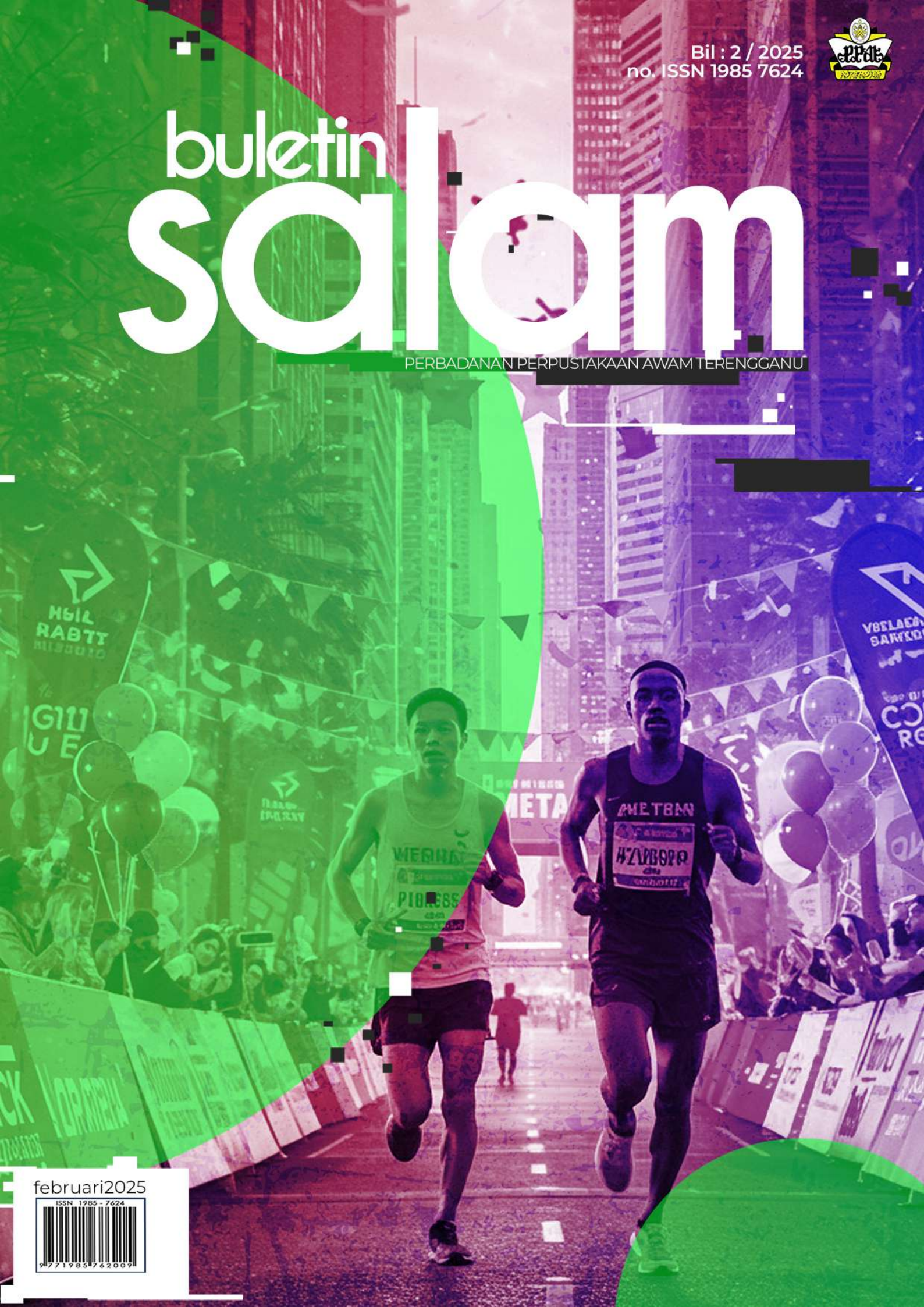


Bil : 2 / 2025
no. ISSN 1985 7624



buletin salam

PERBADANAN PERPUSTAKAAN AWAM TERENGGANU



februari2025

ISSN 1985 - 7624



9 771985 762009

SIDANG REDAKSI SALAM

PENASIHAT

Puan Norliza binti Ismail

KETUA PENGARANG

Puan Noraini binti Shamsuddin

PENOLONG KETUA PENGARANG

Encik Mohd Kamal Afif bin Rameli

Encik Fauzilah bin Md. Jaafar

Puan Nur Fatimah binti Amran

SIDANG PENGARANG

Sidang Redaksi Salam

GRAFIK

Encik Mazli bin Che Mamat

Encik Mohd Fauzillah bin Md. Jaafar

FOTOGRAFI

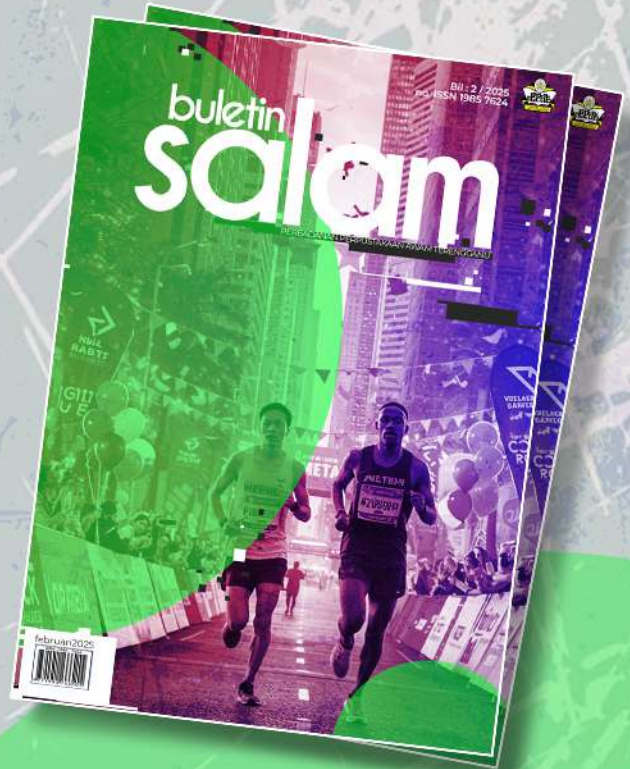
Unit Media PPAT

PENERBIT

Sidang Redaksi SALAM

Perbadanan Perpustakaan Awam

Terengganu



Perbadanan Perpustakaan Awam Terengganu,
Jalan Kemajuan, Padang Hiliran,
21572 Kuala Terengganu,
Terengganu.

Tel : 09-622 1100

09-622 0052

Fax : 09-622 1534

E-mel : ppat@trglib.gov.my

URL : <https://www.trglib.gov.my>



www.trglib.gov.my



PPATerengganu



[ppat@trglib.gov.my](https://www.instagram.com/ppat@trglib.gov.my)



ppaterengganu



PPAT TV

© 2025 Hak Cipta Terpelihara

Mana-mana bahagian penerbitan ini tidak boleh dikeluarkan, ulangkan, disimpan dalam sistem dapat kembali atau disiarkan dalam apa-apa jua perkara samada secara elektronik, fotokopi, mekanik, rakaman atau lain-lain sebelum mendapat izin bertulis daripada Ketua Pengarang.

PERHIMPUNAN TAHUN BAHARU 2025

Rabu | 19 Februari 2025

Bertempat di Dewan Serbaguna, Perpustakaan Awam Negeri Terengganu (PPAT) telah berlangsung satu sesi perjumpaan bersama Puan Pengarah dan kakitangan PPAT. Perjumpaan ini menjadi saluran untuk bertukar pandangan dan perbincangan antara pengarah dan juga pegawai-pegawai.



