

Sarkina Bt Mat Saad @ Shaari

From: UUM CORPORATE COMM.
Sent: Wednesday, August 28, 2019 9:56 AM
To: UUM - All Staff; Staf - Pesara UUM
Subject: Mengisi Usia Persaraan Dengan Perkara Bermanfaat



UUM Corporate Comm.
Universiti Utara Malaysia

28 OGOS 2019 / 27 ZULHIJAH 1440H

=====

"UUM : UNIVERSITI PENGURUSAN TERKEMUKA"
(THE EMINENT MANAGEMENT UNIVERSITY)

Oleh: Siti Fatimah Abdullah
Gambar oleh: Abdul Halim Husain

MENGISI USIA PERSARAAN DENGAN PERKARA BERMANFAAT



UUM ONLINE: Seminar Prapersaraan 2019 yang berlangsung di HIG Hotel, Pulau Langkawi adalah persediaan kepada bakal pesara untuk mengharungi alam persaraan dengan penuh yakin di samping dapat memberi pengetahuan serta meningkatkan kesedaran kepada peserta dalam mengendalikan urusan sebelum dan selepas bersara.

Pendaftar UUM, Baharudin Yaacob, berkata, seminar ini bertujuan meningkatkan kesedaran dan persediaan awal dalam urusan persaraan, tentang faedah persaraan Skim Pencen dan

KWSP, kesejahteraan pesara, pengurusan kewangan bijak dan panduan bekerja semula (peluang perniagaan).

Ujarnya, semua orang akan mengalami tempoh persaraan sama ada bersedia atau tidak dalam konteks persaraan kita harus membuat persediaan sebaiknya kerana apabila tiba masanya kita akan menghadapi tempoh tersebut dengan tenang.

"Ini merupakan satu program anjuran Jabatan Pendaftar yang cukup penting sebelum staf itu bersara sama ada di sektor awam mahu pun sektor swasta dan seminar kali ke-14 ini mendapat sambutan menggalakkan dari pelbagai agensi," ucapnya.

Beliau berkata "Semua kita mesti membuat persediaan untuk menghadapi alam persaraan. Persediaan dari segi mental dan fizikal mesti diberi perhatian khususnya dari segi kewangan. Kita harus ingat pendapatan kita akan berkurang apabila kita bersara nanti.

"Bagi mereka yg berkhidmat 30 tahun atau lebih layak mendapat pencen 60% daripada gaji pokok mereka untuk menguruskan kehidupan dengan sebaiknya semasa usia persaraan.

Beliau juga menyeru agar semua peserta perlulah menjaga kesihatan masing-masing. Amalan gaya hidup sihat merupakan satu kaedah penjagaan kesihatan yang paling baik untuk memastikan kita dapat terus sihat walaupun pada usia persaraan.

"Di UUM kita mewajibkan staf yang berumur 40 tahun ke atas menjalani pemeriksaan kesihatan kerana biasanya dalam usia 40an, maka datanglah bermacam jenis penyakit. Jika kita mengetahui tahap dan keadaan kesihatan kita lebih awal, maka tentunya kita akan lebih bersedia untuk mengubatnya

"Sokongan keluarga terdekat juga penting bila kita pencen, anak-anak bila tengok emak ayah tidak bekerja mereka tinggalkan anak mereka untuk dijaga.

"Tak payahlah, sepatutnya gunakan peluang masa bersara untuk teruskan dengan aktiviti yang kita minat memandangkan semasa bekerja dahulu kita terikat dengan komitmen tugas. Sepatutnya bila bersara kita boleh melakukan apa yang kita minat bagi mengisi usia persaraan kita agar dapat memastikan kelangsungan hidup dengan perkara yang menyeronokkan," pesannya.

Selain itu katanya, bagi yang mengambil Skim EPF pula mereka akan dapat jumlah simpanan dan ganjaran besar selepas bersara dan dengan jumlah yang banyak itu, mereka perlu pandai mengurusnya dengan baik.

"Manakala skim pencen daripada jumlah tersebut akan dimanfaatkan sampai kita meninggal dunia dan bila kita meninggal, isteri pula akan mewarisi sepanjang hayat dan seterusnya anak-anak yang layak juga akan juga mendapat faedah pencen manakala anak-anak yang tergolong dalam golongan OKU akan mendapat faedah persaraan sepanjang hayat mereka.

"Tetapi skim EPF memang tidak ada bayaran pencen bulanan, duit simpanan dan ganjaran itulah yang akan urus kehidupan mereka sehingga meninggal dunia.

Beliau yakin ilmu yang disampaikan dalam seminar ini begitu bermanfaat dan berguna untuk dijadikan panduan dalam menempuh alam persaraan.

"Saya bagi pihak Universiti Utara Malaysia ingin mengucapkan ribuan terima kasih yang tidak terhingga kepada semua barisan panel penceramah yang sudi berkongsi idea, penghargaan

kepada urusetia yang bertungkus lumus dan semua pihak yang terlibat dalam menjayakan seminar.”

Seminar ini dihadiri peserta dari pelbagai agensi seperti Institut Tadbiran Awam Negara (INTAN) Wilayah Timur, Jabatan Penjara Malaysia, Kementerian Komunikasi Dan Multimedia Malaysia, Lembaga Pembangunan Industri Pembinaan Malaysia (CIDB), Majlis Daerah Kubang Pasu, Majlis Perbandaran Kulim;

Selain itu, Universiti Awam seperti Universiti Kebangsaan Malaysia, Universiti Malaysia Terengganu, Universiti Pendidikan Sultan Idris, Universiti Pertahanan Nasional Malaysia, Universiti Sultan Zainal Abidin.

Seminar kali ke-14 itu menampilkan penceramah terkenal, Ustaz Dato’ Mohd Kazim Elias dengan tajuk Mencari Kedamaian Jiwa Di Alam Persaraan; Ahmad Shafiai Uda Jaafar atau lebih mesra dipanggil Pak Utih mengupas tajuk Mengurus Masa dan Aktiviti Sebagai Seorang Pesara.

Selain slot pengisian mendidik jiwa, UUM turut menampilkan Pegawai Dietatik dari Hospital Sultanah Bahiyah (HSB), Alor Setar, Noorlailina Moha Mohtar dengan tajuk Penjagaan Kesihatan di Alam Persaraan.



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.