From: Jabatan Komunikasi Korporat
To: UUM - All Staff; UUM - All Students
Subject: PROGRAM SEMARAK SIHAT MERDEKA SQS 2026 SEMARAKKAN GAYA HIDUP SIHAT DAN SEMANGAT PATRIOTISME
Date: Tuesday, 8 September, 2026 4:01:21 PM
Attachments: image002.png
image003.png

Jabatan Komunikasi Korporat
CORPORATE COMMUNICATION DEPARTMENT
Universiti Utara Malaysia

UUM TODAY

UNIVERSITI PENGURUSAN TERKEMUKA | THE EMINENT MANAGEMENT UNIVERSITY

8 SEPTEMBER 2026 / 26 RABIULAWAL 1448H
==========

Oleh: Dr. Nor Hisham Haron
Gambar oleh: Zamalik Hasan

PROGRAM SEMARAK SIHAT MERDEKA SQS 2026 SEMARAKKAN GAYA HIDUP SIHAT DAN SEMANGAT PATRIOTISME



UUM ONLINE: Program Semarak Sihat Merdeka SQS 2026 telah berlangsung dengan meriah pagi ini bertempat di Dewan Serbaguna, Pusat Sukan, Universiti Utara Malaysia (UUM).

Program yang dianjurkan bagi menyemarakkan semangat kemerdekaan menerusi amalan gaya hidup sihat dan aktif itu turut menghimpunkan warga Pusat Pengajian Sains Kuantitatif (SQS).

Majlis perasmian program telah disempurnakan oleh Dekan SQS, Prof. Madya Dr. Nerda Zura Zaibidi.

Program tersebut mengetengahkan pelbagai aktiviti rekreasi dan sukan tradisional seperti badminton beregu, karom, congkak dan batu seremban, yang disertai oleh warga SQS dalam suasana penuh ceria dan santai.

Dalam ucapan ringkasnya, Dr. Nerda Zura merakamkan penghargaan kepada semua warga SQS yang hadir serta kepada pihak penganjur atas usaha dan komitmen dalam menjayakan program tersebut.



“Program ini bukan sahaja menjadi wadah untuk menyemarakkan sambutan Bulan Kebangsaan, malah turut menggalakkan warga SQS mengamalkan gaya hidup sihat, aktif dan seimbang.

“Pengisian program yang melibatkan aktiviti fizikal serta permainan tradisional turut memberi peluang kepada warga SQS untuk

mengeratkan hubungan dan memupuk semangat kerjasama dalam kalangan warga pusat pengajian," katanya.

Penganjuran Program Semarak Sihat Merdeka SQS 2026 mencerminkan komitmen SQS dalam menyokong usaha membudayakan kehidupan sihat, di samping menyemarakkan semangat patriotisme dan perpaduan dalam kalangan warga universiti.

"Merdeka di Jiwa, Sihat Sepanjang Masa."





Universiti Utara Malaysia Official Website http://www.uum.edu.my

Disclaimer: This e-mail (including any attachments) may contain confidential information. If you are not the intended recipient, you are hereby notified that any review, distribution, printing, copying or use of this e-mail is strictly prohibited. If you have received this e-mail in error, please notify the sender or Universiti Utara Malaysia (UUM) immediately and delete the original message. Opinions, conclusions and other information in this e-mail that do not relate to the official business of UUM and/or its group of companies shall be understood as neither given nor endorsed by UUM and UUM accepts no responsibility for the same. All liability arising from or in connection with computer viruses and/or corrupted e-mails is excluded to the fullest extent permitted by law.