

“ Saya merafakkan rasa penuh kesyukuran ke hadrat Allah SWT dengan izin dan limpah kurnia-Nya, saya dapat bersama-sama warga pekerja Keluarga Malaysia menyambut Hari Pekerja pada tahun ini.

Saya mengucapkan **Selamat Hari Pekerja** kepada semua warga pekerja di negara ini dengan tema sambutan pada tahun ini “Pekerja Tonggak Keluarga Malaysia Dalam Pemulihan Negara.”

Tema ini mencerminkan aspirasi kesepaduan, kesepakatan dan jalinan kerjasama Keluarga Malaysia untuk sama-sama berganding bahu memulihkan ekonomi negara ketika pasca Covid-19.

”

Sumber : Teks Ucapan YAB Perdana Menteri



YAB DATO' SRI ISMAIL SABRI BIN YAAKOB
Perdana Menteri Malaysia



#ReopeningSafely

Pelbagai inisiatif telah dilaksanakan bagi memastikan Keluarga Malaysia dapat meneruskan kehidupan seperti Program Subsidi Upah (PSU) dan Program Pengekalan Pekerjaan (ERP).

Di bawah PSU, sebanyak RM20.34 bilion telah disalurkan bagi membantu lebih daripada 350,000 majikan di seluruh negara. Inisiatif ini juga berjaya membantu mengekalkan seramai 2.95 juta pekerja dalam sektor pekerjaan.

Keluarga Malaysia yang saya kasihi,

Kerajaan sentiasa membela hak pekerja Keluarga Malaysia termasuk:

- i. Meluluskan pindaan Akta Kerja 1955 yang memanjangkan tempoh cuti bersalin kepada 98 hari dan pemberian cuti paternity selama tujuh hari.
- ii. Menambah baik amalan kerja dan kehidupan supaya lebih seimbang (*Work Life Balance*) dengan mengurangkan waktu bekerja mingguan daripada 48 jam kepada 45 jam.
- iii. Bagi mengalakkan pekerja turut aktif dalam kesatuan sekerja, Akta Kesatuan Sekerja 1959 sedang dipinda dan telah melalui bacaan kali pertama di Dewan Rakyat pada 24 Mac tahun ini.

Kerajaan melalui Pertubuhan Keselamatan Sosial (PERKESO) telah memperuntukkan sebanyak RM267 juta bagi menambah baik operasinya yang melibatkan kadar caruman serta faedah yang ditawarkan.

Had siling gaji bulanan yang diinsuranskan ditingkatkan daripada RM4,000 kepada RM5,000 yang memanfaatkan seramai 9 juta pekerja khususnya pencarum PERKESO di seluruh negara.

Kadar minimum Pencen Penakat yang dibayar kepada Orang Tanggungan yang layak pula dinaikkan daripada RM475 kepada RM550 sebulan yang memberi manfaat kepada 56,000 isi rumah.

Keluarga Malaysia yang saya kasihi,

Pembukaan semula sempadan memberi ruang kepada pengambilan semula tenaga kerja asing dalam sektor-sektor tertentu yang diperlukan oleh majikan terutamanya dalam sektor 3D (*dirty, dangerous and difficult*).

Namun begitu, tindakan ini bukan berhasrat untuk membelakangkan pekerja tempatan.

Satu mekanisme komprehensif akan dirangka untuk mengurangkan kebergantungan terhadap pekerja asing supaya warga tempatan diberi keutamaan terlebih dahulu.

Kementerian Sumber Manusia telah diminta supaya meneliti dan mengkaji aspek ini agar pekerja tempatan mendapat manfaat dengan menambah baik kadar gaji, pakej pekerjaan dan kemajuan kerjaya.

Kerajaan juga telah melancarkan portal UPSkills Malaysia untuk pekerja meningkatkan kemahiran dan menjadikannya pusat rujukan tunggal yang menghimpunkan maklumat 6,143 penyedia latihan meliputi 35 bidang kemahiran.

Keluarga Malaysia yang saya kasihi,

Kerajaan bertegas dalam melindungi hak pekerja tempatan dan asing terutamanya isu berkaitan buruh paksa.

Sehubungan itu, Kerajaan telah meratifikasi Protokol 29 Pertubuhan Buruh Antarabangsa (ILO) sebagai bukti komitmen Kerajaan untuk menghapuskan buruh paksa di negara ini.

Ratifikasi ini satu tindakan proaktif Kerajaan dalam memastikan produk dan barangan Malaysia tidak lagi dikenakan sekatan masuk ke pasaran antarabangsa kerana didakwa menggunakan buruh paksa dalam pengeluaran barangan negara ini.

Keluarga Malaysia yang saya kasihi,

Kerajaan sentiasa menghargai sumbangan pekerja Keluarga Malaysia.

Sempena sambutan Hari Pekerja pada 1 Mei 2022, yang kita raikan sambutannya sebagai pengiktirafan terhadap sumbangan para pekerja dalam menjana kemajuan negara, sukacita saya umumkan bahawa kerajaan bersetuju;

i) Meletakkan sasaran sekurang-kurangnya sejuta ahli Keluarga Malaysia yang bekerja sendiri mendapat perlindungan insurans di bawah PERKESO menerusi Skim Keselamatan Sosial Pekerjaan Sendiri. Di bawah program ini, kerajaan akan menanggung sebanyak 80 peratus daripada jumlah yang perlu dicarum oleh individu terbabit.

ii) Mewajibkan penyediaan Taska Tempat Kerja di setiap sektor awam kerajaan persekutuan, kerajaan negeri dan Badan Berkanun sebelum ia diperluaskan ke sektor swasta. Kerajaan menyediakan geran tahunan RM10 juta pada tahun 2019 dan RM30 juta sejak tahun 2020 bagi inisiatif ini yang akan memberi kelegaan kepada pekerja yang mempunyai anak kecil.

iii) Program Pembiayaan Insurans Kenderaan Keluarga Malaysia, MyEzCover.com mulai 1 Mei. Ia adalah pakej pembiayaan secara ansuran sehingga 10 bulan tanpa sebarang caj faedah, ditawarkan kepada penjawat awam sebelum diperluaskan kepada sektor swasta.



