



RANCANGAN PENGAJARAN TAHUNAN

Pendidikan Kesihatan

TAHUN 4 (SK) 2025/2026

NAMA SEKOLAH:

ALAMAT SEKOLAH:

NAMA GURU:

TAHUN:

PENDIDIKAN KESIHATAN REPRODUKTIF DAN SOSIAL (PEERS)			UNIT 11: Jaga Diri Sihat Emosi		
1.0 KESIHATAN DIRI DAN REPRODUKTIF					
MINGGU	STANDARD KANDUNGAN	STANDARD PEMBELAJARAN	STANDARD PRESTASI		CATATAN
			TAHAP PENGUASAAN	TAFSIRAN	
1	MINGGU ORIENTASI				
Kump A: 16.2.2025-20.2.2025, Kump B: 17.2.2025-21.2.2025					
2	1.1 Kemahiran membuat keputusan dalam konteks kesihatan diri dan reproduktif Mengamalkan cara mengurus diri: <ul style="list-style-type: none">Akil baligh	Murid boleh: 1.1.1 Menyatakan maksud akil baligh. 1.1.2 Membincangkan dan memerihal perubahan fizikal lelaki serta perempuan apabila akil baligh. 1.1.3 Menyatakan contoh simptom yang mungkin dialami ketika haid.	1	Menyatakan maksud akil baligh.	Nota: Akil baligh bagi lelaki ialah ihtilam dan haid bagi perempuan. Ihtilam – ejakulasi kali pertama. Kitaran haid berlaku setiap bulan dengan purata 28 hari setiap kitaran. Contoh simptom yang dialami semasa haid ialah senggugut, <i>mood swing</i> , lesu dan mual. Contoh Mitos : Tidak boleh bersenam semasa haid.
Kump A: 23.2.2025-27.2.2025			2	Menerangkan perubahan fizikal apabila akil baligh.	
3			3	Membanding beza perubahan fizikal lelaki dan perempuan apabila akil baligh.	
Kump A: 2.3.2025-6.3.2025			4	Menjelaskan melalui contoh simptom yang mungkin dialami semasa haid.	
4			5	Membuat pertimbangan kepada mitos berkaitan haid dan ihtilam.	
Kump A: 9.3.2025-13.3.2025			6	Menghasilkan amalan terbaik pengurusan diri apabila akil baligh.	

PENDIDIKAN KESIHATAN REPRODUKTIF DAN SOSIAL (PEERS) 1.0 KESIHATAN DIRI DAN REPRODUKTIF			UNIT 11: Jaga Diri Sihat Emosi		
MINGGU	STANDARD KANDUNGAN	STANDARD PEMBELAJARAN	STANDARD PRESTASI		CATATAN
			TAHAP PENGUASAAN	TAFSIRAN	
5 Kump A: 16.3.2025- 20.3.2025 6 Kump A: 23.3.2025- 27.3.2025	1.1 Kemahiran membuat keputusan dalam konteks kesihatan diri dan reproduktif Mengamalkan cara mengurus diri: • Akil baligh	Murid boleh: 1.1.4 Membincangkan dan memerihai mitos berkaitan haid serta ihtilam. 1.1.5 Menilai amalan terbaik pengurusan diri apabila akil baligh.	1	Menyatakan maksud akil baligh.	Nota: Akil baligh bagi lelaki ialah ihtilam dan haid bagi perempuan. Ihtilam – ejakulasi kali pertama. Kitaran haid berlaku setiap bulan dengan purata 28 hari setiap kitaran. Contoh simptom yang dialami semasa haid ialah senggugut, <i>mood swing</i> , lesu dan mual. Contoh Mitos : Tidak boleh bersenam semasa haid.
			2	Menerangkan perubahan fizikal apabila akil baligh.	
			3	Membanding beza perubahan fizikal lelaki dan perempuan apabila akil baligh.	
			4	Menjelaskan melalui contoh simptom yang mungkin dialami semasa haid.	
			5	Membuat pertimbangan kepada mitos berkaitan haid dan ihtilam.	
			6	Menghasilkan amalan terbaik pengurusan diri apabila akil baligh.	
7	CUTI PERAYAAN HARI RAYA AIDILFITRI Kump A: 30.3.2025-3.4.2025, Kump B: 31.3.2025-4.4.2025				

