

KRT Sungai Jarom aktifkan komuniti



Sebahagian ahli KRT bersama Ibrahim ketika kunjungan ke Rumah Kebajikan Orang-orang Tua Jenjarum.

SUNGAIJAROM - Kawasan Rukun Tetangga Sungai Jarom terus memberikan sumbangan dalam masyarakat dan kali ini dengan mengadakan kunjungan ke Rumah Kebajikan Orang-orang Tua Jenjarum, di sini.

Pengerusi Kawasan Rukun Tetangga Sungai Jarom, Ang Eng Chai berkata, selain terlibat dengan aktiviti menjaga keselamatan komuniti, KRT itu juga terlibat aktif dalam aktiviti kemasyarakatan.

Menurutnya, aktiviti itu antara aktiviti tanggungjawab sosial KRT kepada masyarakat sekitar.

"Kita kumpulkan ahli KRT dan pergi ke rumah kebajikan itu beramai-ramai untuk mereka rasai sendiri kehidupan penghuni rumah orang-orang tua ini.

"Aktiviti ini benar-benar memberi keinsafan kepada ahli.

"Walaupun berbeza bangsa dan agama, perasaan sama dapat dirasai dengan kunjungan ini," katanya ketika mengadakan Majlis Penyampaian Angpau dan Barangan Dapur kepada

penghuni rumah kebajikan terbabit.

Eng Chai berkata, aktiviti itu akan dijadikan acara tahunan persatuan dalam usaha memupuk semangat kejiwaan yang aktif.

"Kita percaya, ahli yang terlibat dalam aktiviti ini masing-masing teruja menyelami kehidupan warga tua di rumah kebajikan itu," katanya.

Sementara itu, Pegawai Perpaduan Daerah Kuala Langat, Ibrahim Abdullah berkata, inisiatif rukun tetangga mempelbagaikan aktiviti perlu diteruskan bagi membantu mengaktifkan kawasan masing-masing.

"Aktiviti ini perlu diteruskan dan semua ahli KRT perlu memainkan peranan mengaktifkan kawasan.

"Saya harap program ini turut menjadi contoh kepada KRT lain untuk mempelbagaikan aktiviti setiap kali musim perayaan," katanya.



Elak keciciran hebahan produk

Unit peladang digesa kemas kini direktori memudahkan rujukan

SIJANGKANG - Setiap unit peladang di negeri ini disarankan supaya mengemas kini direktori masing-masing bagi memudahkan rujukan pelbagai pihak mendapatkan sesuatu produk.

Pengarah Lembaga Pertubuhan Peladang (LPP) Selangor, Mohd Fauzi Badron berkata, proses mengemas kini produk industri di sesebuah unit perlu diutamakan bagi mengelakkan keciciran untuk hebahan.

Menurutnya, kebanyakan unit sudah mempunyai pelbagai produk yang memerlukan sokongan masyarakat atau pelanggan untuk meningkatkan sumber pendapatan mereka.

"Melalui proses kemas kini inilah kita dapat melihat sendiri keupayaan sesuatu produk untuk diketengahkan ke peringkat yang lebih meluas.

"Kebanyakan ahli peladang dalam usaha meluaskan pasaran melalui aktiviti pengeluaran sekali gus dapat

mewujudkan persaingan sihat dan mampu memberi jenama kepada sesebuah kawasan dalam mengeluarkan sesuatu produk yang terbaik serta dijamin," katanya ketika menyempurnakan Mesyuarat Agung Unit Peladang Kampung Sijangkang di Anjung Budi Batu 7, Sijangkang.

Sementara itu, Ketua Unit Peladang Kampung Sijangkang, Abdul Razak Khasbullah berkata, semua unit peladang di Kuala Langat diminta menyahut saranan LPP Selangor untuk mengemas kini produk yang ada.

Menurutnya, kebanyakan produk unit peladang yang ada sudah mencecah 50 ke 60 jenis dan ia menunjukkan perlu wujudnya direktori kampung bagi produk pertanian.

"Saya yakin produk diusahakan ahli peladang perlu diketengahkan melalui direktori dalam simpanan PPK bagi mengelakkan keciciran.

"Kita juga mahu memfokuskan

penjenamaan produk yang memberi impak kepada hasil tani di daerah ini," katanya.

Beliau yang juga Pengerusi Ahli Jemaah Peladang Kawasan Kuala Langat berkata, di peringkat PPK Kuala Langat, pihaknya kini memfokuskan PPK Jaya dalam melihat pelbagai hasil peladang untuk dimajukan.

"Bukan sahaja sektor pertanian yang perlu diutamakan tetapi industri inap desa, perladangan dan makanan turut diberi perhatian bagi menjadikan PPK Kuala Langat berjaya.

"Walaupun Unit Peladang Kawasan Kampung Sijangkang mula mendapat tempat dalam industri Fertigasi namun ia bukan bermakna sektor lain tak diberi perhatian.

"Kita mahu jadi contoh kepada unit peladang lain sehingga ke peringkat negeri bagi menggalakkan pertumbuhan ekonomi ahli," katanya.



Sebahagian ahli Unit Peladang Sijangkang bersama Mohd Fauzi (duduk, empat kanan) selepas perasmian Mesyuarat Agung Unit Peladang Kawasan Kampung Sijangkang.

Kolej Komuniti Kuala Langat anjur program kesihatan

Banting: Kolej Komuniti Kuala Langat (KKKL) membuka tirai tahun 2016 dengan menganjurkan bengkel KKKL Keep Fit.

Seramai 30 orang ahli Kelab Kebajikan Staf KKKL menyertai program itu yang dijalankan selama sehari.

Pengarah KKKL, Zainah Rujihan, berkata program itu bertujuan menjadikan semua staf lebih sihat agar dapat menjalankan tugas dengan lebih cemerlang.

"Setiap tahun, pasti ada cabaran baharu yang bakal ditempuhi dalam bidang kerja, dan saya menggalakkan semua kakitangan mementingkan keseimbangan kesihatan tubuh badan serta minda.

"Ini membolehkan kakitangan KKKL lebih fokus dalam bidang tugas dan dapat menyampaikan perkhidmatan yang berkualiti kepada pelajar dan komuniti," ujarnya.

Bengkel itu dikendalikan



Seramai 30 ahli Kelab Kebajikan Staf KKKL menyertai bengkel KKKL Keep Fit.

oleh Salawati Tokimin @ Mizs Watie dari Fit & Gorgeous Fitness Studio.

Salawati berkongsi beberapa formula agar setiap peserta dapat menetapkan sasaran

kecergasan diri masing-masing.

Nilai tahap pencapaian

Peserta juga didedahkan dengan cara berlatih yang betul bagi mencapai sasaran kecergasan

yang dikehendaki.

Salawati turut memberi simulasi latihan ringkas bagi menilai tahap pencapaian peserta sama ada berada di tahap Pemulihan Kesihatan, Kecergasan Normal, Pembaka-

ran Lemak, atau Prestasi Tinggi.

Di akhir sesi bengkel, beliau berkongsi tip pemakanan kerana kira-kira 80 peratus berat badan adalah hasil daripada makanan yang diambil.