

Profil 2025



PERTUBUHAN KESEJAHTERAAN PSIKOSPIRITUAL MALAYSIA

**(Malaysia Organisation of
Psychospiritual Wellbeing)**



Memperkasa Insan dan Keluarga Sejahtera

ISI KANDUNGAN



01	Pengenalan PKPM	3
02	Sijil Pendaftaran PKPM	4
03	Objektif PKPM	5
04	Tumpuan PKPM	6
05	Kenali Penggerak PKPM	7
06	Projek PKPM	9
07	Rekod Aktiviti 23-24	20
08	Penajaan Usaha PKPM	21
09	Hubungi Kami	22



PENGENALAN PKPM

Pertubuhan Kesejahteraan Psikospiritual Malaysia (PKPM) merupakan sebuah pertubuhan bukan kerajaan (NGO) yang berpusat di Kuala Lumpur.

Pertubuhan Kesejahteraan Psikospiritual Malaysia ditubuhkan pada bulan Disember 2019 dan telah berdaftar dengan Jabatan Pendaftaran Pertubuhan Malaysia dengan nombor pendaftaran PPM-010-14-23122019.

Fokus PKPM adalah untuk bersama mengukuhkan pembangunan institusi keluarga dan melahirkan masyarakat yang cakna terhadap kesihatan mental di Malaysia.

VISI



PKPM sebagai institusi rujukan masyarakat bagi kesejahteraan psikospiritual

MISI



Meningkatkan kesedaran kesihatan mental melalui aktiviti dan perkhidmatan kesejahteraan psikospiritual di pelbagai lapisan masyarakat ke arah melahirkan modal insan yang berkualiti tinggi dan berperibadi mulia

SIJIL PENDAFTARAN

PPM-010-14-23122019



MALAYSIA

AKTA PERTUBUHAN 1966
PERATURAN-PERATURAN PERTUBUHAN 1984

BORANG 3
(Peraturan 5)

SIJIL PENDAFTARAN

Adalah diperakui bahawa

**PERTUBUHAN KESEJAHTERAAN PSIKOSPIRITUAL MALAYSIA (MALAYSIA ORGANISATION OF
PSYCHOSPIRITUAL WELLBEING)**

**MENARA ARINA UNITI TINGKAT 7, JALAN RAJA MUDA ABDUL AZIZ,
50300 KUALA LUMPUR
WILAYAH PERSEKUTUAN KUALA LUMPUR**

*hari ini didaftarkan sebagai suatu pertubuhan di bawah Seksyen 7
Akta Pertubuhan 1966 dan bahawa nombor pendaftarannya ialah*

PPM-010-14-23122019

*Diperbuat dengan ditandatangani oleh saya pada
23 haribulan Disember 2019*

(MASYATI BINTI ABANG IBRAHIM)

*Pendaftar Pertubuhan,
Malaysia*



OBJEKTIF



01 KESIHATAN MENTAL

Meningkatkan kesedaran kesihatan mental kepada masyarakat.



02 PSIKOSPIRITUAL

Menyokong dan melaksanakan aktiviti membangunkan kesejahteraan psikospiritual.



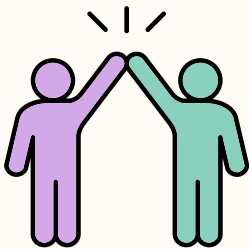
03 PEMBANGUNAN KELUARGA

Menyokong pemberdayaan keluarga melalui program dan perkhidmatan bagi melahirkan modal insan yang berkualiti tinggi dan berperibadi mulia.



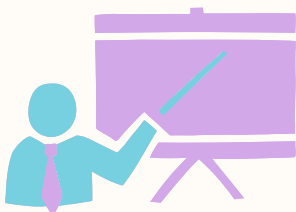
ADVOKASI & KAJIAN

Meningkatkan usaha advokasi kesedaran kepentingan kesihatan mental dan psikospiritual serta menghasilkan kajian bagi membantu meningkatkan kesejahteraan keluarga.



KUMPULAN SOKONGAN

Memberikan sokongan psikososial dan psikospiritual secara dalam talian dan bersemuka melalui sesi kaunseling individu, kaunseling kelompok, kaunseling keluarga dan kerja sosial sama ada kepada individu atau keluarga yang mempunyai ahli keluarga yang alami isu berkenaan kesihatan mental.



