

HIDUP & KERJA SEIMBANG



**KERJA TEPAT PADA
WAKTUNYA**



**ATUR MASA
DENGAN BIJAK**



**AMBIL MASA
REHAT SECUKUPNYA**



JAGA KESIHATAN DIRI



**JIKA TIDAK TERDAYA
DAPATKAN BANTUAN
DARIPADA
RAKAN**



Seorang pekerja perlu hidup dan berkerja secara seimbang bagi mengelakkan implikasi negatif terhadap kesihatan dan keselamatan dirinya, orang lain dan hartabenda. Situasi ini jika tidak diambil perhatian tertentu ianya bakal menjurus kepada masalah 'Human Factor' yang berpotensi tinggi menyumbang kepada berlakunya kemalangan di tempat kerja.



**LUANGKAN MASA BERSAMA
KELUARGA DAN KAWAN**



**ATUR DAN RANCANG
KEWANGAN**



**MAKAN MAKANAN SIHAT
MENGIKUT
MASA TERTENTU**