PENDIDIKAN KESIHATAN REPRODUKTIF DAN SOSIAL (PEERS)			UNIT 11: Jaga Diri Sihat Emosi		
1.0 KESIHATAN DIRI DAN REPRODUKTIF					
MINGGU	STANDARD KANDUNGAN	STANDARD PEMBELAJARAN	STANDARD PRESTASI		CATATAN
			TAHAP PENGUASAAN	TAFSIRAN	
<p>8</p> <p>Kump A: 6.4.2025- 10.4.2025</p> <p>9</p> <p>Kump A: 13.4.2025- 17.4.2025</p>	<p>1.2 Kemahiran menangani pengaruh dalaman serta luaran yang mempengaruhi kesihatan diri dan reproduktif</p> <p>Menghargai dan menghormati:</p> <ul style="list-style-type: none"> Perubahan fizikal diri sendiri dan orang lain 	<p>Murid boleh:</p> <p>1.2.1 Membincangkan cara menghargai dan menghormati perubahan fizikal diri sendiri.</p> <p>1.2.2 Membincangkan cara menghargai dan menghormati perubahan fizikal orang lain.</p>	1	Menyenaraikan cara menghargai dan menghormati perubahan fizikal diri sendiri.	<p>Cadangan Aktiviti:</p> <ul style="list-style-type: none"> Gallery walk Simulasi Jejak maklumat
			2	Menjelaskan dengan contoh cara menghargai dan menghormati perubahan fizikal orang lain.	
			3	Menunjuk cara menghargai dan menghormati perubahan fizikal diri sendiri serta orang lain.	
			4	Menjelaskan dengan contoh kepentingan menghargai dan menghormati perubahan fizikal diri sendiri serta orang lain.	
			5	Mengesyorkan tindakan yang perlu diambil apabila seseorang tidak menghormati perubahan fizikal orang lain.	
			6	Berkomunikasi secara berkesan cara menghormati perubahan fizikal diri sendiri dan orang lain.	

PENDIDIKAN KESIHATAN REPRODUKTIF DAN SOSIAL (PEERS) 2.0 PENYALAHGUNAAN BAHAN			UNIT 11: Jaga Diri Sihat Emosi		
MINGGU	STANDARD KANDUNGAN	STANDARD PEMBELAJARAN	STANDARD PRESTASI		CATATAN
			TAHAP PENGUASAAN	TAFSIRAN	
10 Kump A: 20.4.2025- 24.4.2025 11 Kump A: 27.4.2025- 1.5.2025 12 Kump A: 4.5.2025- 8.5.2025	2.1 Kemahiran menangani situasi berisiko terhadap penyalahgunaan bahan kepada diri, keluarga serta masyarakat Berkata TIDAK kepada: <ul style="list-style-type: none"> Alkohol 	Murid boleh: 2.1.1 Mengetahui maksud alkohol. 2.1.2 Menganalisis kesan pengambilan alkohol. 2.1.3 Mengaplikasikan cara mengelakkan diri daripada pengambilan alkohol dalam makanan dan minuman.	1	Menyatakan maksud alkohol.	Nota: Alkohol ialah cecair yang mudah terbakar dan memabukkan. (Kamus Dewan Edisi Keempat) Cadangan Aktiviti: <ul style="list-style-type: none"> Simulasi berkata TIDAK kepada alkohol. Kajian lapangan
			2	Menyatakan contoh makanan dan minuman yang mengandungi alkohol.	
			3	Menunjuk cara berkata TIDAK kepada alkohol.	
			4	Menganalisis kesan bahaya alkohol terhadap kesihatan diri.	
			5	Mengesyorkan aktiviti yang sihat bagi mengelakkan diri daripada alkohol.	
			6	Mencipta karya tentang bahaya alkohol.	

