



Gapura Ilmu Merentas Dunia

myLibrary

PERPUSTAKAAN SULTAN ABDUL SAMAD

BILANGAN 19



PROGRAM READ@UNI:

INISIATIF MEMPERKASA BUDAYA MEMBACA DI PERINGKAT UPM

Assalamualaikum dan Salam Sejahtera,

Pada tahun ini, pihak Perpustakaan Sultan Abdul Samad (PSAS), Universiti Putra Malaysia (UPM) telah diberi tanggungjawab oleh pihak Pengurusan Universiti untuk mengerakkan aktiviti Read@Uni dalam kalangan warga universiti. Tanggungjawab ini seiring dengan seruan Kementerian Pendidikan Malaysia untuk menjalankan Kempen Dekad Membaca 2030 di seluruh negara dengan mengadakan pelbagai aktiviti percambahan budaya membaca dan membuahkan hasil penulisan dalam kalangan warga UPM. Objektif penganjuran program ini adalah untuk mempergiatkan aktiviti galakan membaca dalam kalangan mahasiswa, pensyarah dan warga institusi serta mewujudkan negara membaca pada tahun 2030. Program ini merupakan kesinambungan kepada kempen Dekad Membaca Kebangsaan (DMK) yang diperkenalkan dalam melahirkan masyarakat berbudaya membaca dan berilmu bertaraf dunia.

PSAS juga telah bergerak selangkah lagi dengan menentang kepakaran yang dimiliki oleh pustakawan di Perpustakaan Sultan Abdul Samad (PSAS) dalam bidang pembangunan Sistem Bersepadu Perpustakaan KOHA, Institutional

Repository EPrints dan Portal Perpustakaan Digital. Kepakaran yang dimiliki oleh pustakawan PSAS ini semakin menarik perhatian dan minat pelbagai pihak bagi mendapatkan khidmat nasihat dan perundingan untuk membangunkan sistem perpustakaan di organisasi mereka. Sehingga akhir bulan April 2019, pihak PSAS telah menerima sebanyak 16 permohonan lawatan daripada pelbagai organisasi untuk meninjau khidmat nasihat ini. Seramai 451 orang pelawat telah menyertai sesi lawatan ini yang terdiri daripada sekolah, universiti dan agensi kerajaan seperti Sekolah Dato' Abdul Razak, Universiti Teknologi MARA Kampus Rembau, Taylor's Universiti, Perpustakaan Akademi Audit Negara dan Institut Penyelidikan Indonesia, Gurut.

Selain daripada itu, kekuatan koleksi perpustakaan sedia ada juga turut menjadi tarikan pihak luar daripada UPM untuk mengadakan lawatan ke PSAS. Seramai 172 orang pelajar SMK Johor Jaya, Johor Bahru dan 69 orang pelajar Kolej Vokasional Sepang telah mengadakan lawatan ke PSAS untuk membuat rujukan bahan ilmiah di bawah bimbingan pegawai PSAS.

Manakala, dari sudut kemudahan dan perkhidmatan pengguna pula, pihak perpustakaan telah bekerjasama dengan pihak Bursar UPM untuk menyediakan sebuah kafe di Anjung Siswazah bagi membolehkan pelajar berkolaborasi dalam keadaan santai sambil menikmati kopi dan hidangan lain yang disediakan. PSAS juga turut menyediakan platform bagi pelbagai pangkalan data terbuka yang boleh diakses melalui Laman Web PSAS. Manakala, pintu masuk perpustakaan juga telah dinaiktaraf dengan barrier gate yang diintergrasikan dengan menggunakan Sistem PutraVID untuk memudahkan pengguna memasuki perpustakaan disamping ianya juga bertujuan mengawal keselamatan bahan perpustakaan.

Syabas, warga perpustakaan!

Salam hormat.

NORFAEZAH KHOMSAN
 Editor
 norfaezah@upm.edu.my

Prof. Datin Paduka Dato' Dr. Aini Ideris, Naib Canselor UPM bersama tetamu jemputan melancarkan gimik perasmian semasa Majlis Perasmian Program Read@Uni



MAJLIS PELANCARAN READ@UNI: INISIATIF MEMPERKASA BUDAYA MEMBACA DI PERINGKAT UPM

Majlis Pelancaran Read@Uni merupakan inisiatif bagi mewujudkan negara membaca pada tahun 2030 yang dilaksanakan di semua Institusi Pendidikan Tinggi Awam dan Swasta melalui usaha perpustakaan universiti dan institusi berkenaan. Dengan slogan 'With Knowledge We Lead' dan bertemakan #MalaysiaMembaca, kempen ini diharap dapat menyemarakkan lagi amalan pembacaan dalam kalangan warga Universiti seperti mahasiswa, pensyarah dan staf pentadbiran.

Di Universiti Putra Malaysia (UPM), Majlis Pelancaran Read@Uni telah disempurnakan oleh Prof. Datin Paduka Dato' Dr. Aini Ideris, Naib Canselor UPM di Auditorium Jurutera Radin Umar, Fakulti Kejuruteraan, UPM pada 12 April 2019 yang lalu dengan kehadiran lebih 500 orang tetamu jemputan termasuk pelajar dan pegawai UPM. Majlis ini turut diserikan dengan kehadiran Dato' Nafisah Ahmad, Ketua Pengarah Perpustakaan Negara Malaysia dan Ketua-ketua Pustakawan universiti awam lain bagi memberikan sokongan kepada UPM.

Dalam ucapan perasmian beliau, Prof. Datin Paduka Dato' Dr. Aini Ideris memaklumkan pelbagai usaha telah dan sedang dipergiat oleh pihak Pengurusan Universiti dengan kerjasama semua Pusat Tanggungjawab di UPM bagi memupuk tabiat membaca dalam kalangan warga kampus, khususnya mahasiswa agar wacana nasional ini dapat dilestarikan.

Pengerusi Jawatankuasa Program Read@Uni, Encik Muzaffar Shah Kassim, Ketua Pustakawan UPM dalam ucapan aluan beliau turut menjelaskan bahawa "Program Read@Uni" adalah merupakan rentetan Kempen Membaca yang bermula sejak tahun 1972, menerusi Projek Dewan Bahasa dan Pustaka yang dinamakan "Gerakan Membaca". Kini, projek berkenaan disemarakkan kembali melalui "Kempen Membaca Kebangsaan" yang bermula dari tahun 2018 sehingga 2020 untuk mewujudkan negara membaca menjelang tahun 2030.