Program ini akan dilaksanakan oleh Kementerian Sumber Manusia dengan kerjasama PERKESO dan Angkatan Koperasi Kebangsaan Malaysia Berhad (ANGKASA).

iv) Gaji minimum RM1,500 yang berkuatkuasa 1 Mei ini merupakan hadiah kepada golongan pekerja atas dedikasi yang tanpa jemu dalam membangunkan ekonomi negara.

Keluarga Malaysia yang dikasihi,

Kerajaan yakin warga pekerja Keluarga Malaysia akan kekal berdaya tahan dan terus menjadi rakan strategik dalam membangunkan ekonomi negara.

Sekali lagi, saya ingin merakamkan setinggi-tinggi penghargaan dan mengucapkan Selamat Hari Pekerja kepada semua pekerja, pemimpin dan ahli kesatuan-kesatuan sekerja yang ada di negara ini.

Saya juga ingin mengucapkan Selamat Hari Raya Aidilfitri kepada seluruh Keluarga Malaysia beragama Islam, khususnya kepada para pekerja yang diraikan.

Sumber : Prime Minister's Office

<https://www.pmo.gov.my/2022/05/teks-ucapan-sempena-hari-pekerja-2022/>

AKTIVITI PENGUATKUASAAN KESELAMATAN PENUMPANG DAN PENGAWASAN DI TERMINAL JETI PENUMPANG MERSING, JOHOR

2-5 Mei 2022 - Bersempena dengan sambutan perayaan Hari Raya Aidilfitri, JLM Wilayah Selatan telah mengadakan aktiviti penguatkuasaan tersebut bertempat di Terminal Jeti Penumpang Mersing Johor.

Seramai dua (2) orang Pembantu Laut telah ditugaskan dalam aktiviti tersebut yang dibawah pemantauan Tuan Haji Shah Habidin Arib bin Jaafar, Ketua Penolong Pengarah Bahagian Operasi Maritim, JLM Wilayah Selatan.

Pasukan JLM turut memantau pergerakan penumpang yang menggunakan Terminal Jeti Penumpang Mersing, Johor selain memastikan jadual pelepasan feri mengikut masa yang telah ditetapkan



PANGKOR INTERNATIONAL MARINE TOURISM CONFERENCE 2022 - JABATAN LAUT MALAYSIA (JLM) BERI PENCERAHAN KEPADA KOMUNITI KAPAL LAYAR

10 Mei 2022 - Pengarah Jabatan Laut Malaysia Wilayah Utara bersama pemain industri kapal layar turut serta dalam pembentangan dalam PIMTC '22 di Marina Island Pangkor Hotel & Resort, Manjung, Perak. Kertas JLM bertajuk *Roles and Responsibilities of Marine Department Malaysia In Particular For Leisure Vessels*.

Tujuan utama PIMTC '22 adalah sebagai promosi kerjasama pemain industri dan Agensi Kerajaan bagi melancarkan pergerakan mod pengangkutan pelancong kapal layar ke lokasi - lokasi maritim terbaik Malaysia. Perasmian PIMTC '22 telah disempurnakan oleh YB Datuk Seri Dr Santhara J.P, Timbalan Menteri Pelancongan, Seni dan Budaya Malaysia.



JLM LAKSANAKAN UJIAN PENGESAHAN KELAYAKAN PELAUT BAGI MENJAMIN EFISIENSI DAN INTEGRITI

13 Mei 2022 - Pasukan Pemeriksa Ujian Lisan Ketua Pejabat Laut Negeri Perak, JLM Wilayah Utara melaksanakan ujian pengesahan kelayakan pelaut untuk menerima perakuan kekompetenan *Mate of Less Than 500GT Domestic Trade Voyage (Open)* - MDO di Pejabat Laut Lumut, Perak.

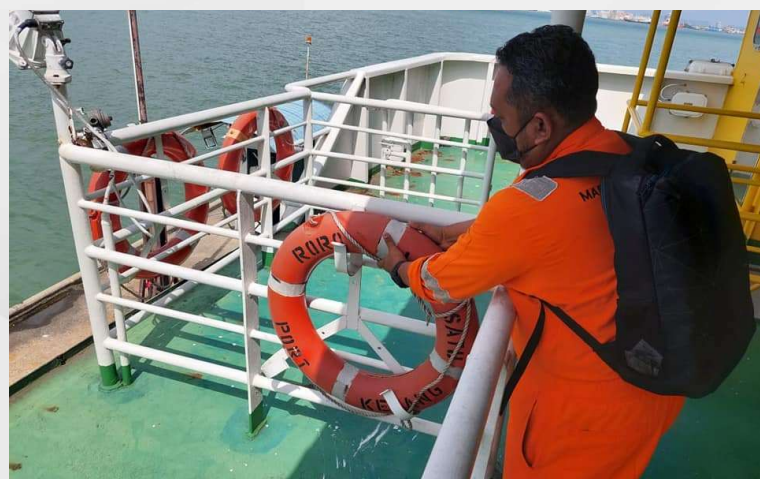
Kaedah ujian lisan secara bersemuka ini merupakan kaedah yang dikekalkan sejak sekian lama sebagai jaminan efisiensi dan integriti pengeluaran mana-mana perakuan kekompetenan daripada JLM.