PENDIDIKAN KESIHATAN REPRODUKTIF DAN SOSIAL (PEERS) 3.0 PENGURUSAN MENTAL DAN EMOSI			UNIT 11: Jaga Diri Sihat Emosi		
MINGGU	STANDARD KANDUNGAN	STANDARD PEMBELAJARAN	STANDARD PRESTASI		CATATAN
			TAHAP PENGUASAAN	TAFSIRAN	
13 Kump A: 11.5.2025- 15.5.2025	3.1 Kemahiran mengurus mental dan emosi dalam kehidupan harian Mengurus mental dan emosi: • Konflik dan stres	Murid boleh: 3.1.1 Menyatakan maksud konflik dan stres. 3.1.2 Mengenal pasti punca konflik dan stres dalam diri sendiri. 3.1.3 Menilai kesan konflik dan stres terhadap diri sendiri. 3.1.4 Menjana idea dan mengamalkan cara mengurus konflik dan stres.	1	Menyatakan maksud konflik dan stres.	Nota: Konflik bermaksud perselisihan atau pertentangan antara individu, idea, kepentingan dan lain- lain.
14 Kump A: 18.5.2025- 22.5.2025			2	Menjelaskan tanda konflik dan stres.	
15 Kump A 25.5.2025- 28.5.2025			3	Membincangkan punca konflik dan stres.	Stres ialah keadaan resah, cemas, tegang dan sebagainya akibat tekanan mental atau fizikal. (Kamus Dewan Edisi Keempat)
			4	Menganalisis kesan konflik dan stres terhadap diri sendiri.	
			5	Mengesyorkan cara mengurus konflik dan stres.	
			6	Menyebarkan luas maklumat cara mengurus konflik dan stres.	
Cadangan Aktiviti: ▪ Membina peta pemikiran. ▪ Poster					
CUTI PENGGAL 1 SESI 2025/2026 KUMPULAN A: 29.05.2025 - 09.06.2025, KUMPULAN B: 29.05.2025 - 09.06.2025					

PENDIDIKAN KESIHATAN REPRODUKTIF DAN SOSIAL (PEERS) 4.0 KEKELUARGAAN			UNIT 11: Jaga Diri Sihat Emosi		
MINGGU	STANDARD KANDUNGAN	STANDARD PEMBELAJARAN	STANDARD PRESTASI		CATATAN
			TAHAP PENGUASAAN	TAFSIRAN	
16 Kump A: 10.6.2025- 12.6.2025	4.1 Peranan diri sendiri dan ahli keluarga serta kepentingan institusi kekeluargaan dalam aspek kesihatan keluarga Menangani gejala sosial • Tanggungjawab ahli keluarga • Peranan ahli keluarga	Murid boleh: 4.1.1 Menjelaskan contoh gejala sosial. 4.1.2 Membincangkan peranan dan tanggungjawab ahli keluarga dalam menangani gejala sosial. 4.1.3 Menilai kepentingan sokongan ahli keluarga dalam menangani gejala sosial.	1	Menyatakan contoh gejala sosial.	Nota: Keluarga adalah anggota rumah tangga yang saling berhubungan melalui pertalian darah, perkahwinan atau anak angkat. (WHO, 1969) Cadangan Aktiviti: • Bercerita • Simulasi
17 Kump A: 15.6.2025- 19.6.2025			2	Menceritakan peranan dan tanggungjawab ahli keluarga.	
18 Kump A: 22.6.2025- 26.6.2025			3	Menjelaskan dengan contoh peranan dan tanggungjawab ahli keluarga dalam menangani gejala sosial.	
19 Kump A: 29.6.2025- 3.7.2025			4	Menganalisis kepentingan sokongan ahli keluarga dalam menangani gejala sosial.	
			5	Mencadangkan bentuk sokongan ahli keluarga dalam menangani gejala sosial.	
			6	Berkomunikasi secara berkesan dengan ahli keluarga untuk menangani gejala sosial.	

PENDIDIKAN KESIHATAN REPRODUKTIF DAN SOSIAL (PEERS) 5.0 PERHUBUNGAN			UNIT 11: Jaga Diri Sihat Emosi		
MINGGU	STANDARD KANDUNGAN	STANDARD PEMBELAJARAN	STANDARD PRESTASI		CATATAN
			TAHAP PENGUASAAN	TAFSIRAN	
<p>20</p> <p>Kump A: 6.7.2025- 10.7.2025</p> <p>21</p> <p>Kump A: 13.7.2025- 17.7.2025</p> <p>22</p> <p>Kump A: 20.7.2025- 24.7.2025</p>	<p>5.1 Kemahiran interpersonal dan komunikasi berkesan dalam kehidupan harian</p> <p>Menjalin perhubungan sihat dengan orang lain:</p> <ul style="list-style-type: none"> Kasih sayang 	<p>Murid boleh:</p> <p>5.1.1 Menyatakan kepentingan menyayangi diri sendiri dan orang lain.</p> <p>5.1.2 Menunjuk cara meluahkan perasaan kasih sayang kepada orang lain.</p> <p>5.1.3 Mengesyorkan cara meluahkan perasaan yang sesuai dalam kehidupan harian.</p>	1	Menyatakan kepentingan menyayangi diri sendiri, ahli keluarga dan orang lain.	<p>Cadangan Aktiviti:</p> <ul style="list-style-type: none"> Main peranan Simulasi Merancang aktiviti yang sihat bersama-sama dengan orang lain.
			2	Menceritakan cara meluahkan perasaan kasih sayang kepada orang lain.	
			3	Menunjuk cara meluahkan perasaan kasih sayang dalam keluarga.	
			4	Menjelaskan melalui contoh cara meluahkan perasaan yang sesuai dalam kehidupan harian.	
			5	Meramalkan kesan meluahkan perasaan kasih sayang dalam kehidupan harian.	
			6	Menghasilkan karya untuk meluahkan perasaan kasih sayang terhadap diri sendiri dan ahli dalam keluarga.	

