TENTATIF KURSUS MINDA SEJAHTERA, PRESTASI BERMAKNA

Tarikh : 19 November 2026 (Khamis)

Tempat : Bilik Gerakan Daerah, Pejabat Daerah dan Tanah Bera

Penceramah : Nor Azimah binti Junus
Pegawai Psikologi Gred S9

MASA	ATURCARA
7.30 pagi – 8.30 pagi	Pendaftaran dan Sarapan Pagi
8.30 pagi – 10.30 pagi	**Slot 1:** **"Semak Diri - Ujian Psikologi"**
10.30 pagi – 1.00 tgh hari	**Slot 2:** **"Kerja Bijak, Stres Terkawal"**
1.00 tgh hari – 2.30 petang	Makan Tengahari
2.30 petang – 4.30 petang	**Slot 3:** **"*Pause, Breathe, Rest*"**
5.00 petang	Minum Petang dan bersurai