MODUL & LATIHAN

Memperkemas usaha memberikan latihan kemahiran pencegahan dan intervensi kepada isu-isu berkaitan kesihatan mental, psikospiritual dan kekeluargaan kepada para profesional dan masyarakat umum melalui kolaborasi bersama dengan pihak-pihak yang berkepentingan.

AHLI JAWATAN KUASA SESI 2025 - 2026



Pengerusi



Dr Adnan Omar

Timb. Pengerusi



Shafiq Supian

Setiausaha



Abdur Rahman

Bendahari



Zarina Azhari

P. Setiausaha



Dzilal A. Aziz

**JK Advokasi, Media &
Hubungan Strategik**



Dr Kamaliah Noordin

JK Pengurusan



Dr Zaiton Ismail

**JK Kaunseling &
Sukarelawan**



Shafiq Supian

JK Latihan



Dzilal A. Aziz

JK Gerontologi



Dr Fauziah Hanim

JK Kajian



Hj Rozalli



UNIT JAWATAN KUASA

01 JK KAUNSELING & SUKARELAWAN

Khidmat kaunseling secara bersemuka dan melalui Talian ReachU bagi memberi sokongan psikososial.

02 JK ADVOKASI, MEDIA & HUBUNGAN STRATEGIK

Menyediakan maklumat yang tepat kepada masyarakat melalui media dan jaringan kerjasama bersama organisasi lain.

03 JK LATIHAN

Usaha membantu ahli dan sukarelawan mendapat latihan dan kemahiran yang optimum.

04 JK KAJIAN

Melaksanakan kajian bagi meningkatkan aspek kesejahteraan dalam masyarakat.

05 JK GERONTOLOGI

Usaha memberdayakan warga emas dengan fokus kekeluargaan.

PROJEK PKPM



Pengukuhan kekeluargaan dan pembinaan sendiri

DIARI KAUNSELOR

Asyraf Mursyidi
Kaunselor Pelatih
Moderator

Shafiq Supian
Kaunselor Berdaftar
Panelis

SABTU : 9.OKT
9.PM

Ramadhan & Keluarga Sejahtera

DR ADNAN OMAR
Mendidik anak-anak di Bulan Ramadhan
Sabtu, 9 April 2022
9 - 10 pagi

AIMAN AZLAN
Menjalin Kasih Sayang antara Pasangan di Bulan Ramadhan
Sabtu, 16 April 2022
9 - 10 pagi

DR KAMALIAH NORDIN
Keluarga dari Hari Raya
Sabtu, 23 April 2022
9 - 10 pagi

LIVE WEBINAR

"KALAU DAH SAYANG ..."

Pelancaran Modul Keibubapaan Website kawenkawen.com

SPEAKER
DATUK DR HALINA HALIZAH HJ SIRAJ
Pengasas dan Pengarah Akademik Dr Har

MODERATOR
AIMAN AZLAN
Mentor Belia

SPEAKER
DR ADNAN OMAR
Timb. Pengerusi PKPM & Perunding Suisidologi

9.00PM - 10.30PM
07 JANUARI 2023
SABTU

Cabutan Bertuah Kuiz Santai
HADIAH MENARIK MENANTI ANDAI!

LIVE

PKPM.official

PERBINCANGAN MEJA BULAT (RTD)

MEMBINA NARATIF PSIKOSPIRITUAL

Ahli Panel

Dr. Alizi b. Alias
Konsultan Psikologi Organisasi
Topik 1:
"Konsep Psikospiritual dalam Psikologi"

Prof. Dr. Mohamed Hatta
Profesor Adjung Universiti Teknologi Malaysia
Topik 2:
"Konsep Psikospiritual dalam Psikiatri"

Dr. Md. Nor Saper
Presiden Persatuan Kaunseling Syarie Malaysia (PAKSI)
Topik 3:
"Konsep Psikospiritual dalam Kaunseling"

Dr. Khairi
Moderator

Sabtu 8 Julai 2023
8.30 pagi - 1.00 tghri
Pejabat Pertubuhan IKRAM, Seri Kembangan

LIVE

SPEAKER
SHAFIQ SUPIAN
KAUNSELOR BERDAFTAR

SABTU 15 APRIL
10 PAGI

Live talk RAMADAN

TOPIK PERBINCANGAN **RELATIONSHIP**
THE RIGHT TIME, THE RIGHT WAY, THE RIGHT PERSON

Webinar Warga Emas & Ramadhan

"Peranan Penjaga dalam Memudahkan Ibadah Puasa Warga Emas"

