akan memenangi satu set Kotak berpenutup GLIS.



## Apa yang akan terjadi jika kita tidak menjalani kehidupan secara lestari?

- Lebih banyak kawasan kambus tanah muncul di merata-rata tempat.
- Lebih banyak haiwan akan pupus disebabkan oleh pembasmian hutan dan pencemaran.
- Peningkatan dalam penyakit pernafasan.
- Cuaca yang lebih buruk (musim panas yang lebih kering dan panas, musim sejuk yang lebih sejuk dan buruk, lebih banyak ribut tropikal).
- Peningkatan paras laut.
- Lebih sedikit ruang hijau untuk dinikmati di kota-kota raya dan di seluruh dunia.

Sumber: <https://www.inspirecleanenergy.com/blog/sustainable-living/what-is-sustainability>

Alangkah sedihnya bila kita dapati apa yang akan terjadi pada masa hadapan jika kita tidak mengamalkan langkah-langkah kelestarian? Dengan menjalani kehidupan secara lestari, impak negatif terhadap gaya hidup kita di planet bumi akan dapat kita minimumkan.

Mari kita lihat cara untuk menjadikan kehidupan harian kita lestari pada muka surat seterusnya.

## Cara mudah ke arah mengamalkan kehidupan harian yang lestari.

1



Padam lampu apabila keluar dari bilik.

2

Mengehadkan masa mandi pancuran kepada 10 minit.

3

Cabut palam pengecas peranti elektronik apabila tidak digunakan.

4

Mengasing-asingkan sampah di rumah bagi memastikan anda melupuskannya dengan betul.

5

Mengamalkan pengitaran semula di rumah.

6

Sertai program pengitaran semula.

7

Menanam taman bersama dengan ibu bapa adik-adik.

8

Bermain dan nikmati udara segar di luar.

9

Menghasilkan kertas adik-adik sendiri.

\*Pelajari cara bagaimana untuk menghasilkannya pada muka surat 16.

10

Mengumpul air hujan untuk menyiram tumbuhan adik-adik.

11

Baca dan pelajari lebih banyak lagi tentang Bumi.

Sumber-sumber:

<https://www.naturespath.com/en-us/blog/20-activities-kids-learn-sustainability/>

<https://www.constellation.com/energy-101/energy-choice/energy-activities-for-kids.html>



## Seni & kraftangan musim panas Hasilkan kertas adik-adik sendiri

Adakah adik-adik tahu betapa mudahnya untuk memberikan hayat yang baharu pada "sampah"? Menghasilkan kertas buatan sendiri menunjukkan contoh aktiviti amali tentang cara bagaimana kita boleh membantu menyelamatkan persekitaran, satu pokok pada satu-satu masa.

### Langkah-langkah:

- 1 Koyak atau potong kertas kepada cebisan kecil dan masukkan ke dalam mangkuk.
- 2 Tuang air ke dalam mangkuk sehingga meliputi kertas. Biarkan kertas berendam selama beberapa jam atau semalaman
- 3 Sebaik sahaja kertas kembang, perah lebih air dengan tangan adik-adik. Kemudian, gunakan pengadun untuk mengisarnya kepada pulpa yang melekit!
- 4 Bengkokkan penyangkut dawai kepada bentuk segi empat tepat atau bujur dan lekatkan hujungnya bersama-sama dengan pita pembalut untuk menghasilkan bingkai. Regangkan stokin di atas bingkai untuk menjadikannya seakan-akan penapis. Letakkan penapis di atas tuala atau kualiti pembakar (ia akan menjadi basah)
- 5 Ceduk pulpa keluar dari pengadun dan lecehnya di atas penapis.
- 6 Tekan ke bawah di atas penapis untuk membuang lebihan air.
- 7 Biarkan kertas "baharu" mengering. Tutup kertas dengan tuala dan menyeterika dengan haba rendah. Biarkan kertas agar terus mengering semalaman, dan ia seharusnya sedia digunakan pada pagi hari.

Menghasilkan sendiri kertas memang menyeronokkan tetapi pastikan yang adik-adik diawasi oleh ibu bapa dan kekal selamat.