Di Majlis Pelancaran ini juga, lima orang ikon Read@Uni UPM bagi tahun 2019 - 2020 telah diumumkan. Mereka ini telah dipilih dalam kalangan pelajar dan staf yang telah memberi sumbangan dalam bidang penulisan. Selain itu, Anugerah Peminjam Buku Tertinggi turut disampaikan kepada pelajar pra siswazah, pelajar pasca siswazah, staf dan ahli luar. Manakala, pemenang bagi "Pertandingan Infografik" dan "Springer Nature Online Quiz" turut diumumkan pada majlis tersebut.

Oleh: Hanis Johari



Ucapan Perasmian oleh Prof. Datin Paduka Dato' Dr. Aini Ideris



Ucapan Aluan oleh Encik Muzaffar Shah Kassim, Ketua Pustakawan UPM merangkap Pengerusi Jawatankuasa Program

Sidang Pengarang

Penaung
Muzaffar Shah Kassim

Penasihat
Azidah Zainal Abidin

Ketua Editor
Azwana Ab. Rahman

Editor
**Mohd Dasuki Sahak
 Norfaezah Khomsan**

Penulis
 Pegawai
Perpustakaan Sultan Abdul Samad

Jurufoto
**Abu@Abu Sufian Babok
 Mohd Izzarudin Idris**

Pereka Grafik
Suzaini Mohamad Kasim

Pengedaran
**Nur Farhana Abdullah
 Norlela Mohd Yusof**



MyLibrary merupakan **Berita Perpustakaan Sultan Abdul Samad (PSAS)**, Universiti Putra Malaysia (UPM). Penerbitan ini bertujuan menyampaikan informasi berkaitan perkhidmatan, kemudahan dan aktiviti di PSAS. Hantarkan komen anda bagi meningkatkan mutu penerbitan MyLibrary melalui saluran komunikasi berikut:

Ketua Editor MyLibrary
 Bahagian Korporat dan Latihan Staf
 Perpustakaan Sultan Abdul Samad
 Universiti Putra Malaysia
 43400 UPM Serdang, Selangor.

Tel.: 03-97698607 / 7948
 Faks: 03-89483745
 E-mel: mylibrary@upm.edu.my

Isi Kandungan

• Majlis Pelancaran Read@Uni: Inisiatif Memperkasa Budaya Membaca di Peringkat UPM	3
• Pertandingan Sudut bacaan Read@Uni UPM 2019	4
• UPM-CUP Authorship Workshop	5
• UPM- IEEE Authorship Workshop	5
• Aktiviti Perpustakaan dengan pihak Luar UPM: Publon, PKBS, JTPA	6
• Sistem Barrier Gate di Perpustakaan Sultan Abdul Samad	7
• Open Access Theses and Dissertation	7
• Kuasa Menyembuh	8
• Benarkah Intermittent Fasting Boleh Menurunkan Berat Badan?	10
• Cafe: Richiamor Coffee	11
• Kem Syoknya@Library	12
• Kembara Lasak Sisfec	13
• Album Pelawat dan Kalendar Lawatan Perpustakaan Sultan Abdul Samad	14
• Book Review	15

PERTANDINGAN SUDUT BACAAN READ@UNI UPM 2019

Pertandingan Sudut Bacaan merupakan salah satu inisiatif Program Read@Uni di Universiti Putra Malaysia untuk menggalakan setiap PTJ di UPM mempunyai sekurang-kurangnya satu sudut bacaan bagi merangsang minat membaca dalam kalangan warga PTJ dan memudahkan warga dalam dan luar PTJ memperoleh bahan maklumat mengenai PTJ tersebut.

Pertandingan ini bermula sejak Majlis Pelancaran Read@Uni UPM pada 12 April 2019 yang lalu dan penilaian Sudut Bacaan di setiap PTJ akan diadakan pada Bulan Ogos 2019. Manakala hadiah akan disampaikan semasa Sambutan Hari Kualiti dan Inovasi Perkhidmatan (HKIP) Peringkat UPM pada 22 November 2019

Syarat-Syarat Penyertaan Pertandingan Sudut Bacaan Read@Uni UPM (buat dalam bentuk grafik)

1. Terbuka kepada semua Pusat Tanggungjawab (PTJ) di Universiti Putra Malaysia.
2. Sudut bacaan yang Dibangunkan hendaklah mempunyai ciri-ciri yang dapat merangsang minat membaca.
3. Sudut bacaan hendaklah dibangunkan di mana-mana sudut atau ruang pejabat/kolej.
4. Sudut bacaan yang dibangunkan hendaklah menggunakan perabot, peralatan dan bahan-bahan yang bersesuaian.

5. Pihak penganjur tidak akan menanggung sebarang perbelanjaan untuk membangunkan sudut bacaan.
6. Peserta/PTJ dilarang mempamerkan bahan-bahan bacaan terlarang seperti bahan-bahan yang berunsur seks, keganasan dan menyentuh sensitiviti atau maruah mana-mana individu, kumpulan, agama atau organisasi/institusi.
7. Peserta/PTJ bebas menggunakan perabot, peralatan dan bahan-bahan baharu atau terpakai.
8. Untuk tujuan pertandingan ini, PTJ yang telah mempunyai Pusat Sumber di PTJ masing-masing perlu membangunkan sudut bacaan ini di ruang yang berasingan atau di luar Pusat Sumber berkenaan.
9. Pusat Sumber di PTJ tidak dikategorikan sebagai sudut bacaan dalam pertandingan ini.
10. PTJ yang tidak layak menyertai pertandingan: Perpustakaan Sultan Abdul Samad dan Perpustakaan Cawangan termasuk Perpustakaan UPM Kampus Bintulu, Sarawak.

Sebarang pertanyaan, sila hubungi Cik Nazibah Kamaruddin di talian 03-97698445 atau Puan Emelda Mohd Hamid di talian 03-97697944.

Oleh: Salmah Abdullah & Fatimah Zahrah @ Aishah Amran

KRITERIA PERTANDINGAN ADALAH SEPERTI BERIKUT:



Sudut Bacaan Contoh READ@UNI UPM 2019 yang terletak di Perpustakaan Sultan Abdul Samad

UPM-CUP Authorship Workshop

UPM, Jan 7 - Perpustakaan Sultan Abdul Samad (PSAS) in collaboration with Cambridge University Press (CUP) has successfully organised workshop on "How to Successfully Publish With CUP" at Termasa Room, PSAS. The objectives of the workshop were to guide researchers to internationalize their research output; familiarize researchers with the guidelines and procedures for writing and submitting their papers/manuscripts; and update researchers on the latest publishing trends within the global scholarly community.