PENDIDIKAN KESIHATAN REPRODUKTIF DAN SOSIAL (PEERS) 6.0 PENYAKIT			UNIT 11: Jaga Diri Sihat Emosi		
MINGGU	STANDARD KANDUNGAN	STANDARD PEMBELAJARAN	STANDARD PRESTASI		CATATAN
			TAHAP PENGUASAAN	TAFSIRAN	
23 Kump A: 27.7.2025- 31.7.2025	6.1 Kemahiran mencegah dan mengurangkan faktor risiko penyakit dalam kehidupan harian	Murid boleh: 6.1.1 Menyatakan contoh penyakit tidak berjangkit.	1	Menyatakan punca penyakit tidak berjangkit seperti penyakit jantung, asma, penyakit buah pinggang dan diabetes.	Nota: Penyakit tidak berjangkit adalah seperti penyakit jantung, asma, penyakit buah pinggang dan diabetes. Cadangan Aktiviti: ▪ <i>World cafe</i>
24 Kump A: 3.8.2025- 7.8.2025	Penyakit tidak berjangkit: <ul style="list-style-type: none"> • Penyakit jantung • Asma • Penyakit buah pinggang • Diabetes 	6.1.2 Menghubunkait punca dan kesan penyakit tidak berjangkit.	2	Menerangkan punca penyakit tidak berjangkit.	
25 Kump A: 10.8.2025- 14.8.2025		6.1.3 Berkomunikasi mengenai cara pencegahan penyakit tidak berjangkit.	3	Membezakan kesan setiap penyakit tidak berjangkit.	
			4	Menjelaskan melalui contoh cara mengurangkan risiko penyakit tidak berjangkit.	
			5	Mengesyorkan gaya hidup yang boleh diamalkan untuk mencegah risiko penyakit tidak berjangkit.	
			6	Merancang aktiviti harian yang boleh dilakukan untuk mengelakkan penyakit tidak berjangkit.	

PENDIDIKAN KESIHATAN REPRODUKTIF DAN SOSIAL (PEERS)			UNIT 11: Jaga Diri Sihat Emosi		
7.0 KESELAMATAN					
MINGGU	STANDARD KANDUNGAN	STANDARD PEMBELAJARAN	STANDARD PRESTASI		CATATAN
			TAHAP PENGUASAAN	TAFSIRAN	
26 Kump A: 17.8.2025- 21.8.2025	7.1 Kemahiran kecekapan psikososial untuk menjaga keselamatan diri Bertindak secara bijak untuk mengelak: • Pengantunan kanak-kanak	Murid boleh: 7.1.1 Menyatakan maksud pengantunan kanak-kanak. 7.1.2 Memberi contoh situasi pengantunan kanak-kanak. 7.1.3 Mengaplikasikan cara mengelak daripada pengantunan kanak-kanak.	1	Menyatakan maksud pengantunan kanak-kanak.	Nota: Pengantunan kanak-kanak (child grooming) adalah apabila seseorang menjalin hubungan emosi dengan kanak-kanak untuk mendapatkan kepercayaan mereka bagi tujuan penderaan seksual, eksploitasi seks atau pemerdagangan manusia.
27 Kump A: 24.8.2025- 28.8.2025			2	Membincangkan situasi pengantunan kanak-kanak.	
28 Kump A: 1.9.2025- 4.9.2025			3	Menjelaskan dengan contoh cara mengelak daripada situasi pengantunan kanak-kanak.	
29 Kump A: 7.9.2025- 11.9.2025			4	Mencirikan perlakuan individu yang menjurus kepada pengantunan kanak-kanak.	
			5	Meramalkan kesan pengantunan kanak-kanak kepada keselamatan diri.	
			6	Berkomunikasi secara berkesan untuk menjaga keselamatan diri.	
CUTI PENGGAL 2 SESI 2025/2026					
KUMPULAN A: 12.09.2025 - 20.09.2025, KUMPULAN B: 13.09.2025 - 21.09.2025					