PANEL 1

PANEL 2

PANEL 3

Bersama ahli panel jemputan:
Panel 1: Ustaz Zainal Arifin Sarbini
Panel 2: Dr. Mohd Zaquan Arif Abd. Ghafar
Panel 3: Pn. Sharifah Robiaah Tengku Embong
Moderator: Pn. Nordiana Asra A. Rahim

Moderator

10:30 PAGI **23 Mac 2024**
12 Ramadhan 1445H

Dibawakan secara langsung oleh

LIVE

Pertubuhan Kaunselaran Psikospiritual Malaysia
pkpm.official

Sila imbas untuk pendaftaran!
PERCUMA kepada semua

PROJEK PKPM



Pengukuhan kekeluargaan dan pembinaan sendiri

PSIKPER 2024
PERSIDANGAN
PSIKOLOGI
KESEHATAN
NEGERI PERAK

**UNDERSTANDING AND PREVENTING
SELF-HARM & SUICIDE IN YOUTH:
APPLICATION OF COGNITIVE
BEHAVIOR THERAPY (CBT) AND
SOLUTION-FOCUSED THERAPY**

“ Help, healing and hope
are always possible ”

HOSPITAL BAHAGIA
ULU KINTA
IPOH PERAK

25 JULAI 2024

**BENGKEL SELARI
BENGKEL 2**

Dr Adnan bin Omar
Psychology & Suicidology & Mental Health
Pertubuhan Kesejahteraan Psikospiritual
Malaysia (PKPM) Selangor



**MEMAHAMI
DAN
MENCEGAH
FENOMENA
BUNUH DIRI**

**WEBINAR
PKPM**

Penceramah:
DR ADNAN OMAR
Timbalan Pengerusi PKPM
Konsultan Psikologi & Suisidologi

MASA:
3 JULAI 2021 (SABTU)
9PM - 11PM

MEDIUM:
LIVE DI FB PKPM



PROJEK PKPM



Khidmat **Talian ReachU** untuk memberi bantuan sokongan psikososial kepada sesiapa yang memerlukan. Sokongan psikososial ini dikendalikan oleh sukarelawan PKPM yang merupakan kaunselor berdaftar

**MURUNG?
STRES?
BIMBANG?**

**BAGAIMANA
DAPATKAN
BANTUAN?**



TALIANReachU 

Sokongan Psikososial
Kerana dirimu itu berharga..

Hubungi kami:
010 288 2290
Waktu Operasi:
Isnin - Ahad
10 Pagi - 6 Petang
atau dapatkan temujanji
melalui:
bit.ly/Talian_ReachU

Sebarang sumbangan
amatlah dihargai melalui:

 **Maybank**
5621 4243 3476

Pertubuhan Kesejahteraan
Psikospiritual Malaysia
Reference:
Talian ReachU

 PKPM.official

PROJEK PKPM



Pembangunan kemahiran sukarelawan untuk bersama turun lapangan membantu masyarakat yang memerlukan

Bengkel Latihan : Bantuan Asas PSIKOLOGI Dalam Talian
(E-PSYCHOLOGICAL FIRST AID)

4 - 5 SEPTEMBER 2021 (SABTU & AHAD)
8 PAGI - 4 PETANG (14 JAM)
ZOOM MEETING
6 MODUL LATIHAN
E-SULI PENYERTAAN DISEDIAKAN

KOD QR
UNTUK PENYERTAAN, IMBAS KOD QR

Penceramah & Jurulatih :
DRA FAU KEE
PROFESOR MADYA DR ASLINA MURUGU

DISAMPAIKAN OLEH PENULIS BUKU "BANTUAN ASAS PSIKOLOGI DALAM TALIAN"

RM140
BERKAS PERSEKUTUAN (PUBUNG)
NURUL FATIMAH AMIR
(014) 617 9193

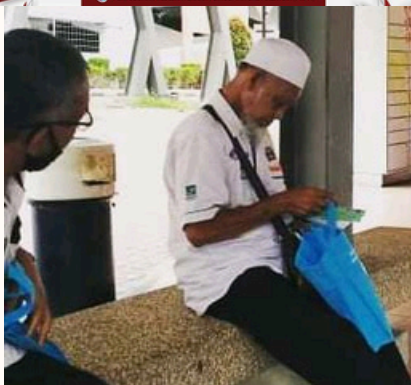
AKHIRAN
PEPERBUHAN KESEKUTUTAN PSYCHOLOGICAL MALAYSIA (PKPM)