More than 80 participants from UPM members comprised of students, researchers and lecturers attended this workshop. Mr Joe Ng, Social Sciences Acquisitions Editor of Cambridge University Press was invited as the speaker. The topics covered include The Publication Ethics for Researchers; The Peer Review Process and Journal Editorial Decisions; Tips on Using Cambridge Core for Research; Tips on Identifying Predatory Open Access journals and a few others.

By: Khairil Ridzuan Khairullah



Mr Joe Ng, Social Sciences Acquisitions Editor of Cambridge University Press were invited as workshop speaker.

UPM- IEEE Authorship Workshop

UPM, Jan 15 - Perpustakaan Sultan Abdul Samad, (PSAS) in collaboration with United Technology (M) Sdn. Bhd and IEEE, once again has successfully organized a publishing workshop on "How to Successfully Publish in IEEE". The workshop was held at the Termasa Room, PSAS and attended by 71 participants including students, researchers and staff of UPM.

The 90 minutes workshop was conducted by Mr. Alex Liu, IEEE Client Services Manager Southeast Asia. During the workshop, he shared on Ways to Increase the Visibility of Research and Build Author Credibility by Publishing a Paper in a Leading IEEE Journal or Conference; Learn How to Navigate the IEEE Paper Submission and Peer Review Process; Review the Required Elements and the Proper Structure of a Manuscript Plus the Reasons Behind Why Papers May be Rejected.

By: Khairil Ridzuan Khairullah



The workshop was conducted by Mr. Alex Liu, IEEE Client Services Manager Southeast Asia

Aktiviti Perpustakaan dengan pihak Luar UPM: Publon, PKBS, JTPA

BENGKEL PENYELIDIKAN

Pada tahun 2019, PSAS meneruskan kesinambungan dalam menganjurkan kursus penyelidikan bagi menyokong penyelidikan di UPM. Pada awal tahun ini, pihak Perpustakaan telah mengeluarkan "Takwim Bengkel Penyelidikan Perpustakaan" bagi tempoh enam bulan pertama untuk memudahkan peserta membuat perancangan awal. Hasilnya, sebanyak empat buah bengkel telah berjaya diadakan seperti

dalam jadual di atas dan seramai 58 orang peserta telah menyertainya.

Justeru itu, pensyarah UPM yang ingin mengadakan program kerjasama dengan pihak Perpustakaan boleh menghubungi Puan Azwana Ab. Rahman di talian 03-97698607 atau melalui e-mel di aar@upm.edu.my.

Manakala maklumat lanjut mengenai kursus ini boleh diperolehi dari "Portal of Library Courses" di url <http://courseslib.upm.edu.my/courseslib/> ataupun hubungi Encik Mohd Dasuki Sahak, Pustakawan di Bahagian Korporat dan Latihan Staf di talian 03-97697948 atau melalui e-mel di dasuki@upm.edu.my.

Oleh: Mohd Dasuki Sahak



Workshop on Qualitative Research and Qualitative Data Analysis Using Nvivo pada 9hb-10hb Mac 2019

Workshop on Basic SPSS pada 18hb-19hb Mac 2019

Workshop on Qualitative Data Analysis: Thematic Analysis Using ATLAS.ti 8 pada 16 Mei 2019

Program Kerjasama Perpustakaan dengan Pusat Sitasi Malaysia, Kementerian Pendidikan Tinggi dan Clarivate Analytics: "Peer-Reviewers Workshop Though Publon Engagement"

Mac 28, UPM - Pihak Perpustakaan sentiasa mengalu-alukan kerjasama dengan pihak luar yang mampu memberi manfaat kepada warga UPM seperti "Peer-Reviewers Workshop Though Publon Engagement". Program ini merupakan salah satu program kerjasama pihak Perpustakaan dengan Pusat Sitasi Malaysia (PSM), Kementerian

Pendidikan Tinggi dan Clarivate Analytics bagi membantu para editor membina hubungan baik dengan pihak reviewer dan mengenal pasti reviewer yang sesuai untuk setiap manuskrip.

Selain itu, Publon membantu penulis berpotensi dalam menghasilkan penulisan yang berimpak

tinggi melalui peer reviewer academy training. Seramai 80 orang peserta dalam dan luar UPM telah menyertai program ini, terdiri daripada editor jurnal, penerbit, penyelidik dan individu yang bertanggungjawab dalam menguruskan jurnal.

Oleh: Mohd Dasuki Sahak



Para peserta sedang mendengar seminar yang diberikan

Gambar berkumpul peserta seminar di hadapan bangunan Perpustakaan

BENGKEL PEMBANGUNAN BORANG ATAS TALIAN

Perpustakaan Sultan Abdul Samad dengan kerjasama Jawatankuasa Tetap Perpustakaan Akademik, Persatuan Pustakawan Malaysia telah mengadakan "Bengkel Pembangunan Borang Atas Talian" di Bilik Malawati, PSAS pada 20hb Mac 2019 yang lalu. Bengkel ini telah dihadiri oleh seramai 20 orang peserta dari dalam dan luar PSAS. Tujuan bengkel adalah untuk

meningkatkan kefahaman dan kemahiran peserta mengenai fungsi borang atas talian yang boleh didapati secara percuma dari Internet seperti Google Form dan JotForm.

Oleh: Mohd Dasuki Sahak



Penggunaan PutraVID di pintu masuk Perpustakaan oleh warga UPM

SMART KAMPUS: PutraVID DI PERPUSTAKAAN SULTAN ABDUL SAMAD

Universiti Putra Malaysia (UPM) telah mengambil pendekatan untuk menggunakan kad identiti secara maya untuk pelajar dan pekerja bagi menggantikan penggunaan kad secara fizikal bermula pada sesi kemasukan pelajar 2018/2019. Kad maya yang dijenamakan sebagai **PutraVirtual ID (PutraVID)**, merupakan aplikasi berasaskan persekitaran telefon pintar dan laman web serta dilengkapi dengan sistem kawalan pengenalan identiti menggunakan teknologi kod Quick Response (QR).

Kad pelajar secara maya PutraVID mempunyai banyak nilai tambah dari aspek penggunaan dan dilengkapi dengan sistem kawalan yang lebih cekap berbanding penggunaan kad secara fizikal. Aplikasi ini berfungsi secara dalam talian, di mana semua pengesahan kesahihan identiti pelajar (Kod QR PutraVID setiap pelajar/pekerja) akan diperiksa serta merta dan diberikan kebenaran capaian atau perkhidmatan melalui rujukan maklumat profil pelajar dalam pangkalan data sistem UPM-ID.