### Adik-adik memerlukan:

- Kertas kitar semula seperti kertas bercetak atau helaian berwarna terpakai
- Air
- Mangkuk
- Pengadun
- Penyangkut dawai
- Pita pembalut
- Stokin
- Seterika

## Fakta Menarik Tentang Kelestarian

Air

Sekali mandi pancuran 15 minit menggunakan **95 – 190** liter air

Dengan hanya satu titisan bagi setiap saat, paip yang bocor membazirkan lebih daripada **12,000 liter air** setahun.

(Pastikan tidak ada paip yang bocor di rumah adik-adik).

Tenaga

Mengitar semula 1 tin aluminium boleh menjimatkan tenaga yang mencukupi untuk menyalakan satu mentol lampu 100 watt selama 20 jam dan TV selama 2 jam. Itu hanya daripada 1 tin.

Sisa buangan

Seorang biasa akan membuang

**1.8** kg sampah setiap hari

**1,360** kg sisa pepejal setiap tahun

1,000 kg bagi seratus peratus kertas kitar semula menjimatkan tenaga bersamaan 4,100 kWh, 27.2 kg bahan buangan udara dan tiga ela padu ruang kawasan kambus tanah.

Padankan perkataan dengan gambar yang tepat dan isikan tempat kosong.



K \_ R T \_ N      K \_ C \_      L \_ G \_ M      K A \_ B \_ D      P \_ K \_ I \_ N      P \_ A \_ T \_ K      K \_ R \_ A \_



## Kuiz Ria tentang Kelestarian

1

Kebanyakan daripada tenaga yang digunakan di Bumi hari ini secara semula jadinya berasal daripada sumber?

- A. Matahari    B. Lautan  
C. Tanah        D. Udara

2

Jika adik-adik mengitar semula 1,000 kg kertas, berapa banyakkah pokok yang dapat diselamatkan.

- A. 12 pokok  
B. 17 pokok  
C. 23 pokok  
D. 28 pokok

3

Yang manakah antara ini ialah sejenis tenaga hijau.

- A. Stesen minyak  
B. Api nyalaan arang  
C. Turbin angin  
D. Kabel elektrik

4

Yang manakah antara berikut akan membantu adik-adik menjimatkan air?

- A. Biarkan air paip mengalir semasa anda memberus gigi  
B. Mengepam tandas 3 kali  
C. Paip bocor  
D. Mandi pancuran sepantas 1 minit

5

Apakah mod pengangkutan yang terbaik bagi persekitaran?

- A. Basikal  
B. Kereta  
C. Bas  
D. Traktor

6

Apakah tindakan yang TIDAK menjimatkan tenaga di rumah adik-adik?

- A. Peralatan dalam mod tunggu sedia apabila tidak digunakan.  
B. Peralatan ditutup dan palam dicabut apabila tidak digunakan.  
C. Lampu ditutup apabila tidak digunakan.  
D. Membiarkan lampu terpasang hanya di bilik-bilik yang adik-adik beralih di antaranya

Cari jawapan di sini:

- a) **Matahari** - Kebanyakan tenaga yang digunakan di Bumi secara semula jadinya berasal daripada matahari.
- b) **17 pokok** - 17 pokok dapat diselamatkan oleh setiap tan kertas sedia ada yang dikitar semula.
- c) **Turbin angin** - Angin ialah sumber tenaga boleh diperbaharui. Turbin angin tidak ada pelepasan bahan buangan yang boleh mencemarkan udara atau air (kecuali dalam hal-hal tertentu) dan ia tidak memerlukan air untuk penyejukan.
- d) **Mandi pancuran sepantas 1 minit** - mengurangkan masa mandi pancuran adik-adik kepada hanya 1 minit boleh menjimatkan enam puluh galen air bagi setiap month.
- a) **Basikal** - Berbasikal menggunakan bahan api fosil yang minimum dan merupakan mod pengangkutan bebas pencemaran.
- d) **Membiarkan lampu terpasang hanya di bilik-bilik yang adik-adik berada di antaranya** - Membiarkan lampu terpasang hanya di bilik-bilik yang adik-adik berada di antaranya tidak menjimatkan tenaga.

