

# 300 sertai seminar perkuat minda

BH 16/9/06 ms. B11

**S**UBANG JAYA: Seramai 300 peserta mengikuti Seminar Formula Psikologi Minda, Emosi, Fizikal dan Sosial (M.E.P.S) anjuran Sekretariat Ekspedisi Kutub Utara Datin Paduka Sharifah Mazlina Syed Abdul Kadir, di sini semalam.

Seminar sehari itu dianjurkan bagi mengumpul dana untuk ekspedisi yang dijangka akan diadakan mulai 16 April tahun depan.

Seminar itu lanjutan seminar sama pernah diadakan di Pusat Dagangan Dunia Putra (PWTC) tahun lalu.

Wanita Asia pertama menawan Antartika pada 2004, Sharifah Mazlina berkongsi formula psikologi yang diciptanya untuk meningkatkan motivasi diri terutama dalam menghadapi cabaran yang ekstrim.

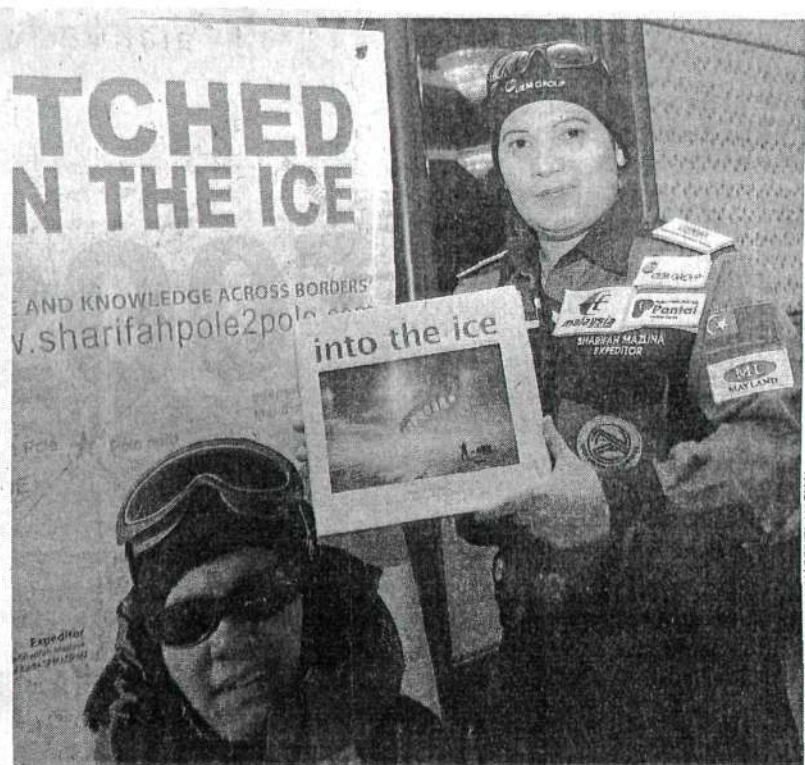
Seminar itu dirasmikan Timbalan

Menteri Pelajaran, Datuk Noh Omar. Hadir sama, Setiausaha Kerja Umno, Brig Jen (B) Datuk Husainay Hashim dan Pengerusi Putera Umno, Datuk Abdul Azeez Abdul Rahim.

Ditemui pada seminar itu, Sharifah Mazlina berkata, beliau menetapkan sasaran menamatkan ekspedisi solo keduanya antara 10 hingga 12 hari, berbanding tempoh tiga minggu yang diberikan.

Katanya, beliau kini giat berlatih kerana ekspedisi kedua lebih getir berikutan pelbagai cabaran yang perlu diatasi seperti gerakan bongkah ais yang boleh melambatkan perjalanan, lapisan ais yang nipis dan risiko serangan beruang kutub.

Beliau berkata, selain itu, fizikal Kutub Utara lebih basah berbanding Kutub Selatan yang kering, dijangka memberi cabaran besar kepada beliau.



**HASIL PENGALAMAN:** Sharifah menunjukkan buku 'Into The Ice' yang ditulis beliau pada seminar M.E.P.S di Sheraton Subang, semalam.