

(<https://news.usm.my>)

Berita Mutakhir

08
OCT

PENSYARAH USM KONGSI ILMU DAN KEPAKARAN BERSAMA KAKITANGAN FRIM

KULIM, 7 Oktober 2016 – Sekumpulan pensyarah Pusat Pengajian Sains Kemasyarakatan (PPSK) dan Pusat Pengajian Teknologi Industri (PPTI) Universiti Sains Malaysia (USM) berkongsi ilmu dan pengalaman mereka di Bengkel Pemantapan Sahsiah dan Gaya Hidup Sejahtera anjuran Institut Penyelidikan Perhutanan Malaysia (FRIM) yang melibatkan 37 orang kakitangan jabatan tersebut baru-baru ini.

Bengkel sehari ini dijalankan dalam modul berbentuk ujian personaliti, ceramah berkaitan motivasi dan pemakanan sihat serta aktiviti dalam kumpulan.

Pensyarah PPSK, Dr. Paramjit Singh Jamir Singh berkata, masalah yang dihadapi oleh seseorang individu perlu dipandang serius kerana sekiranya tidak ditangani segera akan memberi kesan negatif terhadap kesihatan mental, kefungsi sosial dan kesejahteraan hidup mereka.

"Bengkel sebegini perlu diteruskan pada masa-masa akan datang kerana ilmu yang dipindahkan dapat dimanfaatkan melalui Program Pemindahan Ilmu (KTP) yang merupakan salah satu Program Agenda Kritikal (CAP) Kementerian Pendidikan Tinggi yang perlu diteruskan agar industri dan komuniti mendapat manfaat secara berterusan," jelasnya lagi.

Dr. Mohamad Shaharudin Samsurijan dari pusat pengajian yang sama menyifatkan bengkel sebegini dapat membantu pegawai FRIM untuk meningkatkan sahsiah serta gaya hidup yang lebih sejahtera.

Pensyarah PPTI, Dr. Muhammad Izzuddin Syakir Ishak pula menegaskan bahawa pemakanan dan senaman yang seimbang sangat penting bagi menangani tekanan.

Peserta bengkel dari FRIM, Azrinawati Samsuri berpendapat, bengkel motivasi ini sangat berguna kerana mesej yang disampaikan oleh tenaga pakar USM sangat bermanfaat dan akan dijadikan panduan bagi menangani masalah dan tekanan yang dihadapinya kelak.

Pada sesi pagi, ujian personaliti dan ceramah motivasi telah dijalankan bersama pegawai FRIM manakala pada sesi sebelah petang dan malam pula, ceramah berkaitan pemakanan dan senaman seimbang dan aktiviti dalam kumpulan telah dijalankan.

Teks: Hafiz Meah Ghouse Meah



Share This

Pusat Media dan Perhubungan Awam / Media and Public Relations Centre

Level 1, Building E42, Chancellory II, Universiti Sains Malaysia, 11800 USM, Pulau Pinang Malaysia

Tel : +604-653 3888 | Fax : +604-658 9666 | Email : pro@usm.my (<mailto:pro@usm.my>).

Laman Web Rasmi / Official Website : [Universiti Sains Malaysia \(http://www.usm.my\)](http://www.usm.my).

[Client Feedback / Comments \(http://web.usm.my/smbp/maklumbalas.asp\)](http://web.usm.my/smbp/maklumbalas.asp) | USM News Portal. Hakcipta Terpelihara USM 2015