

# Kemurungan lalu jadi inspirasi Tokoh Singapura bantu masyarakat

Terima anugerah daripada 'The Straits Times' atas sumbangan tubuh pusat pendidikan kesihatan percuma

SETELAH berjaya menempuh cabaran peribadi dan mengatasi kemurungan, Cik Angie Chew bertekad menawarkan sokongan emosi dan mental kepada warga Singapura.

Semalam, sumbangan beliau berbakti kepada warga emas serta mereka yang menghadapi cabaran kesihatan mental, diiktiraf setelah beliau dinobatkan sebagai pemenang anugerah Tokoh Singapura The Straits Times semalam.

Dalam majlis di Istana yang dihadiri Presiden Halimah Yacob selaku tetamu terhormat itu, Cik Chew menerima trofi dan hadiah wang tunai sebanyak \$20,000 lapor *The Straits Times* (ST).

Namun, di sebalik pencapaiannya berbakti kepada masyarakat, kehidupan Cik Chew, 56 tahun, yang penuh liku memberi inspirasi kepada ramai bahawa setiap cabaran boleh diatasi.

Antara cabaran yang pernah beliau lalui ialah menjaga ibunya yang mengalami demensia. Beliau juga pernah dibuli secara emosi oleh teman sekerjanya selama beberapa tahun. Bukan itu sahaja, beliau juga pernah mengalami kemurungan.

Namun, pengalaman itu semua telah mendorong Cik Chew memubuhkan Brahm Centre pada 2012 dengan matlamat menawarkan pendidikan kesihatan secara percuma dan khidmat lain.

Antaranya adalah khidmat sesi berdamping, sesi kaunseling dan pemeriksaan demensia bagi warga emas yang sudah lemah dan rasa keseorangan.

"Sewaktu menjaga ibu saya – pada



DIKTIRAF SEBAGAI TOKOH SINGAPURA: Cik Angie Chew, pengasas Brahm Centre, diiktiraf sebagai Tokoh Singapura The Straits Times 2019 atas sumbangan kepada mereka yang menghadapi cabaran kesihatan mental, serta golongan warga emas. – Foto BH oleh ARIFFIN JAMAR

ketika itu saya tidak tahu apa itu demensia dan cara terbaik untuk menjaganya – saya sedar bahawa terdapat kekurangan sokongan bagi mereka yang menghadapi keadaan serupa," kata Cik Chew.

"Di situlah saya bercadang memulakan Brahm Centre supaya orang ramai dapat mempelajari cara menyokong diri sendiri dan orang tersayang melalui sikap kesedaran diri," tambahnya.

Tahun lalu, Brahm Centre telah memulakan khidmat AssistLine, talian bantuan yang menawarkan sokongan kepada pelajar dan ibu bapa yang menghadapi tekanan, sebagai respons terhadap kadar kemurungan dan bunuh diri yang kian meningkat di kalangan orang muda.

Kini, Brahm Centre mempunyai tiga cawangan dan cawangan keempat akan dibuka lewat tahun ini.

Pusat-pusat itu juga memupuk kemahiran mengenai kesedaran agar orang ramai dapat mengatasi tekanan.

Cik Chew juga mengajar kursus kemahiran kesedaran kepada syarikat lain dan mengadakan modul bagi mahasiswa Universiti Nasional Singapura (NUS). Kesemua yuran yang dibayar bagi kursus itu diderma kepada Brahm Centre.

Anugerah Tokoh Singapura The Straits Times dianjurkan oleh akhbar *The Straits Times* dan UBS Singapore dan setiap tahun, ia mengiktiraf seorang individu atau satu kumpulan yang telah membawa manfaat kepada masyarakat.

Berucap di majlis tersebut, Presiden Halimah berkata kesemua pemenang serta finalis, termasuk 11 finalis yang dicalonkan tahun ini, telah meletakkan Singapura di pentas dunia, memperbaiki kehidupan orang lain dalam masyarakat atau menunjukkan semangat tidak mudah luntur ketika ditimpa cabaran.

Lebih daripada itu, memandangkan keadaan semasa ekoran penularan koronavirus, kata Presiden Halimah, cara anggota masyarakat berdiri bersama, saling membantu dan bertindak sewaktu menghadapi keadaan, bakal mencerminkan sifat masyarakat Singapura.