
Pelajar UPM santuni warga emas, perkasa kesedaran penuaan sihat



Oleh: Noor Eszereen Juferi

SERDANG, 28 Jan – Seramai 39 pelajar Universiti Putra Malaysia (UPM) baru-baru ini menyantuni golongan warga emas menerusi penganjuran program Together We Grow dengan kerjasama Institut Penyelidikan Penuaan Malaysia (MyAgeing) bagi memperkukuh hubungan antara generasi serta memupuk keprihatinan mahasiswa terhadap isu penuaan sihat dalam komuniti.

Program yang melibatkan 15 warga emas itu bertujuan mengeratkan interaksi sosial antara pelajar dan warga emas di samping meningkatkan pengetahuan mengenai khasiat tanaman herba serta amalan gaya hidup sihat dalam kalangan peserta.

Archived on : 2026-03-09 09:09:01 (GMT+8)

Source URL : https://upm.edu.my/news/pelajar_upm_santuni_warga_emas_perkasa_kesedaran_penuaan_sihat-91434

Archived by : Perpustakaan Sultan Abdul Samad

Pengarah MyAgeing, Prof. Madya Dr. Rahimah Ibrahim, berkata Program anjuran pelajar Kumpulan 9 kursus QKS2101 Bakti Siswa di bawah Pusat Pembangunan Kokurikulum dan Pembangunan Pelajar UPM itu turut disokong oleh MyAgeing melalui penyampaian ceramah khasiat herba dan demonstrasi penghasilan terrarium.

“Ini mencerminkan kesungguhan mahasiswa UPM dalam mendekati golongan warga emas dan berpotensi memberi impak positif yang berterusan kepada komuniti setempat di Selangor,” katanya.

Pengarah program, Adlina Izzah, 20, berkata penganjuran program tersebut memberi pendedahan langsung kepada pelajar tentang keperluan fizikal, emosi dan pemakanan warga emas, sekali gus membentuk nilai empati serta tanggungjawab sosial dalam diri mahasiswa.

“Selain berkongsi ilmu berkaitan herba, kami turut didedahkan kepada aspek pengurusan dan pemakanan warga emas. Pendekatan ini membantu kami menjadi individu yang lebih prihatin serta peka terhadap kesejahteraan golongan berusia,” katanya.



Peserta program, Judah Jaedon Seth Fernandez, 20, berkata pelbagai aktiviti interaktif seperti pertandingan mewarna dan penyediaan menu sihat telah dianjurkan bagi merangsang kesejahteraan mental dan fizikal warga emas.

Archived on : 2026-03-09 09:09:01 (GMT+8)

Source URL : https://upm.edu.my/news/pelajar_upm_santuni_warga_emas_perkasa_kesedaran_penuaan_sihat-91434

Archived by : Perpustakaan Sultan Abdul Samad

“Penglibatan aktif warga emas menunjukkan sambutan yang sangat positif dan semangat kerjasama yang tinggi, menjadikan program ini satu pengalaman pembelajaran yang bermakna kepada semua pihak,” katanya.

Bagi peserta warga emas, Thankamah A/p Vythilingam, 76, dari Taman Sri Serdang, berkata program seumpama itu memberi peluang kepadanya untuk bergaul dengan rakan sebaya serta menyertai aktiviti kreatif yang menyeronokkan.

“Program ini membuka minda saya untuk berfikir dengan lebih positif serta mengisi masa lapang dengan aktiviti yang bermanfaat,” katanya.