JLM PERIKSA RORO JAYA SATU PASTIKAN PENGANGKUTAN ORANG & BARANGAN BERJALAN LANCAR SEMASA MUSIM CUTI PERAYAAN

15 Mei 2022 - Ketua Bahagian Operasi Maritim (BOM) ketuai pasukan *Flag State Control* (FSC) JLM Wilayah Utara laksana pemeriksaan FSC ke atas feri kenderaan - RORO JAYA SATU sebagai persediaan menghadapi Cuti Hari Wesak. Feri tersebut beroperasi membawa penunggang motosikal dan kenderaan beroda 3 antara Pangkalan Sultan Abdul Halim (PSAH) di Butterworth dan Pangkalan Raja Tun Uda (PRTU) di Georgetown, Pulau Pinang.

Perkhidmatan ini merupakan perkhidmatan yang sentiasa digunakan oleh pengguna motosikal dan basikal antara Butterworth di Tanah Besar dan Georgetown di Pulau Pinang. Pemeriksaan FSC ini dibuat bagi memastikan perkhidmatan ini berjalan lancar semasa semasa Musim Cuti Perayaan.





MARINE OPEN DAY 2022 & SAMBUTAN JUBLI EMAS JABATAN KEJURUTERAAN PERKAPALAN, POLITEKNIK UNGKU OMAR

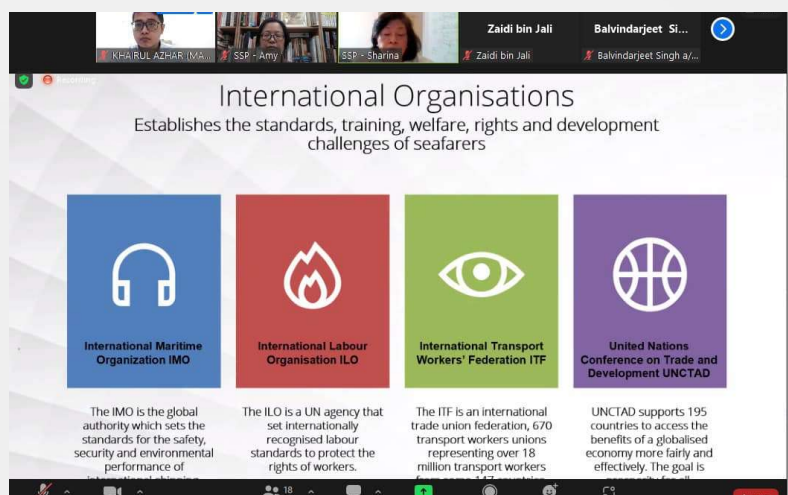
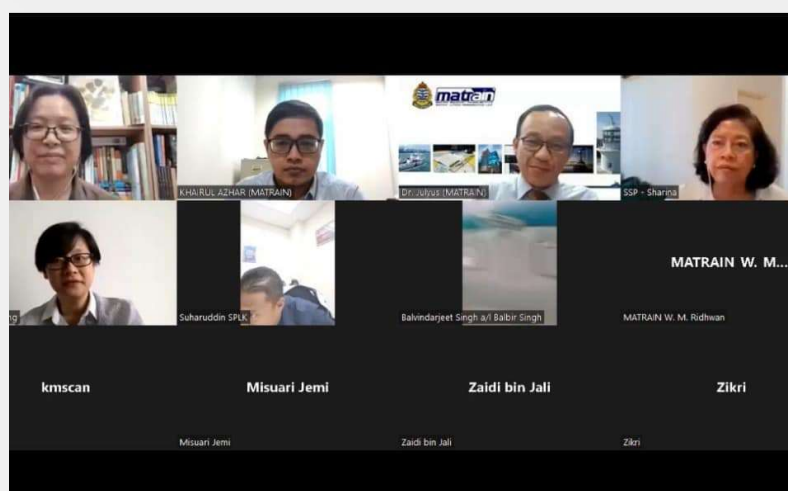
18 Mei 2022 - Pengarah Laut Wilayah Utara melancarkan *Marine Open Day (MOD) 2022* dan Sambutan Jubli Emas Jabatan Kejuruteraan Perkapalan, Politeknik Ungku Omar (PUO), Ipoh, Perak dalam satu Majlis di Dewan Jubli Perak Politeknik tersebut. Turut hadir merasmikan adalah Tn Meor Hezbollah bin Meor Abd Malek, Pegawai Daerah Kinta, Ketua Pejabat Laut Negeri Perak serta pasukan beliau dan pihak industri yang berkolaborasi dengan PUO.

Jabatan Kejuruteraan Perkapalan (JKP) ditubuhkan 50 tahun lalu iaitu pada tahun 1972 hasil daripada *Colombo Plan* yang berhasrat untuk melahirkan Jurutera Marin bertaraf antarabangsa yang berkualiti, berciri kepimpinan tinggi, mempunyai *soft skill* dan *self confidence* yang mantap, berkebolehan tinggi serta berdisiplin.

SEMINAR 'MARITIME GOVERNANCE'

19 Mei 2022 - Seminar '*Maritime Governance*' telah diadakan pada 18 dan 19 Mei 2022. Seminar ini merupakan kesinambungan dari siri pertama Seminar ini diadakan. Tujuan seminar ini diadakan secara maya adalah bagi memudahkan penyertaan peserta dari wilayah Sabah, Sarawak dan secara tidak langsung memudahkan akses ilmu dan seiring dengan perubahan gaya hidup kita selepas wabak pandemik COVID-19.

