

**ATUR CARA
SEMINAR KEMANDIRIAN PENJAWAT AWAM - PEMBANGUNAN DIRI
DAN KESEJAHTERAAN EMOSI PASCA KERJAYA**

**5 Februari 2026 (Khamis)
Dewan Seminar Mengkabong,
INTAN Kampus Sabah**

7.30 pagi : Sarapan pagi dan pendaftaran peserta

8.30 pagi : Nyanyian Lagu Negaraku dan Sabah Tanah Airku
Bacaan Ikrar
Bacaan Doa

Ucapan aluan oleh YBrs. Dr. Muharrir bin Kamarudin
Pengarah INTAN Kampus Sabah

9.00 pagi : Sesi 1
Forum bertajuk **“Pengurus Sumber Manusia Prihatin, Pesara
Sejahtera: Kesejahteraan Emosi dan Kelestarian Kewangan
Menjelang Persaraan”**

11.00 pagi : Rehat

11.15 pagi : Sesi 2
Perkongsian Pengalaman dan Testimoni dari Wakil **Persatuan Pesara
Kerajaan Sabah** bertajuk **“Penuaan Dengan Maruah”**

1.00 petang : Makan tengahari dan bersurai