



Program Terapi Minda *Awesome Mindfulness*

Siri 1 : 27 Februari 2025 (Khamis)

Siri 2 : 17 April 2025 (Khamis)

Siri 3 : 21 Mei 2025 (Rabu)

8.30 pagi hingga 4.30 petang

Dewan Pusat Keluarga Shah Alam, LPPKN Selangor

**Kupasan
Menarik!**

- Kenali Personaliti Anda
- Meningkatkan Daya Tahan Diri
- Melayari Kehidupan dengan Positif
- *Mindfulness Therapy*

Objektif

Membantu peserta meningkatkan daya tahan diri dengan mengenali personaliti diri dan hubungan dengan keluarga dalam mengharungi cabaran kehidupan serta memantapkan personaliti dalam pencapaian produktiviti seharian



FI & CAJ
AWAM : RM70.00
SWASTA : RM90.00

Pertanyaan lanjut sila hubungi: Puan Suriani Sani, 013 3975464



<http://www.lppkn.gov.my>



LPPKN SELANGOR



03-55110914

#SELANGORAWESOME