

# KURSUS PRA PERSARAAN:

*"Make The Rest Of Your Life, The Best For Your Life"*

Tarikh : 22-23 April 2019 (Isnin - Selasa) | Tempat : Kompleks INSPIN, Alor Setar

**YURAN**

**RM 318.00 seorang**  
(termasuk SST 6%)

## OBJEKTIF KURSUS

1. Anjakan paradigma bakal pesara untuk lebih bersedia ke dunia baru
2. Merancang aktiviti-aktiviti berfaedah bagi menjadikan persaraan itu sesuatu yang berfaedah dan bermakna
3. Merancang pengurusan kewangan yang baik bagi memastikan tiada masalah kewangan diusia bersara
4. Mengurus kesihatan dan permasalahan kehidupan yang lebih bermakna

## ATURCARA

### 22 APRIL 2019 (ISNIN)

- 8.00 Pagi : Pendaftaran Peserta  
**8.30 Pagi** : **Persediaan Untuk Bersara**
- 10.30 Pagi : Minum Pagi  
**11.00 Pagi** : **Pengurusan Kewangan**
- 1.00 T/Hari : Makan Tengah Hari /Rehat  
**2.30 Ptg** : **Pengurusan Masa**
- 4.30 Ptg : Minum Petang / Bersurai

### 23 APRIL 2019 (SELASA)

- 8.00 Pagi : Pendaftaran Peserta  
**8.30 Pagi** : **Pengekalan Kesihatan dan Menangani Stress**
- 10.30 Pagi : Minum Pagi  
11.00 Pagi : **Aktiviti – Aktiviti Di Alam Persaraan**
- 1.00 T/Hari : Makan Tengah Hari /Bersurai  
2.30 Ptg : **Mencari Kedamaian dan Ketenangan Jiwa**
- 4.30 Ptg : Minum Petang / Bersurai

## BORANG PENYERTAAN

BIL	NAMA	JAWATAN/GRED	NO. TEL (H.P)
1.			
2.			
3.			
4.			
5.			

Pengesahan Ketua Jabatan,

No. Telefon (Pej) : \_\_\_\_\_

No. Faks : \_\_\_\_\_

Pegawai Untuk Dihubungi : \_\_\_\_\_

Hubungi : Shuwahyudi : 019-4331839 / 04-7203706

[yudi@inspin.gov.my](mailto:yudi@inspin.gov.my)

Zaiton 019-4752997 / 04-7203720

[zaiton@inspin.gov.my](mailto:zaiton@inspin.gov.my)



Institut Pengurusan dan Integriti Negeri Kedah (INSPIN)  
No. 321, Kompleks INSPIN, Lebuhraya Sultanah Bahiyah,  
05350 Alor Setar, Kedah Darul Aman.  
No. Tel : 04-7203714 No. Faks : 04-7203727  
[www.inspin.gov.my](http://www.inspin.gov.my)

### MAKLUMAN :

1. Sekiranya Peserta Melebihi 5 Orang, Sila Gunakan Borang Tambahan.
2. Permohonan Yang Berjaya Akan Dimaklumkan Melalui Surat Rasmi Daripada INSPIN.
3. INSPIN Berhak Melakukan Sebarang Perubahan Program Jika Perlu.
4. Pembayaran Hendaklah Dibuat Tidak Lebih Daripada 7 Hari Bekerja Sebelum Program Dijalankan. Surat Jaminan Diterima Pakai Sekiranya Pembayaran Tidak Dapat Dibuat Pada Masa Yang Di Tetapkan.