Seiring dengan pembangunan pesat industri Maritim Malaysia dan Jabatan Laut Malaysia selaku peneraju sistem pengangkutan maritim, MATRAIN bersama konsultan SHARINA SHAUKAT AND PARTNERS SDN. BHD menganjurkan seminar '*MARITIME GOVERNANCE*' kepada kakitangan Jabatan Laut Malaysia dalam membuka minda dan memberi pemahaman kerja agar dapat memberi perkhidmatan yang terbaik kepada warga Malaysia dan juga industri maritim.





JLM RAI PETUGAS TERMINAL FERI PENUMPANG DAN RORO KUALA PERLIS DI MAJLIS RINGKAS JAMUAN HARI RAYA AIDIL FITRI 2022

20 Mei 2022 - Ketua Pejabat Laut Negeri Perlis ambil peluang meraikan dan beramah mesra dengan semua petugas Terminal Feri Penumpang dan RORO Kuala Perlis di majlis ringkas sambutan Hari Raya Aidil Fitri 2022 di Terminal tersebut. Para petugas ini merupakan wira tidak didendang yang bertungkus-lumus bertugas sepanjang 10 hari musim cuti perayaan Hari Raya Aidil Fitri bermula dari 29 April - 8 Mei 2022 dan 4 hari cuti Hari Wesak serta Hari Ulang Tahun Keputeraan Raja Perlis dari 14 - 17 Mei 2022.

JLM merekod pengendalian seramai lebih 52 ribu penumpang dan 8 ribu kenderaan sehala menggunakan mod pengangkutan laut feri penumpang dan feri RORO berkunjung ke Langkawi Bandaraya Pelancongan sepanjang 2 cuti perayaan di atas di Terminal tersebut.

MESYUARAT AGUNG TAHUNAN KELAB SUKAN DAN KEBAJIKAN LAUT, IBU PEJABAT LAUT KALI KE 14

20 Mei 2022 - Kelab Sukan Dan Kebajikan Ibu Pejabat Laut (KSKIPL) Jabatan Laut Malaysia telah mengadakan Mesyuarat Agung Tahunan Kali Ke-14 bagi sesi 2021/2023. Mesyuarat ini telah dirasmikan dengan sempurnanya oleh Dr Julyus Melvin Mobilik selaku Pengarah MATRAIN yang mewakili YBhg Dato' Ketua Pengarah Laut selaku Penaung KSKIPL.

Turut hadir semasa AGM ini ialah En Nordin bin Mohamadin (Pengarah BPPP), Tuan Raja a/I Chinaya (Pengarah BKP), En Mohd Hisham bin Rubani, Yang Dipertua Kelab, exco serta ahli - ahli KSKIPL.

Disamping keperluan dalam undang-undang ROS, AGM ini juga diadakan bagi tujuan membentangkan aktiviti kelab yang lepas, prestasi kewangan serta pelantikan penyelarar-penyelarar sukan JLM yang akan diadakan pada bulan September 2022.





SESI *TOWNHALL* LEMBAGA DIUS API (LDA) DAN SAMBUTAN HARI RAYA BERSAMA YBHG DATO' PENERUSI LDA

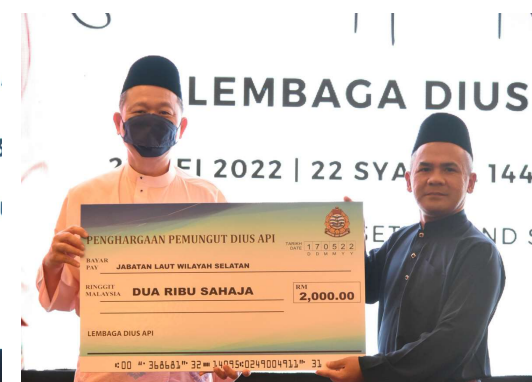
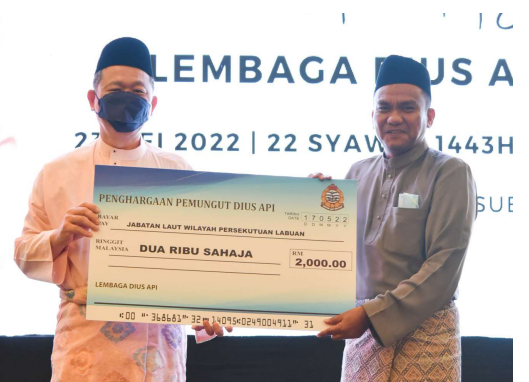
23 Mei 2022 – YBhg. Dato' Haji Baharin Bin Dato' Abdul Hamid, Pengerusi Lembaga Dius Api (LDA), Ahli-Ahli Lembaga Pengarah LDA, Mantan Ahli-Ahli Lembaga Pengarah LDA, Pemungut-Pemungut Hasil Dius Api, Pemain-Pemain Industri dan kakitangan Jabatan Laut Malaysia telah hadir dan memeriahkan lagi Sesi *Townhall* dan Sambutan Hari Raya LDA yang diadakan di Hotel Dorsett Grand Subang, Subang Jaya.

Pada sesi Townhall ini, Pengerusi LDA telah membentangkan pencapaian LDA, isu-isu yang dihadapi oleh LDA serta perancangan masa hadapan LDA. Pengerusi LDA turut menyampaikan penghargaan kepada Mantan Ahli-Ahli Lembaga Pengarah, Lembaga Dius Api dan juga penghargaan kepada Pemungut Hasil Dius Api.