Psychological First Aid Workshop

8 Jan 2021 (Saturday)
8.30 am - 12.30 pm
via Zoom

limited to first 80 participants only
with e-certificate

PKPM



PROFESSIONAL SUPERVISION & SUPPORT GROUP FOR COUNSELLOR
Penyediaan Profesional dan Kumpulan Sokongan untuk Kaunselor

PEMBENTANG

TERBUKA AKAU PKPM & KAUNSELOR BERDAFTAR

Objektif
Membina profesionalisme dalam kalangan kaunselor PKPM agar dapat terus memberi perkhidmatan yang mempunyai kualiti dan standard yang tinggi

Agenda Program
TARIKH: 20/12/2021 (ISNIN)
MASA: 8.30 PM - 10.30 PM
PLATFORM: GOOGLE MEET

8.30 pm - Kata Aluan MC & Ketua Unit Latihan
8.40 pm - 3 Pembentangan Kajian Kes
9.30 pm - Ulangkaji Teori Gestalt
10.15 pm - Perbincangan Aplikasi Teori Gestalt
10.30 pm - Bersurai

Kaunseling Terapi Pasangan "Internal Family System"

CPD DISEDIKAN

Konsultan Jemputan:
PM Dr Melati binti Sumari
Pensyarah Kanan UM

QR CODE

16 Julai 2022 (Sabtu)
9 pagi - 12 tengahari
Zoom
RM10 - Pelajar
RM30 - Profesional

PKPM.official



PROJEK PKPM

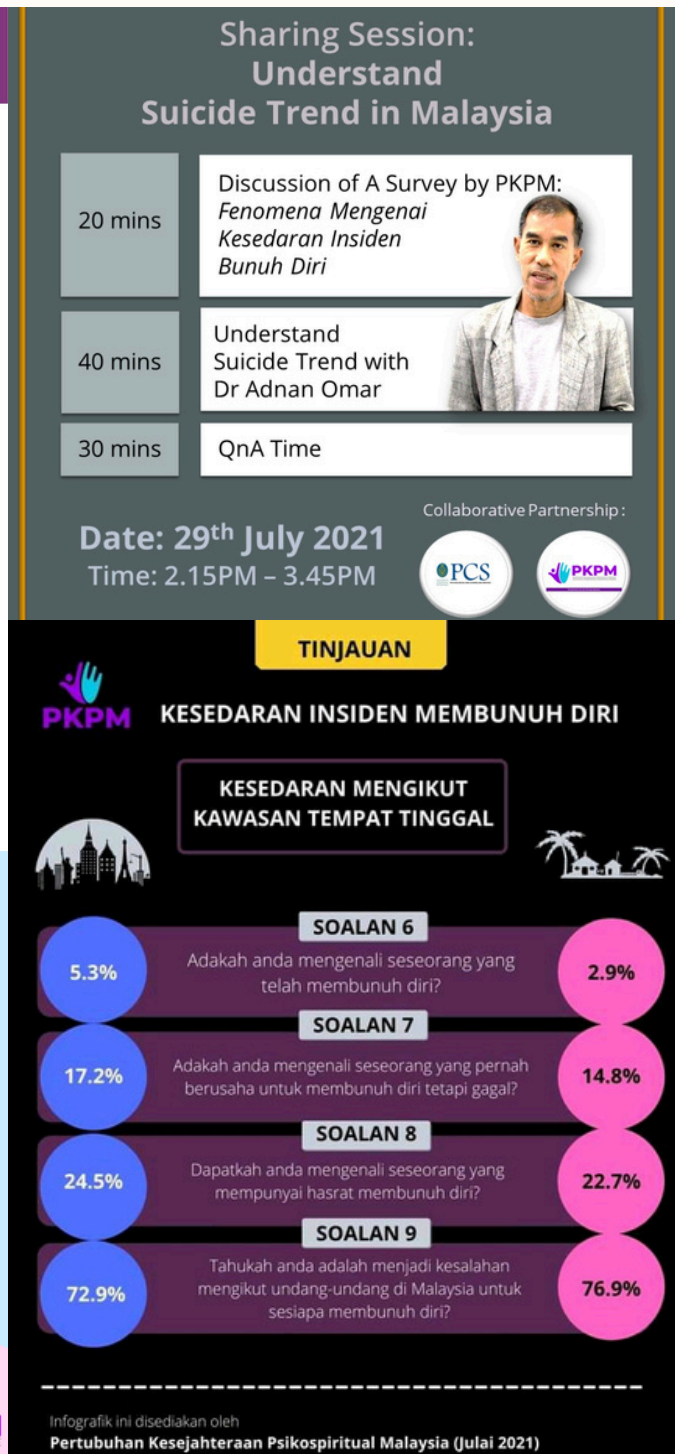


Program psikopendidikan di sekolah-sekolah





Pelaksanaan kajian pembangunan kesejahteraan serta terlibat dalam kajian penilaian dengan kerjasama bersama universiti dan institusi luar