PEMAKANAN 8.0 PEMAKANAN			Unit 12 Amalan Pemakanan Sihat		
MINGGU	STANDARD KANDUNGAN	STANDARD PEMBELAJARAN	STANDARD PRESTASI		CATATAN
			TAHAP PENGUASAAN	TAFSIRAN	
30 Kump A: 21.9.2025- 25.9.2025 31 Kump A: 28.9.2025- 2.10.2025 32 Kump A: 5.10.2025- 9.10.2025 33 Kump A: 12.10.2025- 16.10.2025	8.1 Amalan pemakanan sihat dan selamat Kepentingan pengambilan makanan berdasarkan: <ul style="list-style-type: none"> Piramid Makanan Malaysia Pemilihan makanan sihat 	Murid boleh: 8.1.1 Mengenal pasti jenis makanan mengikut aras Piramid Makanan Malaysia. 8.1.2 Membincangkan fungsi setiap aras Piramid Makanan Malaysia. 8.1.3 Menjelaskan dengan contoh kepentingan memilih dan mengambil pelbagai jenis makanan sihat berdasarkan Piramid Makanan Malaysia.	1	Melakar dan melabel Piramid Makanan Malaysia.	Cadangan Aktiviti: Kerja lapangan di kedai runcit, koperasi sekolah, pasar raya, kantin sekolah atau di rumah untuk menilai makanan sihat dan selamat berdasarkan label makanan.
			2	Menerangkan kumpulan makanan mengikut aras Piramid Makanan Malaysia.	
			3	Membezakan makanan sihat dan tidak sihat.	
			4	Menjelaskan melalui contoh kepentingan memilih dan mengambil makanan sihat berdasarkan Piramid Makanan Malaysia.	
			5	Menghubung kait kepentingan maklumat pada label makanan dengan pemakanan sihat dan selamat.	
			6	Menyebarkan luas kepentingan pengambilan makanan sihat dan selamat berdasarkan Piramid Makanan Malaysia serta label makanan.	

PERTOLONGAN CEMAS 9.0 PERTOLONGAN CEMAS			Unit 13 Waspada Sentiasa		
MINGGU	STANDARD KANDUNGAN	STANDARD PEMBELAJARAN	STANDARD PRESTASI		CATATAN
			TAHAP PENGUASAAN	TAFSIRAN	
34 Kump A: 22.10.2025- 23.10.2025	9.1 Pengetahuan asas pertolongan cemas dan kemahiran bertindak dengan bijak mengikut situasi	Murid boleh: 9.1.1 Menyatakan punca kecederaan lebam dan terseliuh.	1	Menyatakan perbezaan kecederaan lebam dan terseliuh.	Cadangan Aktiviti: ▪ Simulasi ▪ <i>Gallery walk</i>
35 Kump A: 26.10.2025- 30.10.2025	Bertindak dengan bijak apabila berlaku kemalangan kecederaan ringan:	9.1.2 Membincangkan cara memberi bantu mula untuk kecederaan lebam dan terseliuh.	2	Mengenal pasti situasi yang boleh menyebabkan kecederaan lebam dan terseliuh.	
36 Kump A: 2.11.2025- 6.11.2025	• Lebam • Terseliuh	9.1.3 Mengaplikasikan kemahiran bantu mula untuk kecederaan lebam dan terseliuh.	3	Menunjuk cara memberi bantu mula untuk kecederaan lebam dan terseliuh.	
37 Kump A: 9.11.2025- 13.11.2025			4	Meramal kesan sekiranya kecederaan lebam dan terseliuh tidak diberi rawatan bantu mula yang betul.	
			5	Mengesyorkan tindakan yang perlu diambil jika berlaku kecemasan dan kecederaan ringan.	
			6	Mereka cipta alatan alternatif untuk bantu mula kecederaan terseliuh sewaktu kecemasan.	