Tahniah dan terima kasih diucapkan kepada semua penerima



Foto Sekitar Majlis Townhall dan Sambutan Hari Raya Aidilfitri Lembaga Dius Api pada 23 Mei 2022





JABATAN LAUT MALAYSIA (JLM) BANTU *TASK FORCE* ISU MAKAM LAMA DI PULAU TIKUS, PULAU PINANG

24 Mei 2022 - Ketua Pejabat Laut Negeri Pulau Pinang ketuai pasukan JLM beri bantuan logistik kepada Task Force Jabatan Hal Ehwal Agama Islam Pulau Pinang tangani isu makam lama Seyad Mohamed Kuddoos Oliyullah di Pulau Tikus, Pulau Pinang. Bantuan logistik ini dibuat bersekali dengan pemeriksaan berkala ke atas tanda arah suar yang terletak di utara Pulau Pinang ini.

Kerjasama strategik antara JLM dan agensi Kerajaan lain merupakan salah satu elemen Pelan Strategik JLM 2019 - 2023, manakala pemberi perkhidmatan sektor keselamatan pelayaran merupakan salah satu dari 3 fungsi utama JLM.



JLM SAHKAN 1 DARI 6 BLOK PROJEK PENGKERUKAN BAGI MENDALAMKAN ALUR PELAYARAN PELABUHAN KUALA KEDAH SIAP

23 Mei 2022 - Pasukan Ketua Pejabat Laut Kuala Kedah dengan bantuan Unit Hidrografi, Bahagian Operasi Maritim (BOM) JLM sahkan 1 dari 6 blok projek pengerukan alur pelayaran Pelabuhan Kuala Kedah siap.

Kerja fizikal di tapak Blok 1 telah dimulakan pada 16 Januari 2022 lalu dengan objektif mendalamkan laluan pelayaran Pelabuhan tersebut sehingga kedalaman 4 meter datum carta (*Chart Datum - CD*). Memberi perkhidmatan sektor pelabuhan seperti kerja mendalamkan alur pelayaran sebagai jaminan keselamatan pelayaran Keluarga Malaysia yang gunakan mod pengangkutan laut merupakan salah satu dari fungsi utama JLM.



JLM KEMBALI AUDIT ELEMEN PENGURUSAN KESELAMATAN SYARIKAT PERKAPALAN SECARA BERSEMUKA

24 Mei 2022 – Ketua Pejabat Laut Langkawi ketua pasukan audit JLM laksana audit verifikasi pengurusan keselamatan mengikut International Safety Management (ISM) Code ke atas E.A. Technique (M) Berhad, syarikat perkapalan Malaysia yang memiliki serta mengoperasikan sehingga 44 kapal seperti kapal tangki minyak dan gas, Floating Storage & Offloading Unit (FSO/FSU), Offshore Supply Vessel (OSV) serta kapal lain.

Bermula 1 Mei 2022, semua aktiviti seperti penjarakan fizikal yang dilarang oleh Majlis Keselamatan Negara (MKN) sebelum ini telah dibenarkan dan semua sektor ekonomi Keluarga Malaysia boleh beroperasi mulai 15 Mei 2022. Kawal selia sektor perkapalan seperti verifikasi syarikat perkapalan ini merupakan salah satu dari 3 fungsi utama JLM.



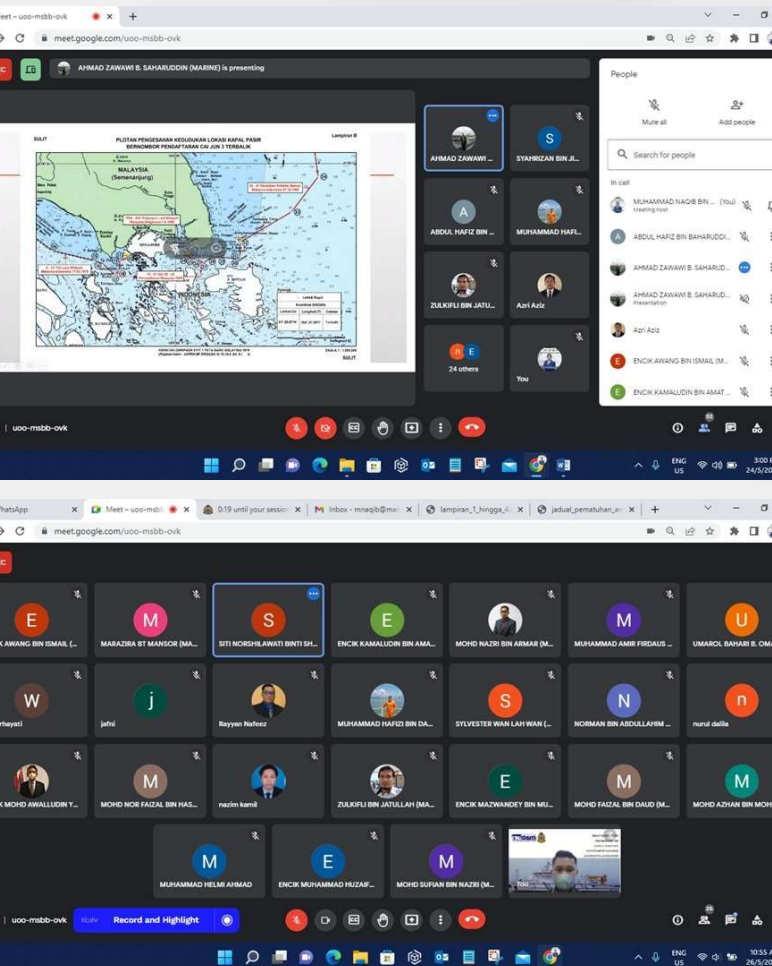
KURSUS MATE LESS THAN 500GT IN DOMESTIC TRADE VOYAGE (OPEN) SESI 01/2022

23 - 29 Mei 2022 – Pejabat Laut Negeri Selangor telah menganjurkan *KURSUS MATE LESS THAN 500GT IN DOMESTIC TRADE VOYAGE (OPEN)* – MDO bagi membolehkan pelaut yang berkaitan menduduki ujian seterusnya memiliki Perakuan Kekompetenan (COC) *Mate Less Than 500GT Domestic Voyage (Open)*.