PROJEK PKPM



Advokasi kesedaran kesihatan mental dan kesejahteraan psikospiritual diri melalui sosial media

10 Cara Menjaga Kesihatan Mental Semasa COVID-19

- 1 Kekal cergas.
- 2 Buat projek baru yang mencabar.
- 3 Sokong atau empati orang lain.
- 4 Rancang harian anda.
- 5 Fokus "ketarasedar" dan lebih peka.

PKPM-official

#PositivitiToksik

Tidak mengapa untuk menangis. Ambil tisu ini dan menangis puas-puas supaya lebih lega.

Jangan menangis. Orang kuat takkan menangis

Elakkan... Cuba ini...

Pertubuhan Kesejahteraan Psikospiritual Malaysia

Teknik Pemafasan Relaksasi:

- 1 Duduk atau baring atau berdiri dalam keadaan yang selesa.
- 2 Tutup mata. (Atau buka mata)
- 3 Tarik nafas dengan mulut atau hidung: sepanjang 2-4 saat, letak tangan atas perut dan rasakan perut anda kembang.

Pertubuhan Kesejahteraan Psikospiritual Malaysia

KEMAHIRAN BEKERJA DARI RUMAH YANG SEIMBANG

Persekitaran yang ergonomik
Memastikan kawasan tempat kerja yang sesuai, kerusi yang selesa bersama meja untuk bekerja

Amalkan penjagaan diri yang sihat
Meluangkan masa untuk diri sendiri melakukan meditasi, bersenam, dan masa bersama orang tersayang, dan juga menetapkan masa rehat dan makan semasa bekerja di rumah

Mengehadkan penggunaan aplikasi atas talian untuk meminimalkan kelesuan digital
Hanya menggunakan audio dan tutup self-view mas, tetapkan sekatan masa menandakan berakhirnya waktu kerja dengan berhenti melakukan sebarang kerja

Kempenn Cakna Kesihatan Mental Hari Kesihatan Mental Sedunia 2021

Luahkan, usah pendam.

Dapatkan sokongan psikososial bersama kami. Perkhidmatan ini adalah percuma.

bit.ly/TalianReachU

Kami hargai kepercayaan anda.

Pertubuhan Kesejahteraan Psikospiritual Malaysia

Siapakah warga emas?

"Warga emas di negara kita adalah individu yang berumur 60 tahun ke atas"

- United Nations World Assembly on Ageing in 1982 di Vienna, Austria.

PKPM-official

Bagaimana Membantu Individu Yang Ada Perasaan Bunuh Diri

Oleh: Dr Adnan Omar
Konsultant Psikologi dan Suisidologi

PKPM-official

Panik atau cemas berlebihan?

Berhenti layari cerita COVID-19

Berhenti daripada membaca, mendengar cerita tentang COVID-19 termasuk dalam media sosial. Hadkan masa dan pilih hanya sumber yang dipercayai mengenai COVID-19.

Pertubuhan Kesejahteraan Psikospiritual Malaysia

Sarcopenia

Sarcopenia bermaksud kekurangan jisim otot rangka akibat penuaan. Sarcopenia kini diiktiraf sebagai suatu penyakit di kalangan warga emas.

PKPM-official

PANIK! Apa yang perlu DILAKUKAN?

