

## ■ Arahan Membuat Buku Kecil Mini

1. **Cetak templat dibawah secara landskap** menggunakan kertas bersaiz A4.
2. **Lipat kertas kepada dua bahagian secara melintang.** Kemudian, buka semula lipatan.
3. **Lipat kertas kepada dua bahagian secara menegak.** Kemudian, buka semula lipatan.
4. **Lipat semula kertas kepada dua bahagian secara melintang, dan lipat sekali lagi** untuk membentuk 8 bahagian yang sama saiz. Kemudian, buka semula lipatan yang kedua.
5. **Gunakan gunting dan potong bahagian tengah** (di lipatan mendatar) sehingga ke tengah — jangan potong sampai hujung. Kemudian, buka semula lipatan.
6. **Lipat semula kertas kepada dua bahagian secara menegak. Kemudian, tolak lipatan dari tepi** sehingga ia membentuk susunan seperti buku kecil.
7. **Lipatan akan membentuk buku kecil 8 muka surat.** Pastikan halaman tersusun mengikut urutan.
8. **Tuliskan nama anda** dan warnakan bahagian yang sesuai.

---

Siap! Sekarang anda boleh membaca dan melengkapkan aktiviti dalam buku mini “Kenali Gegata”!

### ⚠ Peringatan Keselamatan

**Gunakan gunting dengan berhati-hati.**  
Minta bantuan orang dewasa jika perlu.



# Cara cegah

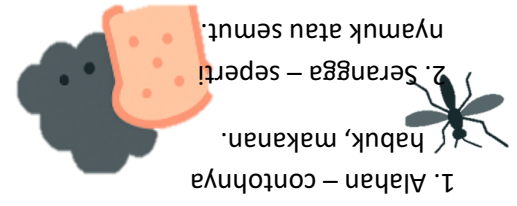
1. Kenali alahan.
2. Jaga kebersihan.
3. Pakai pakaian longgar.



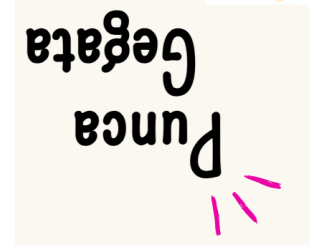
4. Tekanan – terlalu stres boleh sebabkan gegata.



- 3 – terlalu panas/sejuk.



1. Alahan – contohnya habuk, makanan.
2. Serangga – seperti nyamuk atau semut.



APA ITU GEGATA?

Gegata ialah bintik merah gatal pada kulit. Boleh jadi kecil atau besar dan bercantum.

Lukiskan bagaimana perasaan seseorang apabila mereka terkena gegata.

Jika terkena gegata, saya akan



Buku mini ini milik