



Edisi 2 (Julai - Disember 2025)



BULETIN AKRAB PERDA

1 JULAI

- MESYUARAT AKRAB PERDA

2 OGOS

- Motivasi Diri

3 SEPTEMBER

- Kursus Pengukuhan Governans, Integriti dan Antirasuah (MPGIA)
- Bengkel Pemantapan Usahawan Program Rural Apprentice Entrepreneurship PERDA (PREP) Siri 2 Tahun 2025

4 OKTOBER

- AKRAB United
- Simposium Psikologi KKDW Tahun 2025

5 NOVEMBER

- Karnival Serumpun MADANI AKRAB KKDW @ KEDA 2025

6 DISEMBER

- Lawatan AKRAB PERDA ke Bangkok, Thailand
- Lawatan AKRAB PERDA ke Pusat Koreksional Kamunting@Penjara Taiping

Mesyuarat Jawatankuasa AKRAB PERDA

Bil. 1 Tahun 2025

7 Ogos 2025 | Secara Semuka & Dalam Talian

Mesyuarat AKRAB PERDA Bil. 1 Tahun 2025 telah dilaksanakan secara semuka dan dalam talian, dipengerusikan oleh Naib Pengerusi AKRAB PERDA, Pn. Hajah Zainab Binti Puteh dengan penyertaan seramai 12 orang ahli.

Antara agenda utama yang dibincangkan adalah perancangan aktiviti AKRAB sepanjang tahun 2025, meliputi:

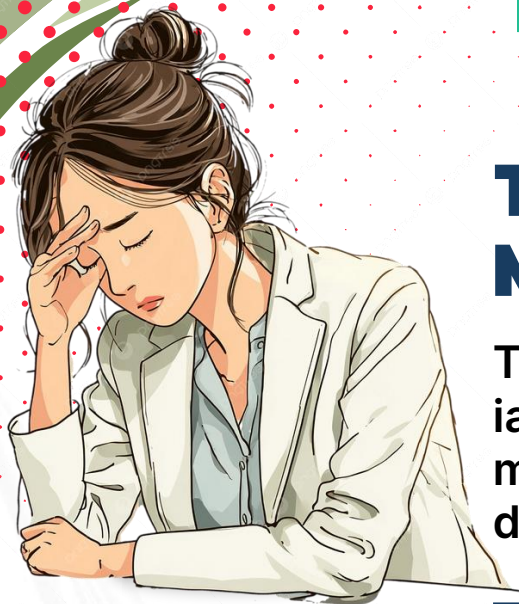
1. Menyantuni anggota PERDA yang sakit melalui lawatan kebajikan dan pemberian sumbangan.
2. Menganjurkan sesi perkongsian ilmu secara berkala untuk motivasi dan pembangunan pengetahuan.
3. Melaksanakan program penghargaan pada hari istimewa seperti hari lahir, persaraan dan pencapaian warga PERDA.
4. Merancang aktiviti kebajikan berteraskan ukhuwah dan saling menyokong dalam kalangan warga kerja.
5. Mesyuarat ini menegaskan peranan AKRAB PERDA sebagai rakan pembimbing dan penyokong moral dalam mewujudkan suasana kerja yang harmoni, prihatin dan saling menghargai.



SEKADAR
MENGINGATKAN



MOTIVASI DIRI



TANDA UTAMA UNTUK MENGENALI BURNOUT

Tanda-tanda utama yang perlu dikenali ialah petunjuk amaran awal yang menunjukkan sesuatu mungkin tidak kena dengan emosi atau fizikal mental anda.

1

Keletihan Malar dan Tenaga Rendah

Anda berasa letih sepanjang masa walaupun selepas berehat tugas-tugas kecil berasa meletihkan dan anda kurang motivasi badan dan minda anda berasa letih lebih kerap daripada tidak



2

Prestasi dan Produktiviti Dikurangkan

Kerja terasa lebih sukar dan perlahan anda berjuang untuk fokus dan menyelesaikan tugas anda mula membuat lebih banyak kesilapan atau kehilangan tarikh akhir



3

Sikap Emosi Dingin dan Sinis

Anda berasa kebas terhadap kerja atau tanggungjawab anda, anda menjauhkan diri daripada rakan sekerja dan hilang minat untuk bekerjasama anda mula merasakan bahawa apa yang anda lakukan tidak lagi penting



4

Mudah marah dan emosi tidak stabil

Anda mudah marah dan bertindak balas secara emosi terhadap isu kecil yang anda rasa terharu dan tidak dapat menguruskan perasaan anda.



Kursus Pengukuhan Governans, Integriti dan Antirasuah (MPGIA)

9 September 2025 | Iconic Hotel, Bukit Mertajam

Kursus Pengukuhan Governans, Integriti dan Antirasuah (MPGIA) Siri 1/2025 telah diadakan pada 9 September 2025 bertempat di Iconic Hotel, Bukit Mertajam dengan penyertaan seramai 40 orang warga kerja PERDA.