Bagi menyokong inisiatif ini, Perpustakaan Sultan Abdul Samad (PSAS) telah memasang 2 unit Barrier Gate baharu di laluan masuk/keluar Perpustakaan Utama dan juga di laluan masuk Anjung Siswazah yang mampu mengimbas kod QR pelajar dan pekerja UPM sebagai pengesahan identiti sebelum dibenarkan untuk memasuki Perpustakaan. Bagi tujuan tersebut, semua pelajar dan pekerja UPM perlu mengaktifkan PutraVID masing-masing dengan memuat turun aplikasi tersebut melalui Google Play dan Apps Store atau dengan melayari portal <http://mobile.upm.edu.my>

Oleh: Khairul Anwar Zulkifli dan Muizzudin Kaspol



Staf Perpustakaan memberi bimbingan cara penggunaan PutraVID kepada pengguna Perpustakaan

Open Access Theses and Dissertations



Open Access Theses and Dissertation (OATD) is an index of over 3.5 million electronic theses and dissertations (ETDs). It aims to be the best possible resource for finding open access graduate theses and dissertations published around the world. OATD currently indexes 4,812,189 theses and dissertations.

Most documents are made available for open access that allow users to download and read them for personal use. Without specific permission from the copyright to owner, this documents are not allowed to be redistributing ETDs from another web site or using them for commercial purposes.

With few exceptions, the documents indexed on OATD are the property of their authors and are legally protected by copyright. Individual ETDs and host repositories may have specific statements of the author's rights and your permissions to use the document. In the event that the local

repository or the ETD itself states different permissions than the record indexed by OATD, the local statement takes priority.

- Users may also want to consult these sites to search for other theses:
- Proquest Theses and Dissertations (PQDT), a database of dissertations and theses, whether they were published electronically or in print, and mostly available for purchase.
 - NDLD, the Networked Digital Library of Theses and Dissertations. NDLD provides information and a search engine for electronic theses and dissertations (ETDs), whether they are open access or not.
 - Google Scholar

Source : <https://oatd.org/>

By: Norfaezah Khomsan



KUASA MENYEMBUH

Oleh: Fazlin Shamsudin

Firman Allah swt. :
"Dan Kami turunkan iaitu Al-Quran suatu yang menjadi penawar dan rahmat bagi orang beriman ..." (al-Israa':82).

Menurut Prof. Dr. Muhmmad Tauffik Mohd Noor, Pakar Perunding Perubatan Keluarga, Klinik Pakar Kesihatan Universiti Sains Islam Malaysia (USIM) dalam kajiannya mendapati alunan ayat atau bacaan ayat al-Quran adalah antara terapi terbaik bagi menghasilkan ketenangan sekaligus membantu mengawal emosi dan menghasilkan tindak balas positif. Selain al-Quran, terdapat beberapa bahan bacaan lain iaitu buku, kata-kata motivasi, sajak/puisi malah lirik lagu yang juga merupakan terapi bagi jiwa dan hati.

Apa itu Biblioterapi ?

Dikenali sebagai terapi bisu, biblioterapi adalah salah satu teknik terapi yang memiliki sejarah yang terpanjang dalam sejarah dunia terapi. Samuel McChord Crothers (1916), telah menulis artikel pertama dengan tajuk A Literary Clinic berkenaan Bibliopathic Institute yang dikendalikan oleh Dr. Bangster, di mana buku digunakan sebagai medium terapi ekspresif yang melibatkan bahan-bahan tertentu sebagai satu kaedah merawat jiwa dan hati. Semasa Perang Dunia Pertama, buku antara salah satu terapi yang digunakan untuk merawat pesakit pada waktu itu. Dengan membaca, pesakit berasa lebih tenang dan stabil malah dapat mengatasi rasa sakit pada waktu itu. Biblioterapi juga bermaksud "berkongsi buku atau cerita dengan tujuan untuk membantu individu atau kelompok untuk melihat ke dalam masalah emosi dan jiwa", (Chon, 1995). Lebih terperinci lagi "berkongsi buku atau cerita dapat membantu dalam menyembuh dan menstabilkan emosi dan jiwa", (Forgan, 2002).

Adakah biblioterapi ini adalah rawatan yang berkesan?

Berdasarkan kepada maklumbalas daripada pengamal perubatan, biblioterapi digunakan secara meluas dalam dunia perubatan kesihatan mental khususnya yang berkaitan dengan masalah remaja dan kanak-kanak. Sebagai contoh, kajian mendapati biblioterapi ini dapat membantu ketika berdepan dengan masalah perceraian, kehilangan ahli keluarga atau peralihan suasana. Biblioterapi juga membantu anak angkat untuk menyesuaikan diri dalam keluarga atau suasana baharu (Nelson, 1993). Selain itu, biblioterapi juga dapat membantu ketika berdepan dengan isu berkaitan masalah kesihatan mental ibu bapa (Kuivila, 1991), serta membantu kanak-kanak dalam mengekspresi emosi ketika berdepan dengan keluarga yang mempunyai masalah ketagihan alkohol (Storm, 1990). Secara amnya, biblioterapi adalah terapi bagi meluahkan kebenaran dan empati diri, serta memulihkan kemahiran sosial dan berkomunikasi. Malah ia mampu merawat emosi sendiri dan orang lain serta menurunkan rasa kebimbangan kronik secara berterusan (anxiety disorder), dan menggalakkan perubahan serta kekuatan diri.

Mengapa Biblioterapi ?

Setiap tiga daripada 10 orang rakyat Malaysia yang berumur 16 tahun dan ke atas (atau 29.2 peratus) mengalami pelbagai masalah kesihatan mental. Statistik Tinjauan Kesihatan dan Morbiditi Kebangsaan menunjukkan menjelang tahun 2020, penyakit mental dijangka menjadi masalah kesihatan kedua terbesar yang membahayakan rakyat negara ini selepas penyakit jantung (Harian Metro, 5 April 2018).