B BREATH (Bernafas)
A ACCEPT (Menerima)
T TALK (Bercakap)
H HELP (Dapatkan bantuan profesional)

PKPM-official

LATIHAN PERNAFASAN

- 1 Duduk atau baring dalam keadaan selesa. Jika selesa, tutup mata.
- 2 Letakkan tangan di atas perut anda
- 3 Anda akan dapat rasakan perut mengembang ketika menarik nafas, dan mengucut ketika menghembuskan nafas dengan dalam
- 4 Tarik nafas perlahan-lahan menggunakan hidung dalam kiraan 4 saat
- 5 Tahan nafas dalam kiraan 4 saat
- 6 Hembus nafas perlahan-lahan melalui mulut dalam kiraan 6 saat
- 7 Ulangi, lakukan selama 5-10 minit

PKPM-official

CARA MENGATASI KEMURUNGAN

Beritahu sekiranya ada fikiran bunuh diri

Elakkan bersendirian

Dapatkan bantuan profesional

Berkongsi dengan orang yang dipercayai

Bersenam selalu

Makan secara sihat

Menerima keadaan diri

Jauhi alkohol atau dadah

PKPM-official

Gejala Kemurungan

1. Rasa sedih setiap hari dalam tempoh 2 minggu
2. Hilang minat dalam perkara yang digemai
3. Tidak selera atau terlalu bersedih
4. Gangguan tidur pada malam atau kurang tidur
5. Hilang tenaga dan sukar membuat keputusan
6. Cepat penat
7. Pergerakan atau pemikiran yang lambat
8. Perasaan bersalah yang melampau
9. Terfikir atau merencanakan untuk membunuh diri

Pertubuhan Kesejahteraan Psikospiritual Malaysia

Toxic Positivity

POSITIVITI
Keupayaan dan kebiasaan untuk memaksa diri berfikir secara positif dalam menghadapi kehidupan, terutama dalam mengabaikan cabaran-cabaran kehidupan.

TOXIC
Bermaksud racun atau kerosakan. Perilaku yang toxic ialah perilaku yang memisahkan, memudharatkan, menimbulkan kesan negatif kepada manusia.

TOXIC POSITIVITY (TP)
Positif yang berlebihan atau keterbalakan yang boleh memaksa atau membatasi kesan negatif kepada masalah dan emosi manusia.

PKPM-official

GEJALA KEMURUNGAN

Sedih setiap hari 12 minggu

Rasa bersalah terlampau

Cepat penat

Hilang minat

Pergerakan pemikiran yang lambat

Terdiskriminasi untuk membunuh diri

Gangguan tidur (kurang/lebih)

Sukar fokus & membuat keputusan

Tidak/terlebih selesa

PKPM-official

DOOMSCROLLING

STOP

CARA MENGATASI:

PKPM-official

Cara Mengatasi

- Layari berita atau kandungan yang lebih positif
- Tetapkan had masa untuk skrin atau media sosial
- Tambahkan interaksi fizikal bersama rakan dan keluarga
- Luangkan masa untuk berfikir diri
- Melakukan aktiviti yang anda gemari berbeza atau berlainan
- Berhenti menggunakan telefon bimbit sebagai jam pengingat

Pertubuhan Kesejahteraan Psikospiritual Malaysia

Hari Kesedaran MENCEDERAKAN DIRI SENDIRI

01 MAC 2023

PKPM-official

HARI BIPOLAR

30 MAC SEDUNIA

PKPM-official

Menurut tinjauan Kebangsaan Kesihatan dan Morbiditi (2015), kebiasaan masalah kesihatan mental dalam kalangan orang dewasa adalah pada kadar 29.3% manakala kanak-kanak adalah pada kadar 12.1%.

Persatuan Psikiatri Malaysia percaya jumlah sebenar jauh lebih tinggi kerana kebanyakan kes tidak dilaporkan atau lebih teruk, yang mengakibatkan pesakit tidak mendapat perhatian atau rawatan.

Institute for Public Health (IPHS), 2015

PKPM-official

PROJEK PKPM



Menjalinkan kerjasama dan libat urus bersama organisasi luar untuk bersama memasyarakatkan pendidikan kesejahteraan diri dan keluarga

Webinar Chit Chat Kesihatan Mental 2022

22 - 23 OKTOBER 2022 | 8.30 AM

Zoom

DAFTAR SEKARANG!
<https://www.myladen2022>

22 OKTOBER 2022
 Kesihatan Mental dan Kanak-kanak / Remaja
 - How Are You?
 Kesihatan Mental & Kerjaya
 - Tolak Diskriminasi di Tempat Kerja
 Kesihatan Mental & Agama
 - Lemahkan Imanku?

