

Tentatif *Selfcare Plan Workshop* siri 3
Pentadbiran Setiausaha Kerajaan Pahang Tahun 2026

15 September 2026 (Selasa)

Masa	Aturcara
8.00am – 8.30am	Pendaftaran Peserta dan Sarapan
8.30am – 10.30am	Slot 1: Realiti Stres Penjawat Awam Penceramah : Nur 'Atikah binti Paiman
10.30am – 11.00am	Minum pagi
11.00am – 1.00pm	Slot 2: Pemetaan Kehidupan Kerja & Peribadi Penceramah : Noor Bashirah binti Harun
1.00am – 2.30pm	Makan tengahari dan Solat
2.30pm – 4.30pm	Slot 3 : Reka Bentuk <i>Self-Care Plan</i> Individu Penceramah : Nur 'Atikah binti Paiman