Melalui biblioterapi, minda pesakit akan berfikir secara terbuka berkenaan emosi dan perasaan terpendam dalam diri mereka. Malah melalui biblioterapi, seseorang boleh meluahkan perasaan dan menyelesaikan masalah dengan cara inovatif bagi mengatasi rasa takut dalam diri sendiri. Terdapat insan yang mampu sembuh hanya dengan bantuan buku yang terpilih untuk merawat pesakit mental. Walaubagaimanapun, terapi ini hanya boleh digunakan bagi merawat individu yang mengalami kemurungan biasa atau sederhana. Maka melalui bahan bacaan yang bagus dapat memberikan panduan kepada pembaca untuk mengatasi masalah yang dihadapi.

Pengalaman sendiri berdepan dengan anak yang mempunyai sindrom kebimbangan melampau (mild anxiety) dan kini mengalami masalah kesukaran untuk masuk ke kelas, penulis mula mencari bahan bacaan yang bersesuaian untuk anak dan diri sendiri. Anak kini mula menunjukkan minat membaca walaupun bahan bacaan tidak menjurus kepada subjek biblioterapi, tetapi sedikit sebanyak telah mendatangkan impak yang positif. Ayat-ayat penyembuh atau kata semangat seperti "Kebanggaan kita yang terbesar bukan kerana tidak pernah gagal, (Confucius)" yang dipetik dari Cerita gagal : penamat atau pemula? dan "Tuhan menegur mendidik dan menzahirkan kasih sayang-Nya melalui pelbagai cara, pujuk hati untuk selalu berlapang dada", petikan dari Stay Strong, menjadi panduan kepada penulis untuk belajar menjadi sabar, tenang, bersikap positif. Ini telah memberikan semangat baharu kepada penulis untuk berdepan dengan ujian malah bersikap lebih proaktif dalam kehidupan seharian dan insyaAllah dalam masa akan datang.

PERANAN PUSTAKAWAN DAN PERPUSTAKAAN

Pustakawan boleh memainkan peranan sebagai fasilitator di dalam pemilihan bahan bacaan yang positif, mempunyai penceritaan yang bagus serta yang dapat memberikan motivasi kepada pembaca. Pemilihan bahan bacaan bergantung kepada tujuan dan tahap intervensi yang diinginkan. Dalam konteks kurangnya tahap budaya membaca di Malaysia, biblioterapi belum diperkenalkan secara meluas dalam kalangan pustakawan di Malaysia. Namun demikian, bagi sebahagian penggemar buku (bibliophile), membaca merupakan salah satu cara untuk merawat masalah jiwa dan hati, stres dan mengisi masa. Selain itu, penyediaan sudut untuk mempamerkan bahan bacaan yang menyokong biblioterapi juga amatlah digalakkan sepertimana yang telah dimulakan dan dipraktis di Perpustakaan Tun Abdul Razak UiTM, cawangan Puncak Perdana. Dengan adanya ruang atau sudut khas ini, pembaca boleh mendapat akses yang cepat kepada bahan bacaan yang berkaitan dengan masalah yang sedang dihadapi.

Untuk mendapatkan panduan dan khidmat nasihat, pustakawan boleh menghubungi Persatuan Biblioterapi Malaysia (PERBIMA)

yang kini sedang giat menjalankan kursus, latihan serta memberikan pendedahan berkenaan biblioterapi kepada semua pustakawan di seluruh Malaysia yang diketuai oleh Puan Rafidah Abd. Aziz, Pensyarah Kanan Fakulti Pengurusan Maklumat.

PERBIMA ditubuhkan bertujuan untuk mempromosikan perpustakaan sebagai pusat yang menyediakan bahan-bahan untuk biblioterapi dan membantu perpustakaan menjadi platform yang menyediakan persekitaran yang kondusif dan mampu untuk mencadangkan bahan-bahan bacaan yang bersesuaian. Selain itu, ahli-ahli PERBIMA akan didedahkan dengan teknik pemilihan bahan serta peluang untuk mempelajari teknik "layan diri", "bacaan berpandu" dan juga terapi lain yang berkaitan. Maklumat lanjut berkenaan PERBIMA boleh didapati di facebook Persatuan Biblioterapi Malaysia.

HIDUP SEIMBANG, RAWAT HATI DAN JIWA DENGAN MEMBACA

Biblioterapi memberikan manfaat dalam membantu pembaca yang berdepan dengan masalah emosi dan jiwa. Justeru itu, biblioterapi mampu menjadi satu platform untuk membantu pembaca lebih memahami

bahawa mereka mampu merawat minda dan jiwa mereka tanpa mengguna sebarang bantuan ubat-ubatan. Ia tidak melibatkan kos tinggi dan mampu mengawal diri dari mencari jalan keluar yang merugikan diri sendiri. Tambahan lagi, ia juga dapat membugarkan budaya dan minat membaca dalam kalangan masyarakat.

Membaca boleh menukar perasaan yang suram dan kelam kepada ceria dan bahagia. Membaca juga mengubah cara kita memandang sesuatu, menukar perspektif dan menganjak paradigma. Justeru melalui membaca juga akan memberikan kesan ke arah pembentukan modal insan yang bermaklumat dan mulia. Sesuatu yang dahulu kita nilai sebagai masalah, mungkin kini bukan lagi perkara besar dengan asbab membaca. Akhir kalam, sesungguhnya Allah menyentuh dan mempengaruhi setiap diri Muslim, tanpa membezakan antara jantina. Semuanya sama sahaja. Al-Quran telah berjaya mengubah masyarakat keseluruhannya termasuklah lelaki dan wanita. Hasilnya, al-Quran berjaya mengubah seluruh kehidupan daripada kegelapan yang meresahkan kepada cahaya Islam yang mendamaikan. Al-Quran juga adalah kitab yang terbaik sebagai terapi merawat jiwa dan hati. Maka bacalah ...

Antara bahan bacaan yang sesuai sebagai terapi yang terdapat di PSAS adalah:



RUJUKAN

- Asrizal Aris. (2018, April 24). 4.2 juta kemurungan. Harian Metro, Retrieved from <https://www.hmetro.com.my/mutakhir/2017/04/223900/42-juta-kemurungan>
- Beatty, William K. (1962). A Historical Review of Bibliotherapy. Library Trends 11 (2) 1962 : Bibliotherapy : 106-117. Retrieved from https://www.ideals.illinois.edu/bitstream/handle/2142/6050/librarytrends11i2c_opt.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Crothers, S. McChord. (1916, August). A literary clinic. Atlantic Monthly, no.118, 291-201. Retrieved from <http://www.unz.com/print/AtlanticMonthly-1916sep-00291>
- Dovey, Ceridwen. (2015, June). Can reading make you happier?. The New Yorker. Retrived from <https://www.newyorker.com/culture/cultural-comment/can-reading-make-you-happier>
- Heath, M. A., Sheen, D., Leavy, D., Young, E. L., & Money, K. (2005). Bibliotherapy : A resource to facilitate emotional healing and growth. School Psychology International, 26, 563-580. Retrieved from <https://www.researchgate.net/publication/258189177>
- Husna Hassan. (2019, April). Penawar nadir bagi murung. Solusi, no.125,18-20.
- Pehrsson, D. E., & McMillen, P. (2007). Bibliotherapy: Overview and implications for counselors (ACAPCD-02). Alexandria, VA: American Counseling Association. Retrieved from <https://www.counseling.org/Resources/Library/ACA%20Digests/ACAPCD-02.pdf>
- Rafidah Abdul Aziz. (2019).Biblioterapi : Penyembuhan Jiwa dan hati melalui pembacaan. [Powerpoint slides].

