

YAYASAN AMANAH LATIHAN BERKANUN
(Persatuan Badan Berkanun Malaysia)

KURSUS PERSEDIAAN PERSARAAN

OBJEKTIF

- Memberi satu tanda awal yang mengingatkan mereka bahawa mereka telah hampir ke hujung perkhidmatan. Memberi garis panduan kepada peserta membuat perancangan dan persiapan untuk bersara.
- Memberi maklum kepada peserta tentang kepentingan pengurusan kewangan peribadi dan kewangan keluarga yang teratur dan terancang.
- Mendedahkan kepada peserta kepentingan penjagaan makanan yang seimbang, tip-tip dan kaedah penjagaan kesihatan serta senaman yang mudah dan berkesan mengikut tahap usia bagi menjamin kesihatan yang sempurna.
- Mendedahkan kepada peserta tentang risiko penyakit dan cara-cara untuk mencegahnya.
- Menjana minda peserta untuk menggunakan pengalaman dan kemahiran yang dimilikinya untuk memperolehi sumber pendapatan tetap atau sampingan.

KANDUNGAN KURSUS

- Konteks Bersara: Adakah satu penamatan atau satu permulaan yang sempurna.
- Pemakanan: Cara dan kaedah penjagaan pemakanan yang seimbang dan tip-tip penjagaan kesihatan
- Penyakit umum: Mengenali penyakit-penyakit umum yang selalu dihadapi oleh pesara dan cara pencegahannya.
- Riadah: Kaedah riadah yang sesuai dan betul serta mudah dan berkesan mengikut tahap usia.
- Pengurusan kewangan: Teknik-teknik pengurusan kewangan peribadi dan mengenal prioritinya, serta menjana kewangan peribadi dan keluarga secara terancang dan tersusun.
- Sumbangan: Menggunakan kemahiran dan pengalaman yang dimiliki untuk disumbangkan kepada masyarakat setempat.

PESERTA

Terbuka

TARIKH

7 - 8 Disember 2022

TEMPAT

Melaka

KURSUS PERSEDIAAN PERSARAAN

TARIKH : 7 – 8 DISEMBER 2022

TEMPAT : MELAKA

**YURAN UNTUK
SEORANG PESERTA :**

	Tanpa Penginapan	Berpeninapan Dua Sebilik (Twin)	Berpeninapan Perseorangan (Single)
AHLI	RM 950.00	RM1370.00	RM1700.00
B/AHLI	RM1100.00	RM1520.00	RM1850.00

* Tanpa Penginapan : Yuran Kursus termasuk jamuan ringan pagi/petang dan makan tengahari sahaja
* Berpeninapan : Yuran Kursus termasuk sarapan, jamuan ringan pagi/petang, makan tengahari dan makan malam
'check in' pada 6/12/2022 (selepas jam 1.00 ptg.)
'check out' pada 8/12/2022 (12.00 tgh.)

PEMBAYARAN : Cek hendaklah dibuat atas nama `YAYASAN AMANAH LATIHAN BERKANUN'
Potongan 10% ahli dan 5% bukan ahli jika sesebuah organisasi menghantar 5 orang atau lebih peserta untuk satu program/kursus.

PENGANGKUTAN : Perjalanan pergi/balik adalah di atas urusan sendiri

SIJIL : Para peserta akan menerima sijil penyertaan

TARIKH TUTUP : 23 NOVEMBER 2022

CARA MEMOHON : Sila isikan borang dan dikembalikan kepada:-
Ketua Pegawai Eksekutif
Persatuan Badan Berkanun Malaysia
5-3F, Tingkat 3, Jalan Hentian 1C, Pusat Hentian Kajang off Jalan Reko, 43000
Kajang, Selangor Darul Ehsan.
(u.p: Puan Zuridah Samion)
Tel. No : 03-87374531/87399249 Fax No : 03-87399250
Laman web – <http://www.pbbm.org.my> e-mail- pbbbm@yahoo.com

BORANG PENYERTAAN KURSUS PERSEDIAAN PERSARAAN 7 – 8 DISEMBER 2022

1. NAMA :

2. NAMA :

3. NAMA :

ORGANISASI/ALAMAT :

ALAMAT EMAIL :

DILULUSKAN OLEH: JAWATAN:

TANDATANGAN : TARIKH :

TELEFON : FAX :