Kursus siri 01/2022 diadakan di Institut Latihan Pengangkutan Laut (MATRAIN), Pelabuhan Klang Selangor yang disertai seramai 24 orang peserta daripada pelbagai negeri.

Pengarah Jabatan Laut Malaysia Wilayah Tengah, Tn. Hj. Baharudin bin Zakaria telah memberikan kata alu-aluan pada kursus tersebut. Kursus ini adalah dengan kerjasama Kelab Rekreasi & Kebajikan Pejabat Laut Selangor dan Pelita Akademi Sdn. Bhd.





KURSUS PENGURUSAN WREK KAPAL DAN SALVEJ JABATAN LAUT MALAYSIA

26 Mei 2022 - Sukacita memaklumkan bahawa MATRAIN bersama Bahagian Operasi Maritim (BOM) Ibu Pejabat Laut telah menganjurkan Kursus Pengurusan Wrek Kapal dan Salvej dengan jayanya pada 24 - 26 Mei 2022. Selaras dengan hasrat dan inisiatif kerajaan untuk membangunkan kemahiran dan keupayaan penjawat awam di semua peringkat dan peranan, MATRAIN telah menganjurkan kursus ini melalui platform digital.

Peserta yang mewakili wilayah masing-masing menyertai kursus ini secara dalam talian dengan sesi deliberasi dan pembelajaran yang aktif dari semua peringkat. Penceramah jemputan adalah Encik Ahmad Zawawi bin Saharuddin, Timbalan Pengarah JLM Wilayah Persekutuan Labuan, dan Puan W.Norhayati binti W.Ibrahim, Penolong Pengarah Kanan, BOM IPL.

THE INTERNATIONAL SHIP AND PORT FACILITY SECURITY (ISPS) CODE - JLM JALANI LIBAT URUS BERSAMA STAKEHOLDERS

26 Mei 2022 -Pasukan Ketua Bahagian Kawalan Industri Maritim (BKIM) Wilayah Utara bersama pegawai JLM yang dilantik sebagai *Maritime Transport Security Officers* (MTSOs) hadir Bengkel di Pulau Pinang memurnikan DA *Instruction*. Selain DA *Instruction*, Bengkel 2 hari ini juga murnikan pelaksanaan Program Pembelajaran Berterusan (PBB) yang juga merupakan salah satu elemen ISPS Code.

Bengkel hasil kerjasama JLM sebagai DA dan Suruhanjaya Pelabuhan Pulau Pinang (SPPP) sebagai Pihak Berkuasa Pelabuhan ini dihadiri oleh kesemua MTSOs seluruh Negara, mencerminkan komitmen JLM meraih kejayaan bersama kesemua *stakeholders* Kod Antarabangsa ini. Kawalselia sekuriti sektor pelabuhan merupakan salah satu dari 3 fungsi utama JLM.





JLM MINTA PENGUSAHA SUNSET CRUISE BUAT PERSEDIAAN AWAL SAMBUT KEDATANGAN PELANCONG SEMASA MUSIM CUTI PERSEKOLAHAN

27 Mei 2022 - Pasukan Pemeriksa Kapal Ketua Bahagian Kawalan Industri Maritim (BKIM) JLM Wilayah Utara melaksanakan pemeriksaan aspek keselamatan untuk pengeluaran sijil statutori kepada kapal layar GAEA dan CLASSIC AMANDA yang terlibat dengan aktiviti sunset cruise di Had Pelabuhan Langkawi. Pemeriksaan ini dilaksanakan untuk mengesahkan kapal layar terbabit layak beroperasi maksimum selama 1 tahun dari tarikh pengesahan integriti keselamatan.

Mengikut rekod JLM sebelum ini, seramai lebih 65 ribu pelancong dan Keluarga Malaysia memasuki Langkawi Bandaraya Pelancongan dari Kuala Perlis dan Kuala Kedah semasa musim Cuti Hari Raya Aidil Fitri 2022 selama 10 hari dari 29 April - 8 Mei 2022 awal bulan ini.

KERJASAMA BERPASUKAN SERTA BERKONGSI SUMBER MERUPAKAN NILAI TERAS KEJAYAAN JLM

28 Mei 2022 - Pengarah Laut Wilayah Utara menegaskan bahawa kerjasama pasukan dalaman sesama Bahagian dengan Pejabat Laut dan perkongsian sumber pasukan luaran antara JLM dengan jentera Kerajaan serta pemain industri merupakan teras kejayaan dalam melaksana 3 fungsi utama JLM iaitu pembangunan ekonomi maritim, pemberi perkhidmatan dan pengawal selia sektor perkapalan, pelabuhan, pelaut serta keselamatan pelayaran. Semangat '*esprit de corps*' sebegini kukuhkan hubungan silaturrahim dan meningkatkan produktiviti JLM dalam melaksanakan tugas *Essential Services* seperti yang telah dibuktikan dalam tempoh 2 tahun semasa fasa pandemik sejak Mac 2020.

Pengiktirafan ini ditegaskan semasa Majlis Rumah Terbuka Sambutan Hari Raya Aidil Fitri JLM peringkat Wilayah Utara.



LAWATAN YB TIMBALAN MENTERI PENGANGKUTAN MALAYSIA KE PEJABAT LAUT LIMBANG DAN PEJABAT LAUT LAWAS

29 Mei 2022 - YB Dato Henry Sum Agong, Timbalan Menteri Pengangkutan Malaysia dan YBhg. Datuk Isham Ishak, Ketua Setiausaha (KSU) Kementerian Pengangkutan Malaysia (MOT) telah melawat Pejabat Laut Lawas.