Oleh: Nursyafinaz Mohd Noh

BENARKAH INTERMITTENT FASTING BOLEH MENURUNKAN BERAT BADAN?

KEGEMUKAN dan OBESITI merupakan satu masalah kesihatan global yang semakin hangat diperbincangkan. Apa yang lebih membimbangkan, Malaysia menduduki carta teratas dalam kalangan negara ASEAN yang mempunyai penduduk paling ramai mempunyai masalah obesiti. Antara punca yang sering dikaitkan dengan masalah kegemukan dan obesiti ialah amalan pemakanan yang tidak seimbang ditambah dengan kurangnya aktiviti fizikal dalam kehidupan seharian.

Lambakan pelbagai produk pelangsingan badan dilihat sebagai satu trend yang sangat membimbangkan. Pelbagai berita mengenai kesan-kesan sampingan produk-produk ini dipaparkan di dalam akhbar malahan produk ini dilabel sebagai produk pembunuh disebabkan oleh kandungannya yang sangat berbahaya, namun masih wujud mereka yang menyokong produk-produk ini.

Persoalannya, adakah tiada jalan lain kepada permasalahan kegemukan dan obesiti? Benarkah kawalan pemakanan dan regime diet merupakan sesuatu yang sangat sukar untuk dilakukan, lantas ramai yang memilih jalan pintas dengan pengambilan produk pelangsing yang boleh membunuh ini?

INTERMITTENT FASTING (IF) sebagai alternatif penurunan berat badan

INTERMITTENT FASTING ataupun Berpuasa Terputus BUKANLAH SATU DIET. Ianya adalah pengawalan waktu pemakanan dan berpuasa secara sistematik, menggunakan keupayaan fisiologi sistem penghadaman untuk membakar lemak secara natural. Ini boleh dicapai dengan berpuasa lebih 8 jam dan mengaktifkan sistem lipolisis (pembakaran lemak) untuk tenaga fisiologikal simpanan semula jadi. Berpuasa secara amnya digalakkan oleh kebanyakan agama dan juga ahli kesihatan. Umat Islam sebagai contoh, diwajibkan untuk berpuasa selama sebulan pada bulan Ramadhan.

Kajian beberapa badan saintifik dan kesihatan telah membuktikan bahawa:

1. IF adalah cara yang terbaik untuk menyusutkan lemak badan tanpa memusnahkan otot.
2. IF terbukti meningkatkan kesihatan ke tahap optimum.
3. Mereka yang mengamalkan IF mendapati menyusutan lemak badan mereka jauh lebih pantas daripada mana mana teknik diet yang pernah amalkan sebelum ini, walaupun tanpa senaman yang kerap.
4. Pelan berpuasa yang mudah diikuti di samping dapat menikmati pelbagai pilihan makanan tanpa perlu pengawalan kalori yang ketat.
5. Pelan berpuasa yang sangat fleksibel dan mudah diikuti, serta menikmati kebaikan jangka masa panjang atas pemulihan fisiologi badan, seperti berat badan yang optimum, kesihatan mental yang jelas dan tajam serta lebih tahan dari dijangkiti penyakit.

Kajian yang dijalankan oleh (Johnstone, 2015) yang diterbitkan di dalam 'International Journal of Obesity', menyimpulkan bahawa berpuasa merupakan 'quick fix' dalam mencapai penurunan berat badan yang banyak dalam dalam tempoh beberapa minggu sahaja, dan justeru menjadi kaedah atau alat yang sangat berguna bagi mereka yang mengimpikan penurunan berat badan. Walaubagaimanapun, adalah sangat disarankan agar anda mendapatkan khidmat nasihat daripada doktor atau pakar nutrisi yang bertauliah untuk mengetahui sekiranya anda adalah sesuai untuk mengamalkan Intermittent Fasting ini.

Rujukan

- Johnstone, A. (2005). Fasting for weight loss: an effective strategy or latest dieting trend? International Journal of Obesity, 39, 727-733.
- Kementerian Kesihatan Malaysia (2019). Kegemukan (Obesiti). Retrieved from <http://www.myhealth.gov.my/kegemukan-obesiti/>
- Leangains (2010). Intermittent fasting and Leangains. Retrieved from <https://leangains.com/the-leangains-guide/>
- Mattson, Mark P. & Wan, Ruiqian (2005). Beneficial effects of intermittent fasting and caloric restriction on the cardiovascular and cerebrovascular systems. The Journal of Nutritional Biochemistry, 16(3), 129-137.
- Varady, K. A. (2011). Intermittent versus daily calorie restriction: which diet regimen is more effective for weight loss? Obesity Reviews, 12(7), e593-e601.

INTERMITTENT FASTING
 A type of scheduled eating plan where you simply restrict your normal daily eating to a 6-8 hour window of time, without cutting calories.*

BENEFITS

INCREASES

- Insulin and leptin sensitivity, reducing the risk of chronic disease, from diabetes to heart disease and even cancer
- Ghrelin levels, also known as "the hunger hormone," to reduce overeating
- Ability to become "Fat Adapted", which increases your energy by burning stored fat

DECREASES

- Triglyceride levels, decreasing your risk of heart disease
- Inflammation and free radical damage
- Weight gain and metabolic disease risk

EATING

GOOD

- Nuts
- Green Vegetables
- Free Range Chicken
- Butter
- Eggs
- Whey Protein
- Coconut Oil
- Avocado

BAD

- Bread
- Potatoes
- Pasta

RECOMMENDED SCHEDULE

FAST (7 AM - 11 AM)	EAT (12 PM - 6 PM)	FAST (6 PM - 11 PM)	SLEEP (11 PM - 7 AM)
8 AM	10 AM	12 PM	2 PM
4 PM	6 PM	8 PM	10 PM
12 AM	2 AM	4 AM	6 AM

http://fitness.mercola.com/sites/fitness/archive/2013/01/18/intermittent-fasting-approach.aspx
 http://fitness.mercola.com/sites/fitness/archive/2013/03/01/daily-intermittent-fasting.aspx

*If you're hypoglycemic, diabetic, or pregnant (and/or breastfeeding), you are better off avoiding any type of fasting or timed meal schedule until you've normalized your blood glucose and insulin levels, or weaned the baby. Other categories of people that would be best served to avoid fasting include those living with chronic stress, and those with cortisol dysregulation. The information on this graphic is not intended to replace a one-on-one relationship with a qualified health care professional.



