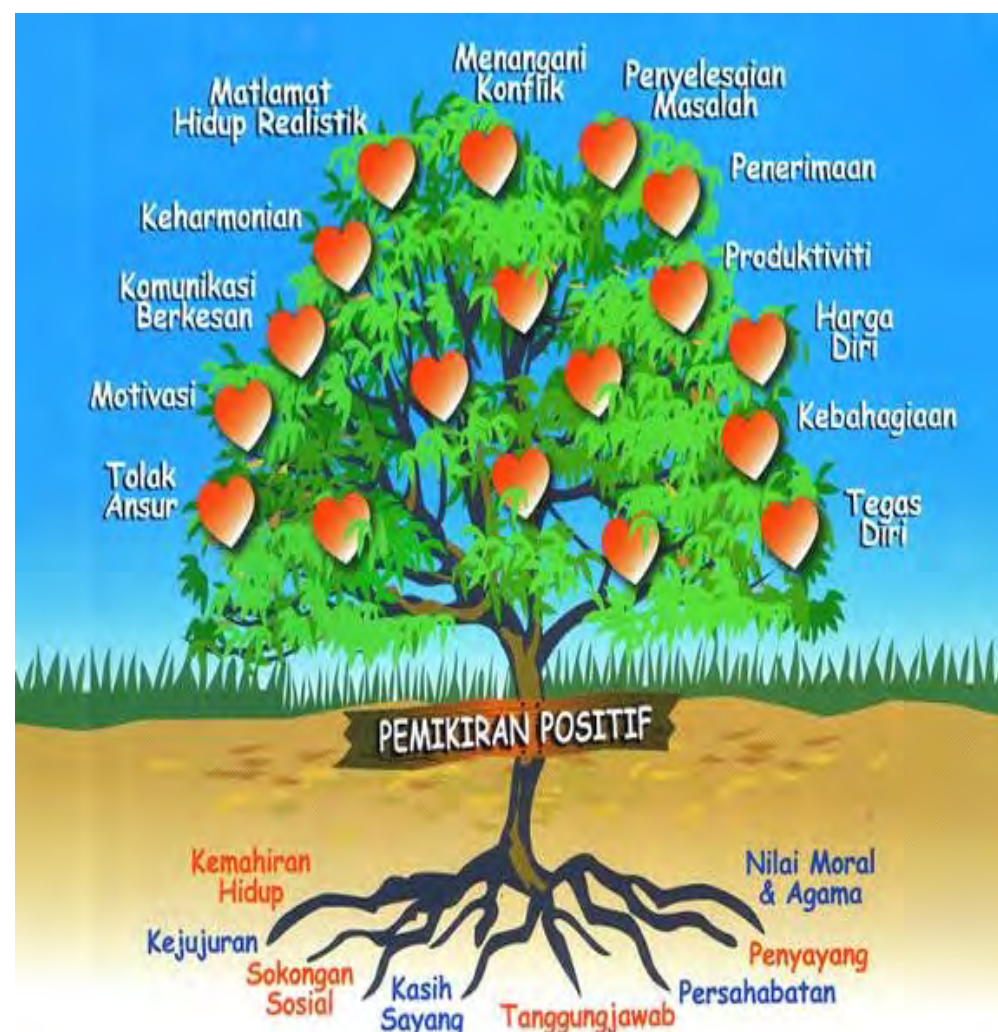


KHABAR DARI AKRAB CAWANGAN / NEGERI

**'KURSUS LATIHAN KERJA BERPASUKAN ,
JKR MELAKA.'** 9-11 Nov 2017, PNB Ilham Resort
Port Dickson.



'SHARING IS CARING' PILIHAN



POKOK KESIHATAN MENTAL

Untuk mencapai Kesihatan Mental yang baik, kita memerlukan elemen-elemen asas. Ini dapat digambarkan melalui Pokok Kesihatan Mental. Tegak berdirinya Pokok Kesihatan Mental dapat digambarkan melalui akar, batang dan buahnya sebagai hasil. Akar pokok yang menggambarkan 8 elemen asas akan membentuk Kesihatan Mental yang baik.

- Kasih Sayang - Kejujuran - Kemahiran Hidup - Tanggungjawab	- Penyayang - Sokongan Sosial - Persahabatan - Nilai Moral & Agama
---	---

Elemen-elemen ini akan lebih kukuh dengan adanya PEMIKIRAN POSITIF sebagai batang pokok yang akan menjamin penghasilan buah-buah Pokok Kesihatan Mental. Buah-buah Pokok Kesihatan Mental ini menggambarkan 12 elemen Kesihatan Mental.

- Harga Diri - Tegas Diri - Matlamat Hidup Realistik - Kebahagiaan - Motivasi - Penyelesaian Masalah	- Keharmonian - Penerimaan - Menangani Konflik - Tolak Ansur - Komunikasi Berkesan - Produktiviti
---	--

Hubungi Kami:

Akrab Jkr
 @AKRAB_JKR

03-2618 8640/8628
 spap@jkr.gov.my

BULETIN

AKRAB

JKR MALAYSIA

Isu 2 2017 / Dis 2017

**JOM
AKRAB**



Terbitan :
Biro Publisiti AKRAB JKR Malaysia
JKR 20700-0294-18

'KURSUS PEMANTAPAN MODAL INSAN SIRI 1/ 2017'

15-17 Ogos 2017 @ ILD UiTM ,Bandar Enstek, N.S



'KURSUS PEMANTAPAN MODAL INSAN SIRI 2/2017'

11-13 September 2017 @ I-KPKT, Pahang



'HARI PSIKOLOGI & INTEGRITI KKR'

9 November 2017@ Dewan Tan Sri Mahfodz Khalid.