Sumber: <https://ecofriendlykids.co.uk/energyrecyclingquiz/>

# PETIMASUK @ SMALES

Lukisan terbaik



Lim Zi Qi, 7 tahun

Lukisan terbaik



Tan Lee Faye, 6 tahun

## Tema keluaran lepas:

Taman bunga di laman belakang Sara dan Bugbug mula mekar berkembang, jadi adik-beradik ini sedang menikmati parti minum teh dan telah menjemput seorang tetamu yang istimewa. Siapakah agaknya yang adik-adik fikir?

Surat Terbaik

"Yes! We did it!!" said Sara

"Thank you so much for the prize, i am so happy!" said Bugbug.  
"You know, this is our favorite dish – tea-flavored paper porridge, it is the yummy food in the world!! Ha! Ha! Ha!" laugh Sara.

"Let me share the secret recipe with you all, once you eat it, you will get addicted.

The ingredients is very simple, you need to prepare Black tea from Ikea café, one cup of rice, rice paper, carrot, chicken, salt and pepper for seasoning.

Wash you rice first, then take out two teabags, pour with the hot water and soak the rice into the tea for 1 hour. This will made your rice smell great.

Transfer the rice and tea to the stove and cook for 20 minute, add in the carrot, chicken, salt and pepper, continue cook for another 10 minute become porridge.

Let it cold for 30 minute, then take out the rice paper and wrap with one scope of porridge. Give it a bite and you will know how good is the taste." said Bugbug.

" I hope everyone can try my recipe at home and enjoy the great time with your family, i love you all, thank you!" said Sara proudly.

Teh Sher You, 6 tahun

## Tema akan datang:

Sara dan Bugbug sangat menyukai bubur kertas mereka dan kali ini mereka merancang untuk mengadakan pesta memasak dengan menggunakan kertas kitar semula untuk menghasilkan hidangan bubur kertas yang enak bersama dengan rakan-rakan Smaland mereka. Lukiskan pesta memasak terbaik adik-adik dengan Sara, Bugbug dan rakan-rakan di Smaland.

Sertakan jawapan adik-adik dengan nama, nombor pasport Smålish, umur, alamat dan butir-butir hubungan adik-adik ke [sara@smales.com.my](mailto:sara@smales.com.my) atau **smales, No 2, Jalan PJU 7/2, Mutiara Damansara, 47800 Petaling Jaya, Selangor** selewat-lewatnya pada **15 Ogos 2022**. 2 pemenang bertuah setiap seorang akan memenangi satu **Bekas lukisan MÅLA**.

## Tema keluaran lepas:

Hidangan yang telah memenangi pertandingan memasak ialah bubur kertas berperisa teh Sara dan Bugbug! Mari kita persilakan adik-beradik ini ke pentas untuk berkongsi bagaimana mereka mendapat idea untuk mengadakan teh dan bubur kertas.

## Tema akan datang:

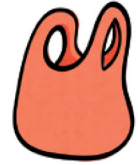
Sara dan Bugbug mempunyai rancangan untuk menulis surat tentang cara bagaimana mereka boleh membantu persekitaran dengan mengamalkan kelestarian setiap hari. Bersama-sama Sara dan Bugbug, kongsi cara bagaimana adik-adik boleh mula mengamalkan kelestarian di rumah setiap hari.

Dengan tidak lebih 150 perkataan, sertakan nama, nombor pasport Smålish, umur, alamat dan butir-butir hubungan adik-adik ke [sara@smales.com.my](mailto:sara@smales.com.my) atau **smales, No 2, Jalan PJU 7/2, Mutiara Damansara, 47800 Petaling Jaya, Selangor** selewat-lewatnya pada **15 Ogos 2022**.

2 pemenang bertuah setiap seorang akan memenangi satu set **Doh model MÅLA**.



Cari dan padankan produk mesra alam untuk menggantikan barangan guna sekali.



Beg Plastik



Bateri Alkali



Cawan Kertas Pakai Buang



Bekas Makanan Pakai Buang



Minuman Botol



Kertas Tisu



Botol Air Keluli Tahan Karat



Cawan Boleh Guna Semula



Bag Beli-belah Boleh Guna Semula



Sapu Tangan



Bateri Dapat Dicas Semula



Bekas Makan Tengah hari

Mari mewarna