Pandangan hadapan Cafe Richiamo di Anjung Siswazah, Perpustakaan Sultan Abdul Samad

CAFE: RICHIAMO COFFEE

Oleh: Nur Azleen Hasan

Kini pengunjung Perpustakaan Sultan Abdul Samad (PSAS) berpeluang menikmati hidangan kopi dan pastri di Cafe Richiamo, sebuah kafe berkonsepkan 'life style coffee shop' yang terletak di Anjung Siswazah, PSAS. Majlis Pelancaran Cafe Richiamo ini telah disempurnakan oleh Prof. Datin Paduka Dato' Dr. Aini Ideris, Naib Canselor UPM pada 18

Februari 2019 yang lalu dan kafe ini merupakan projek kerjasama di antara pihak Syarikat Sis Rizq Enterprise, Perpustakaan Sultan Abdul Samad dan Bursar UPM. Menerusi kerjasama ini, Cafe Richiamo memberi peluang kepada pelajar UPM untuk mempelajari ilmu dalam bidang franchise dan 'industrial engagement' serta bekerja secara sambilan.



Majlis Pelancaran Cafe Richiamo ini telah disempurnakan oleh Prof. Datin Paduka Dato' Dr. Aini Ideris, Naib Canselor UPM pada 18 Februari 2019



Ruang di bahagian dalam cafe dan pelbagai jenis pastri yang disediakan

Kem SYOKNYA @ LIBRARY



UPM, 26 Mac. Kelab PSAS telah berjaya menganjurkan satu program cuti sekolah khusus kepada 40 orang anak staf UPM dan PSAS yang berusia lima sehingga 10 tahun di Bilik Termasa, PSAS. Program yang bertajuk “Kem Syoknya@Library” bertujuan mengisi masa lapang anak-anak staf dengan aktiviti yang berfaedah dan memberi peluang kepada mereka untuk menonjolkan kreativiti melalui beberapa aktiviti yang disediakan seperti Origami, DIY Kipas dan Puppet Finger serta Kreativitiku (cara membuat sandwich).

Selain itu, peserta juga berpeluang menonjolkan bakat dalam “Sesi Bercerita” dan “Sesi Soal Jawab” serta melawat ruang perkhidmatan dan kemudahan perpustakaan dengan diiringi pihak penganjur. Program ini berjaya membimbing peserta untuk mengenali rakan dan persekitaran baharu serta tampil berani berinteraksi di khalayak ramai. Manakala, hasil maklum balas yang diterima adalah sangat positif dan peserta berharap mereka diberi peluang lagi untuk menyertai program seumpama ini pada musim cuti sekolah akan datang.

Oleh : Nabila Huda Pa'su



Para peserta bersama fasilitator program



Sesi Kreativitiku (cara membuat sandwich)



Peserta program solat berjemaah bersama fasilitator



Aktiviti DIY: Puppet Finger



Kembara Lasak SISFEC

Blue Lagoon, Sultan Idris Shah Forestry Education Center (SISFEC), Puchong

Pada 26 Januari 2019 - yang lalu, **Program Kembara Lasak anjuran Kelab PSAS telah diadakan di Sultan Idris Shah Forestry Education Center (SISFEC), Puchong.** Program meneroka keindahan hutan simpan ini telah disertai oleh 12 orang ahli Kelab PSAS dengan bimbingan fasilitator dan ranger hutan dari Fakulti Perhutanan.

Seawal jam 9.00 pagi, aktiviti dimulakan dengan senaman ringan dan peserta kemudiannya dibawa ke kawasan perkampungan orang asli yang masih terdapat di dalam hutan simpan ini. Kini, kawasan tersebut dijadikan sebagai tempat rehat orang asli ketika musim cuti sekolah dan menjalani rawatan tradisional sekiranya mereka tidak sihat.

Seterusnya, peserta dibawa ke Blue Lagoon, sebuah kawasan air terjun yang dijaga rapi oleh pihak Fakulti Perhutanan dan hanya pihak yang mendapat kebenaran fakulti sahaja dibenarkan untuk aktiviti mandi manda dengan pemantauan ranger hutan. Kejernihan dan kesejukan air terjun ini sangat mengujakan dan menarik perhatian semua peserta program. Bagi tujuan keselamatan, peserta diwajibkan memakai vest keselamatan dan mendengar taklimat ringkas oleh ranger hutan. Program “Kembara Lasak” ini tamat pada jam 1.00 petang selepas selesai aktiviti di Blue Lagoon. Semua peserta sangat gembira dengan aktiviti ini dan berharap pihak Kelab akan mengadakan lagi aktiviti seumpamanya ini di masa akan datang.

Oleh : Nabila Huda Pa'su



Aktiviti dimulakan dengan senaman ringan



Penerangan mengenai flora dan fauna yang terdapat di hutan simpan tersebut oleh Ranger Fakulti Perhutanan



Para peserta berpeluang melakukan aktiviti Water Confidence yang dibimbing oleh fasilitator Fakulti Perhutanan



Oleh Nurdiyana Mohd Kamal

BULAN	TARIKH	ORGANISASI
FEBRUARI	20/06/2019	Lawatan oleh HuTeCS, Hulu Terengganu
	20/06/2019	Lawatan oleh SMK Taman Johor Jaya 2
	26/06/2019	Lawatan oleh UNISSULA, Indonesia
MAC	04/03/2019	Lawatan oleh Taylor's Universiti
	11/03/2019	Lawatan oleh Perpustakaan Universiti Malaya
	18/03/2019	Lawatan oleh Kolej Vokasional Sepang - Art Culinary
	21/03/2019	Lawatan oleh SMK Kubang Kerian, Kota Bharu
	22/03/2019	Lawatan oleh CQA - 5s Induk UPM
	22/03/2019	Lawatan oleh SMK Tunku Putra, Johor
	29/03/2019	Lawatan oleh Institut Penyelidikan Indonesia, GURUT
APRIL	08/04/2019	Lawatan oleh Pegawai dari MMU
	11/04/2019	Lawatan oleh Kolej Vokasional Sepang - Diploma Teknologi Sistem dan Pengkalan Data
	18/04/2019	Lawatan oleh Pelajar UiTM Rembau