23 OKTOBER 2022
 Mental Health First Aid
 Perdayaan Mental (Goslinging)

UCAPAN PERASMIAN
 Tan Sri Dato' Seri Dr Noor Hisham Abdullah
 (Ketua Pengarah, Jabatan Kesihatan, Kementerian Kesihatan Malaysia)

UCAPAN ALUAN
 Dr Nurashikin Ibrahim
 (Ketua Pengarah, Kesihatan Mental, Kementerian Kesihatan Malaysia)

PENYUTRAJAH:
 Dr Nurul Syuhaida (Pakar Pakatan)
 Dr Ahmad Rostam (Pakar Pakatan, Kumpulan Usahawan)
 Dr Zul Azlin Razali (Pakar Pakatan USM dan Pakatan Bakti)
 Dr Pau Kee (Pengarah Pusat Kaunseling USM)
 Dr Alizi Alias (Pengarah Psikologi, Universiti Kebangsaan Malaysia)
 Akhi Fairuz (Pencapaian, Penerima M.S. Swasta dan Pakatan Bakti)
 Ima Yusoff (Pencapaian, Pengarah & Penerimaan Kesihatan Mental)
 PU Rahmat (Sekretari Persekitar Umamah)
 Aiman Amri (Moderator)

Sambutan 4hya' Ramadan 1444H/2023M

IHYA RAMADAN : THE ARTS OF HEALING

04 April 2023
 9.00 Pagi - 11.00 pagi

Platform :
 FB LIVE UnMAP | Google Meet

DR ADNAN BIN OMAR
 Timbalan Pengerusi Pertubuhan Kaunseling Psikospiritual Malaysia (PKPM)

DR ANIS AFFAH AGUS SAHM
 Kaunselor Palsiti Pusat Kaunseling UnMAP

Anjuran : PUSAT KAUNSELING DENGAN KERJASAMA PUSAT ISLAM DAN PEMBANGUNAN INSAN

MINDA SIHAT EMOSI TERJAGA

MINDSET

[PROGRAM SOKONGAN PSIKOSOSIAL]

AHAD | 28 MEI 2023
 9.00 PAGI - 4.30 PETANG

DEWAN AMINUDIN BAKI
 WISMA SEJARAH, KUALA LUMPUR

Dr. Alizi Alias
 Pengerusi Psikospiritual IKRAM

Puan Datin Abd Aziz
 Kaunselor Berdaftar

Sadeh Alawiyah
 Ahli Kaunseling dan Intervensi dan Psikologi LPTPN

Dr. Adnan Omar
 Timbalan Pengerusi Pertubuhan Kaunseling Psikospiritual Malaysia

#Noktahkan Stigma

21 Oktober 2023 | 8.00 am - 6.00 pm | Cyberjaya

Barisan Penceramah dan Ahli Panel
Chit Chat Kesihatan Mental
Kempen Cakna Kesihatan Mental 2023

Apa Itu Kesihatan Mental?

Konsep, definisi, punca, jenis dan rawatan

9 Jun 2023 (Jumaat)
 9.30 pagi - 11.00 pagi

Kompleks IKRAM Johor,
 No 9-11, Jln Pendidikan 3,
 Taman Universiti

Terbuka kepada semua

DR. ADNAN BIN OMAR
 Timbalan Pengerusi Pertubuhan Kesejahteraan Psikospiritual Malaysia (PKPM)

IMBAS QR UNTUK DAFTAR
 MAKLUMAT LANJUT:
 013-7975356

FORUM BICARA KELUARGA:

KELUARGA SUMBER KEKUATAN DI USIA TU

4 JANUARI 2022 | 2 PM-4 PM | GOOGLE MEET & FB LIVE

DR. HJ MOHD MUZAFAR SHAH B RAZALI
 TIMBALAN PENERUSI PEMADAM MUALLIM

DR. KAMALIAH BINTI NOORDIN
 Pengerusi Pertubuhan Kesejahteraan Psikospiritual Malaysia (PKPM)

PUAN NORLIZA BINTI MOKH
 Ketua Pengarah Bahagian Warisan, Jabatan Kebudayaan Melayu Malaysia

TERHAD HANYA UNTUK 50 ORANG!
 IMBAS QR CODE UNTUK DAFTAR

LINK HESTARAN:
 • Terbuka kepada semua
 • Yuran percuma
 • E-sijil disediakan

PROJEK PKPM



Menjalinkan kerjasama dan libat urus bersama organisasi luar untuk bersama memasyarakatkan pendidikan kesejahteraan diri dan keluarga

