



KHAR Bantu Atasi Masalah Kesehatan Mental dalam Kalangan Generasi Kini

Tanjong Malim, 5 Januari - Exco Penginapan dan Kebajikan, Majlis Mahasiswa Kolej Harun Aminurrashid (KHAR) Universiti Pendidikan Sultan Idris (UPSI) Sidang 2024/2025 telah mengadakan sebuah program yang mampu membantu golongan Gen Z dalam mengendalikan tekanan dan kesejahteraan mental. Program ini dilancarkan agar memberi pendedahan yang mendalam kepada mahasiswa IPTA/IPTS dan orang awam mengenai kesejahteraan mental dan emosi bagi mewujudkan suasana pendidikan tinggi yang berkualiti.

Menurut Timbalan Naib Canselor (Hal Ehwal Pelajar & Alumni), UPSI Profesor Dr. Norkhalid Salimin, program ini memberikan impak yang positif kepada semua peserta. "Kesehatan mental adalah aspek penting dalam kehidupan kita. Program ini bukan sahaja meningkatkan kesedaran tentang pentingnya menjaga kesehatan mental tetapi juga menyediakan pendidikan dan pengetahuan terkini dalam menangani

isu-isu kesehatan mental," katanya. Dengan ilmu dan kemahiran yang diperoleh, peserta kini lebih bersedia untuk menguruskan cabaran mental mereka sendiri dan membantu orang lain di sekitar mereka dengan lebih efektif. Inisiatif ini diharapkan dapat membawa perubahan yang signifikan dalam sikap masyarakat terhadap kesehatan mental, seterusnya mengurangkan stigma yang sering dikaitkan dengan masalah ini.

Yang Dihormati Toh Paduka Setia Dato' Ir. Dr. Safri Kamal Ahmad merasmikan program dalam ucapannya meluahkan rasa bangga kerana program penting seperti ini dapat dilaksanakan dengan lancar. "Inisiatif dan langkah-langkah yang diambil melalui program ini bukan sahaja membantu mengurangkan masalah kesehatan mental tetapi juga memberikan laluan serta menyediakan platform untuk perbincangan yang konstruktif. Maklumat dan informasi yang dikongsikan dalam program ini juga adalah sangat bermanfaat terutamanya kepada generasi kini dalam usaha menguruskan kesehatan mental mereka bagi melahirkan individu yang holistik," ujar beliau. Antara aktiviti menarik yang dijalankan dalam program ini adalah slot 'Stress-Free Day' yang menawarkan pendekatan kreatif dan praktikal untuk membantu peserta menguruskan stres melalui gabungan permainan. Tambahan, program ini telah menjemput tiga orang panel berpengetahuan tinggi yang terdiri daripada pakar psikiatri Dr. Azlina Mohd Shah Rudin, pakar pengurusan stress dan Pengasas Unmask Yourself, Amirul Amri, Miss World Malaysia 2023 Saroop Roshi untuk memberikan pandangan bernas, analisis mendalam serta solusi praktikal relevan dengan Program 'Waving: Wellness and Vitality New Gen Empowerment'.



PENERAJU KEBITARAAN PENDIDIKAN



PTB bantu Perpustakaan Masjid Jamek Tanjong Malim berwajah baru

Tanjong Malim, 30 Disember - Perpustakaan Tuanku Bainun (PTB), Universiti Pendidikan Sultan Idris (UPSI) diberi tanggungjawab melaksanakan transformasi ruangan dan pembangunan koleksi perpustakaan Masjid Jamek Tanjong Malim dengan menggunakan peruntukan khusus daripada masjid berkenaan.

Masjid itu dilengkapi dengan ruang perpustakaan, namun gagal berfungsi secara aktif dan profesional.

Ketua Pustakawan Tuanku Bainun UPSI, Cik Noriha Muhammad berharap dengan transformasi perpustakaan masjid yang diberi wajah baru,

dilengkapi dengan buku terkini dan dekorasi yang menarik dapat melengkapkan lagi peranan masjid pada hari ini".

Pihak UPSI, katanya, turut menyerahkan sumbangan buku terkini sebanyak 50 naskhah bernilai RM1,000.00 kepada pihak masjid.

"Transformasi atau penaiktarafan ini bertujuan untuk menjadikan peranan masjid sebagai pusat penyebaran ilmu pengetahuan kerana masjid dan perpustakaan adalah nadi kepada keutuhan masyarakat dan melambangkan pusat perpaduan umat Islam," katanya. Masjid Jamek Tanjong Malim adalah salah satu

masjid tertua di daerah Muallim yang dibina pada tahun 1926 dan dirasmikan oleh DYMM Paduka Sultan Iskandar Shah pada 15 Jun 1932.

Katanya, projek yang membabitkan 18 staf PTB itu turut disertai 20 pelajar dari Kelab Al-Mursyidin Pusat Islam UPSI (AMC) serta Kelab Sahabat Perpustakaan Tuanku Bainun (KSPTB).

Pengerusi Masjid Jamek Tanjong Malim, Mohd Subakir Ali, 67, berkata usaha PTB dapat mengembalikan semula fungsi sebenar masjid sebagai tempat yang bukan sahaja menunaikan ibadah tetapi juga sebagai pusat pembudayaan ilmu.

