



## SEMINAR "HEALTHY ME FOR SUSTAINABLE NATION"

20 Jun 2019 (Khamis) | INTAN Wilayah Sarawak | 8 pagi – 4:30 petang

### Atur Cara Awal

---

Masa	Aktiviti	Lokasi
8:00 pagi	: Pendaftaran Peserta	Lobi Auditorium
9:00 pagi	: Ketibaan Penceramah	Bilik Tetamu ( <i> Holding Room </i> )
9:10 pagi	: Nyanyian Lagu Negaraku dan Ibu Pertiwiku Bacaan Doa	Auditorium
9.15 pagi	: Penyampaian Ceramah Tema: "Healthy Me for Sustainable Nation" Sesi 1 "Rakyat Sihat, Negara Maju" <u>Panel 1:</u> Dr. Jamilah Hashim Pengarah Jabatan Kesihatan Negeri Sarawak	Auditorium
10:15 pagi	: Sesi 2: "Kesejahteraan, Keselamatan & Kesihatan Rakyat Suatu Amanat" <u>Panel 2:</u> Dr. Cheong Yaw Liang Ketua Seksyen Kesihatan Awam Kementerian Kerajaan Tempatan & Perumahan Sarawak	

<b>Masa</b>	<b>Aktiviti</b>	<b>Lokasi</b>
11:15 pagi	: Sesi 3 "360° Healthy You" <u>Panel 3:</u> Prof. Dr. Kamarudin bin Kana Dekan Fakulti Perubatan dan Sains Kesihatan, Universiti Malaysia Sarawak	Auditorium
12:15 tengah hari	: Forum: "Healthy Me For Sustainable Nation" <u>Pemudah cara:</u> Dr. Elexson Nillian Pensyarah Fakulti Sains dan Teknologi Sumber Universiti Malaysia Sarawak <u>Panel 1:</u> Dr. Jamilah Hashim Pengarah Jabatan Kesihatan Negeri Sarawak <u>Panel 2:</u> Dr. Cheong Yaw Liang Ketua Seksyen Kesihatan Awam Kementerian Kerajaan Tempatan & Perumahan Sarawak <u>Panel 3:</u> Prof. Dr. Kamarudin bin Kana Dekan Fakulti Perubatan dan Sains Kesihatan, Universiti Malaysia Sarawak	Auditorium
12:45 tengah hari	: Makan Tengah Hari & Rehat	Lobi Auditorium
1:30 petang	: Pendaftaran	Lobi Auditorium
2:15 petang	: Sesi 4: <i>Wellness Breakthrough: Self-Initiative</i> Dr. Elexson Nillian Pensyarah Fakulti Sains dan Teknologi Sumber Universiti Malaysia Sarawak	Dewan Seminar 1
4:15 petang	: Minum petang Bersurai	Lobi Auditorium

**17 Jun 2019**  
**INTAN Kampus Sarawak**