

AKHBAR : SINAR HARIAN

MUKA SURAT : 38

RUANGAN : SENTRAL

Soda perangi kemurungan melalui zumba

SHAH ALAM - Sempena Hari Kesehatan Mental Sedunia, program 'Sweat Off Depression and Anxiety' (Soda) yang merupakan inisiatif MyPerintis telah dilancarkan di Management Science University (MSU) di sini, semalam.

Program pertama Soda yang merupakan inisiatif MyPerintis ini berjaya menarik minat lebih 500 belia untuk menyertainya.

Timbalan Menteri Kesehatan, Datuk Seri Dr Hilmi Yahaya berkata, Soda bertujuan untuk membantu para pelajar memerangi kemurungan menerusi sesi zumba seterusnya menanamkan pengetahuan dan kesedaran mengenai masalah kesehatan mental.

Menurutnya lagi, ia juga menghapuskan stigma melalui sesi SODAxTalks yang diberikan oleh Unit Kesehatan Mental, Kementerian Kesehatan Malaysia (KKM), Light Up Movement serta Malaysian Mental Health Association (MMHA).

"Saya ingin berterima kasih kepada MyPerintis atas usaha mereka yang terpuji untuk memperbaiki dan mendidik kesehatan mental kepada pemuda kita.

"Malah, kesehatan mental adalah komponen utama kesehatan keseluruhan, seperti yang dinyatakan dalam Deklarasi Alma Ata 1978 Pertubuhan Kesehatan Sedunia.

"Belia kita harus diberi semangat melalui mental dan fizikal kerana mereka adalah masa depan hati dan jiwa negara kita serta kesejahteraan mereka sudah pasti menjadi matlamat utama kita," katanya.

Hadir sama, Pengasas MyPerintis dan MySchool of Life, Datuk Lawrence Low dan Presiden MSU, Professor Tan Sri Dato Wira, Dr Mohd Shukri Ab Yajid.

MyPerintis kini menyasar untuk mencapai 10 universiti yang melibatkan kedua-dua IPTA dan IPTS bermula sekarang sehingga November 2017.

Foto: SHARIFUDIN ABDUL RAHIM



Hilmi menurunkan tandatangan sebagai perasmian di saksikan oleh Mohd Shukri (tengah) dan Lawrence di Majlis 'Sweat Off' untuk Hari Mental Sedunia di MSU.