

UNISSA BANTU MASYARAKAT PEDALAMAN

Siaran Akhbar dan Foto : Universiti Islam Sultan Sharif Ali

TEMBURONG, Isnin, 26 April. - Dalam meraih keberkatan bulan Ramadan yang mulia ini, Universiti Islam Sultan Sharif Ali (UNISSA) melalui Bahagian Hal Ehwal Pelajar mengadakan aktiviti berkebakikan, iaitu Ramadan Food Drive Ke-6 dengan memberikan bantuan makanan asasi dan keperluan perbelanjaan untuk mengurangkan beban yang dihadapi oleh keluarga yang memerlukan.

Ramadan Food Drive Ke-6 adalah salah satu program tahunan aktiviti pelajar UNISSA di

bawah Unit Kebajikan dan Kemasyarakatan, Majlis Perwakilan Pelajar (MPP) 2021.

Seramai 17 buah keluarga di Kampung Buda-Buda, Belais dan Kampung Selapon, Daerah Temburong menerima sumbangan tersebut.

Hadir menyempurnakan penyerahan sumbangan tersebut, Rektor UNISSA, Dr. Awang Haji Norarfan bin Haji Zainal.

Sumbangan ini adalah hasil daripada derma yang dihulurkan oleh warga UNISSA, di samping Projek-projek Jualan Amal dan

Aktiviti Riadah yang dianjurkan oleh MPP UNISSA serta sumbangan daripada pihak individu.

Program merupakan kali keenam diadakan bertujuan untuk mendekati dan menolong masyarakat di kawasan kampung pedalaman yang memerlukan bantuan, di samping menimba ilmu pengetahuan dan pengalaman

baharu bagi mahasiswa dan mahasiswi UNISSA.

Ia juga sebagai platform dakwah dalam usaha untuk menanamkan sikap keprihatinan dan pemedulian kepada masyarakat luar.

Terdahulu sebelum itu, MPP UNISSA menghidupkan suasana Ramadan dengan mengimarahkan Masjid Perpindahan Kampung Rataie, Daerah Temburong dengan

mengadakan gotong-royong menyediakan juadah berbuka dan seterusnya mengagih-agihkan kepada masyarakat sekitar Daerah Temburong.

Para pelajar juga ikut serta dalam acara Tahliil, Sembahyang Sunat Tarawih dan Tadarus di masjid berkenaan bersama dengan Ahli Jawatankuasa Masjid.



REKTOR UNISSA semasa menyampaikan bantuan berupa makanan asasi kepada salah sebuah keluarga yang memerlukan pada Ramadan Food Drive Ke-6 tersebut (atas), manakala gambar kiri, para mahasiswa dan mahasiswi UNISSA semasa mengadakan gotong-royong menyediakan barangan yang diagih-agihkan.



MINDA PEMBACA

Keutamaan meminum air kosong

AIR kosong seharusnya menjadi minuman utama bagi setiap orang. Kita disarankan agar meminum lapan gelas air kosong setiap hari dan hendaklah tidak berlebihan daripada keperluan badan kita. Air kosong mempunyai banyak keutamaan untuk kita menjalani kehidupan, terutamanya dari segi kesihatan.

Dengan meminum air kosong, metabolisme dalam tubuh badan seseorang akan meningkat. Pembakaran lemak akan menjadi lebih cepat dan ia juga bagus untuk menurunkan dan mengawal berat badan.

Sekiranya kita sedang berdiet, amalan meminum air kosong segelas setengah jam sebelum makan dapat mengurangkan kuantiti pengambilan makanan daripada kebiasaannya.

Selain itu, air kosong sangat bagus untuk sistem imun dalam badan yang boleh melawan jangkitan kuman dan pelbagai penyakit, termasuk sakit kepala. Sakit kepala berpunca daripada kekurangan oksigen dan kekurangan air. Dengan meminum air kosong, sel-sel merah akan dapat dirangsang untuk tumbuh lebih cepat, sekali gus melancarkan oksigen ke dalam darah.

Penyakit sakit pinggang dan batu

karang juga boleh dicegah dengan memperbanyakkan meminum air kosong. Antara punca utama penyakit ini adalah kurang meminum air kosong yang menyebabkan pundi air kencing tidak dapat memproses dengan baik. Dengan mengamalkan minum air kosong, ia dapat membantu membersihkan usus perut serta bagus untuk mengatasi atau mencegah sembelit. Ia berfungsi sebagai detoks dan melancarkan proses buang air besar.

Pengambilan air kosong juga memberi manfaat kepada kecantikan kulit. Kulit akan cukup terhidrat sehingga dapat mengurangkan proses

penuaan kulit. Ia menjadikan kulit kelihatan sihat, lembap, lembut dan bebas kedutan.

Terdapat banyak lagi kebaikan yang dapat diperoleh dengan meminum air kosong. Air kosong merupakan minuman terbaik untuk memenuhi keperluan cairan tubuh. Pilihlah air kosong sebagai minuman harian daripada minuman-minuman yang lain.

Nama : Nur Risalah binti Rusli
No. K/P : 01-072846

Serlahkan kreativiti penulisan awda dengan menyertai ruangan ini :

TAJUK-TAJUK MINDA PEMBACA :

1. 'Meningkatkan Amalan Di Bulan Ramadan'. Tarikh Tutup : 28 April 2021
2. 'Rakan Sebaya Berperanan Dalam Membentuk Jati Diri'. Tarikh Tutup : 5 Mei 2021
3. 'Manfaat Menabung Untuk Masa Depan'. Tarikh Tutup : 12 Mei 2021

Terma dan Syarat :

1. Penyertaan dibuka kepada orang ramai yang berusia lingkungan 15 hingga 40 tahun, yang terdiri daripada rakyat dan penduduk Negara Brunei Darussalam kecuali warga Jabatan Penerangan.
2. Pendapat awda hendaklah ditaip jarak langkau dua baris dan panjang pendapat awda mestilah antara 200 hingga 300 patah perkataan.

3. Nama penuh, nombor kad pengenalan, alamat lengkap dan nombor telefon hendaklah disertakan dan dihantar kepada :

SIDANG PENGARANG MINDA PEMBACA
Bahagian PELITA BRUNEI, Jabatan Penerangan
Lapangan Terbang Lama, Berakas
Bandar Seri Begawan, BB3510
Negara Brunei Darussalam.
atau melalui

E-mel : pelita.brunei@information.gov.bn

Menangi
BND75

SETIAP MINGGU

Tunggu apa lagi ... Hantarkan pendapat awda sekarang