MENUTU-KESAKSAMAAN KESIHATAN MENTAL

30 - 31 OKT 2021
8.30 AM PLATFORM
zoom

DAFTAR SEKARANG
TARIKH TUTUP PENDAFTARAN
28 OKT 2021

CHITCHAT
KESIHATAN MENTAL 2021

CAKNA KESIHATAN MENTAL

NUR AREEFAH CHE AHMAD TANTOWI
PENGASAS BERSAMA
MALAYSIAN MENTAL CARE ASSOCIATION

DR. FAUZIAH HANIM JALAL
KAUNSELOR BERDAFTAR/PENYARAH KANAN
JABATAN PSIKOLOGI & KAUNSELING, UPSI

RABU, 19 OKTOBER 2022
8.30 PAGI

tv1 BERITA 123 my Freeview SALURAN 123

LIVE selamatpagimaysia madiseripagi #rtmmobile

KARNIVAL I-SIHAT
IKRAM PUTRA MAHKOTA 2023

MINI TALK
19 - 20 OGOS 2023 (SABTU & AHAD)
LOTUS'S STORE BANDAR PUTERI, BANGI

SABTU 11.30PG
TAJUK : MINDA SIHAT, KELUARGA BAHAGIA
MOHD HAFIS SHAFIQ BIN MOHAMMAD SOPIAN
KAUSELOR PANEL PERTUBUHAN KESEJAHTERAAN PSIKOSPIRITUAL MALAYSIA (PKPM)

SABTU 3.30PTG
TAJUK : DIABETES & PENJAGAAN
DR ELLIYIN KATIMAN
PAKAR PERUNDUNG DALAMAN DAN ENDOKRINOLOGI, KKM

SIRI 3

Diskusi Psikososial
"KEMURUNGAN DAN FIKIRAN BUNUH DIRI :
BILAKAH AKAN BERAKHIR ?"

25 Ogos 2023
Jumaat
9.30 Pagi

Penceramah:
Dr. Adnan Omar
Pakar Suicidology dan Timbalan Pengerusi
Pertubuhan Kesejahteraan Psikospiritual Malaysia

Moderator:
Tuan Mohd Ameer bin Tuan Ismail
Pegawai Psikologi
Pusat Hal Ehwal Pelajar

We Care
We Guide
We Listen

Live & Follow Kami
PsychCounselling HRO USIM

KEMENTERIAN PENDIDIKAN
PEJABAT PENDIDIKAN DAERAH KULAI

6 DISEMBER 2023
9.00 PAGI - 1.00 PETANG

DR. ADNAN BIN OMAR
TIMBALAN PENERUSI, PERTUBUHAN KESEJAHTERAAN PSIKOSPIRITUAL MALAYSIA

CERAMAH MENANGANI RISIKO KESIHATAN MENTAL : GURU SENIOR VS GURU MUDA

PROJEK PKPM



Berada dalam medan lapangan bersama masyarakat



PROJEK PKPM



Saringan Minda Sihat dalam komuniti setempat



REKOD AKTIVITI SESI 2023 - 2024



RERUAI

34

Edaran risalah,
Konsultansi,
Ujian saringan

PSIKOPENDIDIKAN

80

Kelompok,
Ceramah,
Bengkel

KAUNSELING INTERVENSI

417

Kes individu
bersemuka &
Atas talian

JARINGAN STRATEGIK

21

Kunjungan hormat,
Kerjasama projek,
Jemputan program

PENAJAAN USAHA PKPM



<https://psikospiritual.my/donations/derma/>

Pertubuhan Kesejahteraan Psikospiritual mengajak semua lapisan masyarakat bersama-sama untuk menaja dan menyumbang bagi menyokong usaha untuk meningkatkan kesejahteraan kesihatan mental, psikospiritual dan keluarga mereka yang memerlukan.

PERTUBUHAN KESEJAHTERAAN PSIKOSPIRITUAL



5621 4243 3476

Rujukan : tajaan | sumbangan | derma | 010-288 2290





PKPM

Pertubuhan Kesejahteraan Psikospiritual Malaysia

HUBUNGI KAMI

**Pertubuhan Kesejahteraan
Psikospiritual Malaysia,
Menara Arina Uniti Tingkat 7,
Jalan Raja Muda Abdul Aziz,
50300 Kuala Lumpur,
Wilayah Persekutuan**

**No. Tel. Pengurus:
010-288 2290 (Dr. Zaiton)
No. Tel. Pegawai Tadbir:
017-687 4870 (Abd. Rahman)**



pkpm.official



<https://psikospiritual.my/>



pkpm.official



pkpm.office@gmail.com



pkpm.official



Hotline: 010-288 2290