Kursus yang dikendalikan oleh AKRAB PERDA ini bertujuan meningkatkan kesedaran tentang kepentingan integriti, pematuhan kepada peraturan dan undang-undang, membudayakan nilai murni dalam tugas harian, mengurangkan risiko salah laku melalui pencegahan, serta menyokong usaha PERDA mewujudkan persekitaran kerja bebas rasuah.

Pengisian kursus dilaksanakan secara interaktif dengan gabungan perkongsian ilmu dan permainan berkumpulan yang menekankan nilai integriti, kerjasama serta komunikasi berkesan. Secara keseluruhannya, program ini berjaya memberi kefahaman, semangat dan motivasi baharu kepada peserta dalam menghayati budaya kerja berintegriti sambil mewujudkan suasana kerja yang lebih seronok dan bebas tekanan.



Bengkel Pemantapan Usahawan Program Rural Apprentice Entrepreneurship PERDA (PREP) Siri 2 Tahun 2025

16 September 2025 | Bahang Bay Hotel, Teluk bahang

Bengkel Pemantapan Usahawan Program Rural Apprentice Entrepreneurship PERDA (PREP) Siri 2 Tahun 2025 telah berlangsung pada 16 September 2025 di Bahang Bay. Dalam program ini, AKRAB PERDA menumpukan kepada aktiviti terpilih yang memberi impak terus kepada pembangunan motivasi dan kemahiran usahawan peserta, bertujuan mengukuhkan keyakinan mereka untuk memulakan dan mengembangkan perniagaan. Melalui pembabitan ini, AKRAB PERDA memberikan sokongan berbentuk bimbingan berfokus, pendedahan ringkas keusahawanan, serta pengukuhan semangat kerjasama dalam kalangan peserta supaya mereka lebih bersedia menghadapi cabaran perniagaan setempat.



Makan Malam AKRAB United

Tarikh: 13/10/2025 - | *Steamboat Putrajaya*

Pada 13 Oktober 2025, seramai 10 orang ahli AKRAB PERDA telah menghadiri Majlis Makan Malam Sempena AKRAB United yang diadakan di Steamboat Putrajaya. Program ini dianjurkan sebagai satu inisiatif untuk mengukuhkan ukhwah, meningkatkan kesepaduan serta memantapkan semangat kebersamaan dalam kalangan ahli AKRAB.

Selain mengeratkan hubungan silaturahim, program ini turut berfungsi sebagai ruang perbincangan santai untuk bertukar pandangan, mengenal pasti isu semasa berkaitan kesejahteraan psikososial serta berkongsi pengalaman intervensi yang telah dilaksanakan. Melalui sesi ini, ahli AKRAB dapat merumuskan idea dan pendekatan yang lebih strategik bagi mencegah, menangani dan mengurus isu psikososial di peringkat akar umbi, selaras dengan peranan dan misi AKRAB PERDA.

Program AKRAB United ini secara keseluruhannya berjaya mewujudkan suasana mesra, menyemai nilai kebersamaan dan memperkukuh kerjasama antara ahli sebagai persediaan untuk melaksanakan program yang lebih baik pada masa hadapan



Simposium Psikologi KKDW

Tarikh: 14/10/2025 - I Dewan Seri Lestari, KKDW Putrajaya

Bahagian Pengurusan Sumber Manusia, KKDW telah menganjurkan Simposium Psikologi KKDW Tahun 2025 yang membawa tema “Kesihatan Mental Untuk Semua – #tiadaSigma”. Simposium ini menjadi platform penting dalam meningkatkan kesedaran, kefahaman dan kompetensi warga kerja KKDW terhadap aspek kesejahteraan mental.

Pada majlis tersebut, PERDA telah diumumkan sebagai penerima Anugerah AKRAB bagi kategori AKRAB Organisasi Inovasi. Pengiktirafan ini mencerminkan komitmen PERDA dalam menggerakkan program psikososial yang kreatif dan berimpak kepada kesejahteraan warga organisasi.

Seramai 10 orang peserta dari PERDA telah menghadiri simposium berkenaan. Majlis tersebut turut meraikan dua orang ahli AKRAB PERDA yang baru ditauliahkan pada tahun ini, sebagai simbol pengiktirafan terhadap peranan mereka dalam menyokong agenda kesejahteraan psikologi di peringkat organisasi.



Karnival Serumpun MADANI AKRAB KKDW @ KEDA 2025

8-10 November 2025 |

Dewan Teratai Kompleks Belia Dan Sukan Kedah, Alor Setar

otw..



