

MyAgeing, anjur Kursus Penuaan Anggun dan Sihat, tingkat kualiti hidup warga emas



SERDANG, 3 September – Seramai 34 orang warga emas sertai Kursus Penuaan Anggun dan Sihat anjuran Unit Pengurusan Makmal, Institut Penyelidikan Penuaan Malaysia (MyAgeing™), Universiti Putra Malaysia (UPM) baru-baru ini.

Kursus ini dianjurkan bagi meningkatkan kualiti hidup warga emas agar lebih cergas, sihat dan berketrampilan termasuk mengenai penjagaan kesihatan mental dan penjagaan diri yang betul.



Antara pengisian kursus ini ialah perkongsian bertajuk 'Penuaan Positif: Menginspirasi Kehidupan yang Bersemangat dan Bermakna' oleh Ketua Laboratori, Institut Penyelidikan Sains Sosial (IPSS), UPM, Dr. Aini Azeqa Ma'rof dan Tatarias Wajah oleh Prof. Dr. Rozanah Ab Rahman dari Sekolah Perniagaan dan Ekonomi (SPE), UPM.



Program itu disertai oleh ahli Persatuan Pusat Aktiviti Warga Emas (PAWE) Putrajaya, University Of The Third Age Malaysia (U3A) dan Kelab Rukun Tetangga (KRT) Serdang.

Dalam pada itu, MyAgeing™ yang dahulunya dikenali sebagai Institut Gerontologi (IG) telah ditubuhkan pada 1 April 2002 dalam bidang gerontologi bagi menjalankan penyelidikan warga tua dan penuaan di Malaysia.