Lawatan oleh HuTeCS, Hulu Terengganu



Lawatan oleh UNISSULA, Indonesia



Lawatan oleh Perpustakaan Universiti Malaya



Lawatan oleh SMK Tunku Putra, Johor

Book Review



Therapeutic Gardens: Design for Healing Spaces

Author: **Daniel Winterbottom and Amy Wagenfeld**
 Publisher: **Timber Press**
 Year of publication: **2015**
 Call number: **SB472.45 W783**
 Location: **Engineering & Architecture Library**

This book presents an innovative approach that translates therapeutic design principles into practice. This comprehensive book uses examples from around the world to demonstrate how healing spaces can be designed to support learning, movement, sensory nurturance, and reconciliation, as well as improved health. This book sheds lights on how the combined strength of multiple disciplines provide the tools necessary to design meaningful and successful landscapes for those in the greatest need.



Captured Landscape: Architecture and The Enclosed Garden

Author: **Kate Baker**
 Publisher: **Routledge**
 Year of publication: **2018**
 Call number: **SB472.45 B167 2018**
 Location: **Engineering & Architecture Library**

The enclosed garden, or hortus conclusus, is a place where architecture and landscape come together. It has a long and varied history, ranging from the early paradise garden and cloister, the botanic garden and giardino segreto, the kitchen garden and as a stage for social display. The enclosed garden has continued to develop into its many modern forms: the city retreat, the redemptive garden, the deconstructed building. As awareness of climate change becomes increasingly important, the enclosed garden, which can mediate so effectively between interior and exterior, provides opportunities for sustainable design and closer contact with the natural landscape.



The Routledge Handbook of Community Development: Perspectives from around The Globe

Editor: **Rhonda Phillips, Sue Kenny and Brian McGrath**
 Publisher: **Routledge**
 Year of publication: **2018**
 Call number: **HN49 C6R869**
 Location: **Engineering & Architecture Library**

This handbook explores community development theory and practice across the world. The book provides perspectives about community development as an interactive, relevant and sometimes contradictory way to address issues impacting the human condition. It promotes better understanding of the complexities and challenges in identifying, designing, implementing and evaluating community development constructs, applications and interventions. This edited volume discusses how community development is conceptualized as an approach, method or profession. Themes provide the scope of the book, with projects, issues or perspectives presented in each of these areas.



New Design for Old Buildings

Author: **Roger Hunt and Lain Boyd**
 Publisher: **RIBA Publishing**
 Year of publication: **2017**
 Call number: **NA109 G7H942**
 Location: **Main Library**

This book explores design, materials and technical considerations in creating the best low energy, ecological and sustainable retrofits. It has never been more important to understand how old buildings can be adapted to make them useful and sustainable in the future. Showcasing the best examples of imaginative design and best practice, this book illustrates how old buildings can be made sustainable through the best new design and puts these design exemplars into a historical and philosophical context. This comprehensive book provides essential guidance on good, imaginative new design for old buildings.

Oleh: Nurul Ainie Mokhtar

Jom Kita **BERWAKAF** untuk Wakaf Anjung Ilmu @ Library UPM



RM2 Juta Kos Keseluruhan



Ruang Bacaan



Perabot



Peralatan Teknologi Maklumat



Prasarana Perpustakaan Luaran & Dalaman



We **Library**
TOGETHER **We** CONTRIBUTE

Salurkan Sumbangan Anda ke dalam **Akaun CIMB ISLAMIC:**
8602-68-4995
UPM DANA WAKAF ILMU

Log masuk:
<http://www.cimbclicks.com.my>
Klik > Pay > Bills > Select an account
Klik > Enter Biller Name
Klik > Wakaf Ilmu UPM

Ikuti arahan seterusnya sehingga selesai

Untuk maklumat lanjut, sila hubungi:
Kaunter Kutipan WAZAN, Pusat Pengurusan Wakaf, Zakat dan Endowmen (WAZAN), Universiti Putra Malaysia
Tel (p): 03-89466156 / 8933
Hotline: 010 8728566

3 SOALAN LAZIM mengenai Wakaf Anjung Ilmu @ Library UPM

Anjuran bersama Pusat Pengurusan Wakaf, Zakat dan Endowmen (WAZAN) & Perpustakaan Sultan Abdul Samad (PSAS), Universiti Putra Malaysia

Suasana semasa PSAS



Suasana perpustakaan luar negara



We **Library**
TOGETHER **We** CONTRIBUTE

1 Mengapa ruang dan prasarana PSAS perlu ditransformasi?

- Ruang sedia yang ingin dinaik taraf telah berusia lebih 45 tahun;
- Menyediakan ruang yang lebih kondusif, selesa dan selamat kepada pengguna perpustakaan;

2 Bagaimana dan siapa yang boleh membantu merealisasikan Wakaf Anjung Ilmu @ Library UPM dengan hanya bermula dari RM1.00 setiap Lot?

- Dengan sumbangan bermula RM1.00, anda berpeluang membantu PSAS menjadi sebuah perpustakaan yang mempunyai ruang dan prasarana bereputasi antarabangsa
- Pelajar, Staf, Alumni UPM, pengunjung dan organisasi serta syarikat berpeluang menyumbang

3 Mengapa kita perlu menyumbang untuk naik taraf PSAS?

- Memandangkan projek ini memerlukan kos yang besar dan mencecah RM2,000,000.00, bantuan daripada semua pihak amatlah diperlukan
- PSAS dan WAZAN bekerjasama menubuhkan Skim Wakaf Perpustakaan untuk merealisasikan projek ini
- Sumbangan anda juga melayakkan pelepasan cukai di bawah **Seksyen 44(6) Akta Cukai Pendapatan 1967 (No. Rujukan: LHDN.01/35/42/51/179-6,1888.**

Untuk maklumat lanjut, sila hubungi:
Kaunter Kutipan WAZAN, Pusat Pengurusan Wakaf, Zakat dan Endowmen (WAZAN), Universiti Putra Malaysia
Tel (p): 03-89466156 / 8933
Hotline: 010 8728566