38-39	Ujian Akhir Sesi Akademik (UASA) Kump A: 16.11.2025-20.11.2025, Kump B: 17.11.2025-21.11.2025 Kump A: 23.11.2025-27.11.2025, Kump B: 24.11.2025-28.11.2025
40-42	PENGURUSAN AKHIR TAHUN Kump A: 30.11.2025-4.12.2025 Kump B: 1.12.2025-5.12.2025 Kump A: 7.12.2025-11.12.2025 Kump B: 8.12.2025-12.12.2025 Kump A: 14.12.2025-18.12.2025 Kump B: 15.12.2025-19.12.2025
CUTI AKHIR PERSEKOLAHAN SESI 2025/2026 KUMPULAN A: 19.12.2025 - 10.01.2026, KUMPULAN B: 20.12.2025 - 11.01.2026	

#DOWNLOAD FREE RPT: <https://rphsekolahrendah.com/rpt-sekolah-rendah-free-download/>

#MEMERLUKAN RPH LENGKAP UNTUK SETAHUN?

#RPH2025/2026 coming soon on JAN 2025.

Sila order melalui website (Autosent by EMAIL): <https://rphsekolahrendah.com>

@ PM: 011-5668 0954 (WhatsApp link: <https://wa.me/601156680954>)

TELEGRAM (FREE RPT & DSKP): <https://telegram.me/RPTDSKPSekolahRendah>

TELEGRAM (CONTOH RPH ROZAYUS): <https://t.me/RPHbyRozayusAcademy>

FB Group (FREE RPT): <https://www.facebook.com/groups/freerpt/>

FB Page (Contoh RPH): <https://www.facebook.com/RozaYusAcademy/>

Instagram: <https://www.instagram.com/rozayus.academy/>

Tiktok: <https://www.tiktok.com/@rphrozayus>

Shopee Link: <https://shopee.com.my/rph.rozayus>

***UP: Diizinkan mana-mana website untuk share tanpa membuang maklumat yang disampaikan oleh Rozayus Academy**

BAHAN-BAHAN PERCUMA YANG AKAN DIPEROLEHI BERSAMA RPH 2025/2026:-

1. DSKP & RPT 2025/2026 (Lengkap dengan tarikh Kumpulan A dan B)
2. Muka Depan Borang Transit Dan Panduan Tahap Pencapaian (TP)
3. Borang Transit – 3 Version (2 Excel (Autosum & Manual) & Senarai semak)
4. RPH Pendidikan Sivik* (BM, BI, Sejarah, P,Moral, P.Islam)
5. RPH PKJR* (RPH bergabung RPH BM)
6. Buku Teks Pdf (Google Drive)
7. Poster Cuti – Cuti Am, Cuti Penggal.
8. Divider Mingguan – 3 Version (Google Drive)
9. Teacher Planner – 2 Version (Google Drive)
10. Fail Rekod Penghantaran RPH (Google Drive)

Cikgu nak buat t-shirt untuk family day mengikut tema pilihan? Nak buat t-shirt rumah sukan mengikut ciri-ciri rumah sukan masing-masing? Nak buat t-shirt untuk pasukan bola sepak, bola jaring, kelab permainan atau persatuan? Kami boleh design pelbagai jenis t-shirt mengikut citarasa cikgu... Jom book awal supaya tahun depan tak kalut... PM dulu, nanti boleh bincang harga terbaik.

<https://www.wasap.my/60193715144/RozAzDesignLab>

Perlukan Designer utk design rumah anda yg menarik & modern ? Nak renovated rumah ? Nak design rumah ? Nak buat hiasan dalaman rumah yg murah ? Keliru dan pening nak pilih kontraktor dan pereka hiasan dalaman yg tepat. Jgn risau...kami boleh tolong selesaikan..

Let us Design your Desired Home !

| Design | Floor Plan | 3D Visualizer | Construction

Want to see our example project?

<https://www.facebook.com/NADesignStud?mibextid=LQQJ4d>

Boleh whatsapp kami utk tolong anda merealisasikan suasana rumah impian anda.

<https://www.wasap.my/60193715144/RozAzDesignLab>

Nak free ebook dan cuci-cuci mata contoh ID boleh join telegram channel kami:

<https://t.me/RozAzDesignLab>