Pembersihan Pantai Remis Sempena Karnival Jelajah Belia Madani Selangor

Pantai Remis, 4 Januari - Persatuan Geografi (PERGEO) Fakulti Sains Kemahiran (FSK) Universiti Pendidikan Sultan Idris (UPSI) menyertai aktiviti bercirikan kesukarelawanan dan pemeliharaan sumber semula jadi iaitu pembersihan pantai yang dianjurkan oleh Majlis Sukan Negeri Selangor sempena Karnival Jelajah Belia Madani Selangor.

Program ini merupakan salah satu inisiatif dalam usaha menjaga kelestarian alam sekitar

serta meningkatkan kesedaran dalam kalangan belia mengenai kepentingan pemeliharaan sumber semula jadi. Hal ini selaras dengan Amalan Pembangunan Lestari atau lebih dikenali sebagai Sustainable Development Goals (SDG) khususnya menekankan SDG 13 (Tindakan Memerangi Perubahan Iklim) dan SDG 14 (Kehidupan di Bawah Air) telah dijalankan.

Persatuan Geografi mengambil inisiatif merencana program

dengan penglibatan seramai 12 orang wakil aktivis Persatuan Geografi dan 2000 orang peserta daripada pelbagai pihak. Di samping itu, 'Program Pembersihan Pantai Remis sempena Karnival Jelajah Belia Madani Selangor' telah berjaya mencapai objektif utamanya untuk meningkatkan kesedaran mengenai penjagaan alam sekitar, khususnya kebersihan pantai, dalam kalangan peserta.



Ibu Bapa Jangan Terpedaya dengan Iklan Pusat Jagaan Tidak Berdaftar

Kajian dijalankan oleh kumpulan penyelidik dari Universiti Pendidikan Sultan Idris berkaitan risiko dihadapi kanak-kanak semasa ditempatkan di bawah jagaan pengasuh menunjukkan terdapat susu sebagai risiko kritikal menyebabkan kematian. Namun, apabila penyelidik mengkaji keupayaan pengasuh mengenal pasti risiko, didapati kebanyakan pengasuh bergantung kepada pengalaman sendiri, perkongsian ilmu sesama pengasuh dan logik akal untuk menilai sesuatu risiko. Tanpa latihan cukup dan berstruktur untuk mengenal pasti risiko semasa menjaga kanak-kanak, ada pengasuh yang mempraktis amalan penjagaan tidak selamat seperti membiarkan bayi tertiarap tanpa pengawasan dan menyendal bantal pada botol susu semasa bayi sedang menyusu. Hal ini menjadi semakin serius apabila melibatkan pusat jagaan tidak berdaftar kerana sudah pasti pengasuh tidak menerima latihan bantuan awal

kecemasan. Pengasuh di pusat jagaan berdaftar diwajibkan mengikuti Kursus Asuhan Permata yang mengandungi latihan pertolongan cemas dan amalan penjagaan selamat. Kesannya, pengasuh mengetahui cara betul dalam mengambil langkah pertolongan cemas untuk menyelamatkan nyawa bayi.

Justeru, ibu bapa usah terpedaya dengan taktik yang dilakukan oleh pusat jagaan tidak berdaftar dalam mengiklankan perkhidmatan mereka. Perkara pertama perlu disemak adalah status pendaftaran pusat jagaan dengan Jabatan Kebajikan Masyarakat (JKM). JKJ menyediakan portal mudah akses untuk semakan status pendaftaran pusat jagaan kanak-kanak mengikut negeri, daerah dan jenis pusat jagaan.

Maka, kajian meluas boleh dilaksanakan pihak universiti untuk mengenal pasti maklumat penting menurut keperluan ibu bapa semasa membuat pemilihan pusat jagaan bagi

menambahbaik portal berkenaan. Gandingan kerjasama ini juga adalah inisiatif penting untuk mewar-warkan kepada ibu bapa tentang proses lebih baik semasa memilih pusat jagaan demi menjamin keselamatan anak-anak.



Dr. Norlaile merupakan Pensyarah Kanan di Fakulti Pengurusan dan Ekonomi, Universiti Pendidikan Sultan Idris dalam bidang perniagaan dan pengurusan risiko. Beliau pernah mengetuai projek penyelidikan berkaitan matriks penilaian risiko penjagaan kanak-kanak (RM35,000) dan model pemantauan taska tidak berdaftar untuk mengurangkan risiko kanak-kanak di bawah jagaan taska (RM94,822) tajaan Kementerian Pendidikan Tinggi.



PTQ UPSI Anjur Ladies Talk Fiqh Dawa untuk Warga Kampus



Program 'Maghrib Macam Raya 1.0' dan Sambutan Tahun Baru 2025 UPSI meriah



Program Jelajah Aspirasi: Menelusuri UPSI oleh SMKA Pagor, Muar Johor



Majlis Generation (GENNI) FSSK



Majlis Penyampaian Hadiah Pertandingan Mencipta Logo Pusat ICT



Program Bantuan Lunch Box Kepada Pelajar FTV