AKRAB PERDA telah berjaya menyertai Program Jejak Sahsiah AKRAB 2025 anjuran Cawangan Pengurusan Psikologi dengan kerjasama AKRAB KEDA yang berlangsung di Alor Setar, Kedah. Program ini menghimpunkan penyertaan daripada 10 agensi AKRAB di bawah KKDW, yang turut terlibat dalam pelbagai acara sukan yang dipertandingkan seperti bola jaring, futsal, pétanque, congkak, batu seremban dan karom. Bagi menyokong penganjuran ini, AKRAB PERDA telah menghantar empat orang peserta sebagai wakil rasmi.

Penganjuran ini bertujuan mengukuhkan jaringan hubungan, membina sahsiah positif serta memupuk semangat kesukanan dalam kalangan semua ahli AKRAB. Melalui pendekatan aktiviti sukan dan riadah, program ini berjaya mewujudkan persefahaman, kerjasama dan semangat berpasukan yang menjadi asas penting dalam merancang serta melaksanakan aktiviti berimpak tinggi pada masa hadapan.



I ❤️ PERDA

LAWATAN AKRAB PERDA KE PUSAT KOREKSIONAL KAMUNTING @ PENJARA TAIPING

Lembaga Kemajuan Wilayah Pulau Pinang (PERDA) telah mengadakan satu lawatan rasmi ke Pusat Koreksional Kamunting pada 19 Disember 2025. Lawatan ini diketuai oleh Yang Berbahagia Dato' Haji Mohd Asri bin Baharum, Pengurus Besar PERDA, bersama pegawai-pegawai PERDA dan Ahli-Ahli AKRAB.

Tujuan lawatan ini adalah untuk mengeratkan hubungan kerjasama antara PERDA dan Pusat Koreksional Kamunting serta memberi pendedahan mengenai peranan dan fungsi institusi koreksional dalam melaksanakan program pemulihan dan pembangunan sahsiah prospek.

Sepanjang lawatan, rombongan PERDA telah dibawa melawat sekitar Pusat Koreksional Kamunting dan diberikan penerangan mengenai program pemulihan, pembangunan sendiri serta sokongan psikososial yang dijalankan. Sesi perbincangan dua hala turut diadakan bagi membincangkan peluang kerjasama strategik, khususnya melibatkan peranan Ahli-Ahli AKRAB sebagai rakan pembimbing dan kumpulan sokongan kepada prospek.

Majlis lawatan diakhiri dengan sesi penyampaian cenderahati dan sesi bergambar sebagai tanda kenang-kenangan. Secara keseluruhannya, lawatan rasmi ini telah berjalan dengan lancar dan berjaya mencapai objektif yang ditetapkan. Diharapkan kerjasama yang terjalin dapat diteruskan dan diperkukuhkan pada masa akan datang.



LAWATAN AKRAB PERDA KE BANGKOK

Lawatan AKRAB PERDA ke Bangkok pada 6 hingga 8 Disember 2025 telah menjadi platform penting dalam mengeratkan hubungan silaturahim serta memperkukuh kerjasama sesama ahli. Program lawatan ini juga membuka ruang kepada pertukaran idea dan perkongsian pengalaman.

Selain itu, aktiviti-aktiviti yang dirangka sepanjang lawatan turut menyumbang kepada pembinaan semangat berpasukan, komunikasi yang lebih berkesan serta pemantapan jaringan profesional dalam kalangan ahli AKRAB. Keseluruhannya, lawatan ini telah memberikan manfaat yang signifikan dari segi peningkatan kefahaman, motivasi dan kesediaan ahli untuk terus menyokong usaha PERDA dalam membangunkan persekitaran kerja yang lebih harmoni, produktif dan sejahtera.



ANDA MEMPUNYAI MASALAH

JOM JUMPA AKRAB

Peranan AKRAB Organisasi

- Membantu mewujudkan perkhidmatan prihatin ke arah meningkatkan elemen kebajikan dalam perkhidmatan;
- Membantu mempelopori program-program ke arah pembentukan budaya ke arah pembentukan budaya kerja yang beretika dan berdisiplin;
- Membantu menggalakkan dan meningkatkan semangat kekitaan;
- Mewujudkan budaya sikap sopan santun dan hormat menghormati; dan
- Membantu menyokong dan mewujudkan suasana kerja yang ceria dan harmoni



Objektif AKRAB



- Menyediakan khidmat bimbingan kepada warga organisasi PERDA yang memerlukan;
- Meningkatkan potensi warga organisasi melalui tindakan sebagai perantara dengan pihak pengurusan PERDA;
- Mewujudkan hubungan baik dengan pihak pengurusan di organisasi bagi memudahkan pelaksanaan aktiviti AKRAB; dan
- Membantu meningkatkan keharmonian warga organisasi PERDA dalam menjalankan tugas harian.

Hubungi Kami

AKRAB PERDA
LEMBAGA KEMAJUAN WILAYAH PULAU PINANG (PERDA)
NO.1 LORONG KAMPUNG GAJAH 2,
JALAN KAMPUNG GAJAH
12200 BUTTERWORTH
TEL:04-3141100 FAKS: 04-3321676

www.perda.gov.my