

# IOQRA'

Bil. 1/2022

JANUARI

eISBN : 2735-1920



**LIVE@PTAR Misi Kesukarelawan:  
Duta Sosial & Kebajikan**  
PTAR Shah Alam - muka 6



**Perbincangan Kolaborasi Antara  
PTAR & Unit Perkhidmatan OKU**  
PTAR Shah Alam - muka 10



**Library Outreach Bersama Majlis  
Perwakilan Pelajar Sesi 2021/2022**  
PTAR Alor Gajah - muka 15



**LIVE@PTDI Sembang Santai:  
Dari Segamat ke England**  
PTAR Segamat - muka 22



**LIVE@PTAR Better Marks Secrets  
Online Databases**  
PTAR Kedah - muka 33

**PROMOSI@PTAR**



## PROGRAM BIBLIOTERAPI – TERAPI MINDA MELALUI BUKU 19 JANUARI 2022

Disediakan oleh: Mohd Zahiddi Mohd Ali

PERPUSTAKAAN TUN ABDUL RAZAK  
KAMPUS SEREMBAN, NEGERI SEMBILAN

Pada 19 Januari 2022, PTAR Kampus Seremban telah mengadakan ceramah bagi Program Biblioterapi – Terapi Minda Melalui Buku secara dalam talian. Program ini diadakan bagi memperkenalkan ‘biblioterapi’ kepada warga UiTM Negeri Sembilan tentang bagaimana buku boleh digunakan sebagai bahan untuk terapi diri apabila menghadapi masalah.

Panel jemputan untuk program kali ini ialah Puan Rafidah binti Abdul Aziz, beliau merupakan Pensyarah Kanan di Fakulti Pengurusan Maklumat UiTM, Kampus Puncak Perdana dan beliau juga merupakan Presiden Biblioterapi Malaysia. Puan Rafidah memberikan perkongsian mengenai “Terapi Minda Melalui Buku”. Tugas moderator pula diberikan kepada Cik Siti Nur Muslimah binti Hud (Pelajar Latihan Industri, PTAR Seremban). Program ini menggunakan medium Cisco Webex yang bersesuaian dengan saranan kerajaan bagi menghalang penularan virus Covid-19.

Secara ringkasnya, Puan Rafidah telah membuat perkongsian yang menarik mengenai biblioterapi, di mana buku dijadikan sebagai terapi sampingan bagi seseorang yang mempunyai masalah seperti kesihatan mental, tekanan, perhubungan, keyakinan diri dan banyak lagi. Beliau juga turut memberikan contoh-contoh buku yang sesuai untuk dijadikan sebagai bahan biblioterapi. Biblioterapi adalah salah satu terapi untuk merawat jiwa dan hati dengan mengguna bahan terpilih melalui medium seperti buku, kata-kata motivasi, kitab suci, lirik lagu, lem, foto dan lain-lain. Ianya sering digabung dengan terapi melukis, mewarna, seni, muzik dan permainan. Mengikut rekod, seramai 258 orang menyertai program ini.

Diharapkan program ini dapat memberi manfaat dan faedah kepada semua.

**PROGRAM  
BIBLIOTERAPI**  
Terapi Minda Melalui Buku

“Healing and Growing with Books”

**SPEAKER**  
**PUAN RAFIDAH ABD AZIZ**  
Pensyarah Kanan UiTM  
Presiden Persatuan Biblioterapi Malaysia

19 JAN 2022 10 AM - 12 PM

E-Sijil • Jam Latihan Disediakan

**CISCO WEBEX**  
ACCESS CODE: 251 565 13145