Delegasi ini telah disambut oleh Ketua Penolong Pengarah Bahagian Timur Wilayah Sarawak, Encik Syahrizan bin Jili dan Penolong Pengarah Wilayah Labuan, Encik Muhammad Alhafiz bin Azmin serta Puan Norsurya Elyana Abdullah, Ketua Pejabat Bahagian Limbang bersama kakitangan Pejabat Laut Limbang dan Lawas termasuk krew Kapal MV Sabik.

Penerangan ringkas mengenai pengoperasian Pejabat Laut Lawas telah disampaikan oleh Encik Syahrizan bin Jili. YB Timbalan Menteri dan YBhg. Datuk KSU juga berkesempatan untuk menaiki dan melawat Kapal MV Sabik yang digunakan dalam pengoperasian harian Jabatan Laut Malaysia (JLM).

Turut hadir semasa lawatan ini adalah YBhg. Dato' Amir Omar, Setiausaha Persekutuan Negeri Sarawak dan YBhg. Dato' Zailani Haji Hashim, Ketua Pengarah Pengangkutan Jalan Malaysia.



BENGKEL SEMAKAN DRAF PERATURAN KAJIAN DAN PENGGUBALAN PERUNDANGAN ANTARABANGSA

27 - 29 Mei 2022 - Kementerian Pengangkutan (MOT), Jabatan Laut Malaysia (JLM) dan Institut Maritim Malaysia (MIMA) telah menganjurkan Bengkel Semakan Draf Peraturan Kajian dan Penggubalan Perundangan Antarabangsa *"The International Convention For The Prevention Of Pollution From Ships, 1973, As Modified By The Protocol Of 1978 Relating Thereto And By The Protocol Of 1997 (MARPOL), Annex I - VI"*

Bengkel ini telah dihadiri oleh 28 pegawai dari MOT, JLM dan MIMA bertujuan menyemak draf akta dan peraturan-peraturan baharu berkaitan *"The International Convention For The Prevention Of Pollution From Ships, 1973, As Modified By The Protocol Of 1978 Relating Thereto And By The Protocol Of 1997 (MARPOL), Annex I - VI"* supaya perundangan berkenaan boleh dilaksanakan di Malaysia.



MAJLIS APRESIASI ANUGERAH PERKHIDMATAN CEMERLANG & JASAMU DIKENANG JABATAN LAUT MALAYSIA WILAYAH TIMUR

30 Mei 2022 - Majlis Apresiasi Anugerah Perkhidmatan Cemerlang (APC) & Jasamu Dikenang peringkat Jabatan Laut Malaysia (JLM) Wilayah Timur telah diadakan pada 30 Mei 2022 dengan kerjasama Kelab Sukan dan Kebajikan JLM Wilayah Timur.

Seramai sembilan (9) orang penerima APC & 3 orang pesara telah diraikan dalam majlis tersebut yang mana dimeriahkan lagi dengan sambutan Hari Raya Aidilfitri peringkat JLM Wilayah Timur. Antara aktiviti yang turut diselitkan adalah acara memotong pulut kuning, pertandingan reruai tercantik, Anugerah *King & Queen* dan kuiz berkaitan JLM.

JLM Wilayah Timur mengucapkan setinggi-tinggi ucapan tahniah kepada semua penerima APC dan sekalung penghargaan kepada pesara.



PENJAGAAN KESIHATAN MENTAL

Keadaan kesihatan mental yang stabil amat penting dalam menentukan kesejahteraan hidup individu. Ia merupakan asas kepada pemikiran, pembelajaran, komunikasi, daya tahan dan keyakinan diri.

Menurut Pertubuhan Kesihatan Dunia (WHO), kesihatan mental adalah keadaan kesejahteraan individu yang menyedari keupayaan sendiri, dapat mengatasi tekanan normal kehidupan, dapat bekerja dengan produktif dan bermanfaat serta mampu memberikan manfaat kepada komuniti.

Penyakit mental atau kecelaruan mental adalah satu bentuk gangguan pada fungsi otak yang boleh menyebabkan perubahan dalam pemikiran, perasaan dan tingkah laku sekali gus mengakibatkan kesukaran untuk menguruskan tekanan yang sedikit dan rutin kehidupan dengan baik.

Ia berlaku dalam pelbagai bentuk dan tahap daripada kondisi ringan hingga berat yang memerlukan rawatan di hospital.

Tinjauan Kebangsaan Kesihatan dan Morbiditi (NHMS) 2019 mendapati sebanyak 2.3 peratus dewasa mengalami kemurungan, manakala 7.9 peratus kanak-kanak berusia lima hingga 15 tahun mengalami masalah kesihatan mental.



Sumber : Jabatan Penerangan Malaysia
<https://dbook.penerangan.gov.my/>

JENIS PENYAKIT MENTAL

Terdapat lebih 200 jenis penyakit mental termasuk serangan panik, kecelaruan obsesif-kompulsif (OCD), gangguan makanan, kecelaruan emosi dan tingkah laku, kecelaruan stres pascatrauma (PTSD) serta kecelaruan psikotik.

Pada umumnya penyakit mental boleh dibahagikan kepada tiga kumpulan utama iaitu neurosis, psikosis dan kecelaruan personaliti.

Manakala terdapat empat jenis kecelaruan mental yang sering dialami masyarakat iaitu kemurungan, keresahan, kecelaruan rasa hati (bipolar) dan skizofrenia.



