General

Kekal berada di kampus harungi PKP

Mon, 03/30/2020 - 14:24

Kuantan, 27 Mac- Kekal tinggal dalam kampus sejak hari pertama arahan Perintah Kawalan Pergerakan (PKP) sehingga dilanjutkan kepada 14 April depan pastinya memberikan pengalaman yang akan dikenang sepanjang hayat terutamanya buat pelajar yang berada di kampus. Walaupun tidak dapat pulang ke kampung dan terpaksa sentiasa berada dalam kampus ia tidak menghalang pelajar Universiti Malaysia Pahang (UMP) mencari alternatif bagi mengisi masa terluang.

Menurut pelajar tahun 3 dari Fakulti Pengurusan Industri, Risman Kusaini berkata, ramai pelajar yang gemar beriadah namun dalam keadaan sekarang dan dalam tempoh PKP ini para pelajar tidak dapat melakukan aktiviti atau rutin harian mereka sebagaimana biasa. Walaupun begitu, ia bukan penghalang buat mereka untuk terus melakukan aktiviti sihat dan memastikan tahap kesihatan terjaga.

“Bagi mengekalkan tahap kesihatan yang berterusan dan kekal aktif, para pelajar masih boleh melakukan aktiviti secara minimum sama ada melalui senaman, regangan atau aktiviti fizikal seperti push ups dan Ab lounge yang menggunakan pelbagai otot tanpa peralatan khusus sekaligus dapat membantu melancarkan peredaran darah dan mengguatkan otot,” ujarnya.

Aktiviti ini tidak melibatkan sentuhan serta boleh dilakukan secara persendirian dan sangat sesuai diadakan di mana sahaja. Masa yang terluang ini turut memberi ruang buatnya menyiapkan tugasan dan membersihkan bilik. Selain membuat ulangkaji, banyak masa digunakan melayari internet, menonton ‘movie’ serta permainan online bersama rakan – rakan walaupun tidak bersemuka.

Anak kelahiran negeri Sabah ini membuat keputusan untuk tinggal di kampus sahaja kerana menyedari kerisauan terhadap penularan wabak Covid-19 di luar. Beliau juga bersyukur dan berterima kasih kepada UMP atas keprihatinan serta bertanggungjawab dalam memastikan kebajikan semua pelajar yang masih berada di dalam kampus sama ada di kampus Gambang atau di Pekan.

“Begitu juga dengan keperluan harian seperti bekalan makanan, perubatan dan keperluan harian yang lain disediakan dan mencukupi. Keluarga saya juga tidak risau keadaan saya di sini dengan pelbagai inisiatif yang disediakan oleh pihak UMP kepada kami. Sangat berterima kasih kepada staf UMP yang sentiasa memberi khidmat yang terbaik kepada kami,” ujarnya lagi.

Sebagai meningkatkan kesedaran mengenai bahaya wabak Covid-19 ini dan kepentingan penjagaan kesihatan diri seperti membasuh tangan kepada warga dan masyarakat setempat, UMP turut menganjurkan pertandingan video pendek, foto dan e-poster buat warganya. Para pelajar juga dinasihatkan agar sentiasa mematuhi arahan Majlis Keselamatan Negara dan peraturan universiti bagi memastikan keselamatan dan kesihatan diri pelajar berada dalam keadaan baik.

Disediakan Mohamad Hakimi Kamarudin daripada Unit Perhubungan Awam Pejabat Naib Canselor

TAGS / KEYWORDS

COVID19

PKP

- 248 views

View PDF