KEMURUNGAN

Perasaan sedih yang melampau dan berpanjangan. Sedih adalah perasaan yang sering kita alami. Akan tetapi jika perasaan sedih itu terlalu berat untuk ditanggung dan berpanjangan melebihi tempoh 2 minggu serta mengganggu fungsi kehidupan seharian maka ia bukan sedih lazim tetapi penyakit kemurungan.



KERESAHAN

Perasaan bimbang, resah dan gelisah. Seseorang itu akan berasa tertekan, tegang, berpeluh, berdebar-debar dan berasa takut melampau akan bahaya yang mereka tidak ketahui puncanya.



KECELARUAN RASA HATI (BIPOLAR)

Penyakit ini mengakibatkan mereka mengalami perubahan ketara dari segi emosi. Mereka sering hilang kawalan dan menjadi terlalu gembira (fasa manik) atau terlalu sedih (fasa kemurungan).



SKIZOFRENIA

Halusinasi, delusi, kecelaruan pemikiran, kecelaruan pertuturan dan tingkah laku. Prestasi kerja mereka juga merosot dengan ketara.

PUNCA PENYAKIT MENTAL

Pakar perubatan masih tidak dapat mengetahui dengan tepat punca berlakunya penyakit mental terhadap individu. Bagaimanapun, terdapat beberapa faktor yang dipercayai menyumbang kepada penyakit mental.



Mempunyai pengalaman hidup yang buruk seperti penderaan, kematian, serangan seksual dan terlalu banyak melalui cabaran hidup yang sukar

Berdepan dengan keadaan kesihatan kronik yang berterusan seperti strok, kencing manis, atau kanser



Mengalami gangguan atau ketidakseimbangan bahan kimia dalam otak

Pengambilan alkohol atau dadah secara rekreasi



Kurang pendedahan atau interaksi sosial

Mempunyai perasaan kesepian atau pengasingan



Ahli keluarga mempunyai sejarah masalah kesihatan mental

Keadaan sosio-ekonomi yang kurang baik



TIP MENGEKALKAN KESIHATAN MENTAL

Pelbagai cara yang boleh digunakan untuk memastikan kesihatan mental kekal berada dalam keadaan yang baik. Ikuti tip berikut untuk membantu mencari keseimbangan terbaik dalam kehidupan harian.



KEMPEN MEMBACA 10 MINIT



KEMPEN
10 MINIT MEMBACA

- JABATAN LAUT MALAYSIA -

KEMURUNGAN

Kemurungan adalah gangguan perasaan yang menyebabkan seseorang itu merasa sedih yang berpanjangan, keletihan dan ketiadaan tenaga, cepat marah serta kehilangan minat dalam aktiviti harian. Ia berlarutan sekurang-kurangnya dalam dua (2) minggu. Penyakit ini boleh dihidapi kepada sesiapa sahaja tidak kira umur, jantina atau bangsa. Kemurungan boleh berlangsung lama sehingga berbulan-bulan atau bertahun-tahun.



TANDA-TANDA KEMURUNGAN

- Hilang minat terhadap aktiviti harian.
- Hilang tumpuan terhadap pekerjaan.
- Masalah atau gangguan tidur.
- Perubahan selera makan.
- Penurunan atau peningkatan berat badan.
- Mudah letih.
- Rasa bersalah yang keterlaluan.
- Putus harapan.

Sumber:
https://www.moh.gov.my/moh/resources/Penerbitan/Rujukan/NCD/Kesihatan_Mental

 **jabatanlaut** **JabatanLautMalaysia** **@lautmy**





KEMPEN
10 MINIT MEMBACA

- JABATAN LAUT MALAYSIA -

ISTILAH BAHASA MELAYU

BIDANG KESENIAN

VEST
ROMPI

ROBE
JUBAH SANTAI / GAUN SANTAI

LOUNGE SUIT
SUT URUSAN

EVENING DRESS
PAKAIAN RASMI MALAM



SUMBER:
DEWAN BAHASA DAN PUSTAKA MALAYSIA

DISEDIAKAN OLEH : UNIT KORPORAT IBU PEJABAT LAUT DAN MATRAIN

 **jabatanlaut** **JabatanLautMalaysia** **@lautmy**



BAHAN - BAHAN :

- Cream Cheese
- *Crabstick*
- Daun Bawang
- Bawang Putih
- Minyak Bijan
- Garam
- Kulit wantan



CARA PENYEDIAAN

1. Potong bawang putih, daun bawang dan isi ketam sehingga halus.
2. Kemudian, masukkan ke dalam bekas dan gaul bersama cream cheese.
3. Masukkan sedikit garam.
4. Kemudian, gunakan kulit wantan. Kepalkan inti yang digaul tadi dan masukkan ke dalam kulit wantan. Bentukkan.
5. Seterusnya, goreng kulit wantan tadi dalam minyak panas sehingga warna keemasan.
6. Siap! Hidangkan bersama sos cili.

EDITORIAL BULETIN KHAS JLM



Muhammad Shuhaimi Bin Abd. Rahman
Ketua Editor



YBhg. Dato' Hj. Baharin Bin Dato' Abdul Hamid
Penasihat

EDITOR- EDITOR



**Reeta a/p
Francis**



**Mohamad Najdi Naim
Bin Mohd Tarmizi**



**Sharifah Taherah Bt
Shabbir Ahmad**



**Azham Bin Abd
Razak**



**Siti Norparlila Bt
Sidek**



**Asrul Hafandi
Bin Awang Haji**

Diterbitkan oleh:

UNIT KORPORAT

**Ibu Pejabat Laut, Jabatan Laut Malaysia
Peti Surat 12, Jalan Limbungan,
42007 Pelabuhan Klang,
Selangor Darul Ehsan.**

korporat@marine.gov.my