Puan pengarah turut menyampaikan hasrat beliau untuk melihat PPAT akan terus maju dan berdaya saing dalam melaksanakan tugas di samping dapat memberikan perkhidmatan yang terbaik kepada masyarakat di seluruh rangkaian perpustakaan. Peluang ini juga digunakan sebagai ruang untuk menyampaikan pesanan kepada seluruh kakitangan agar sama-sama mengambil peluang melakukan kebaikan setiap masa dengan Ramadan yang hampir tiba.



sorotan

PROGRAM BAHASA INGGERIS CUTI SEKOLAH 2024/25

Program Bahasa Inggeris Cuti Sekolah 2024/25 merupakan satu program tahunan Pusat Bahasa Terengganu (PBT) yang diadakan pada setiap cuti akhir penggal persekolahan. Program ini bertujuan untuk meningkatkan kemahiran komunikasi pelajar dalam Bahasa Inggeris di samping memberi pendedahan kepada bahasa asing lain. Pada masa yang sama, para peserta dapat menggunakan masa lapang sepanjang cuti persekolahan dengan aktiviti sampingan yang menarik seperti Scavenger Hunt dan sesi senaman serta Zumba.

Program ini dijalankan dalam 2 sesi yang mana sesi pertama telah berlangsung pada 19-23 Januari 2025 yang lepas. Manakala, sesi ke 2 berlangsung pada 2-13 Februari 2025. Seramai 130 pelajar telah terlibat dalam 2 sesi yang diadakan kali ini dengan sasaran peserta bermula dari umur 5 tahun hingga ke pelajar sekolah menengah. Program ini bukan sahaja bertujuan untuk melatih dan meningkatkan kemahiran komunikasi peserta dalam Bahasa Inggeris melalui aktiviti interaktif dan praktikal tetapi juga memberi peluang kepada peserta untuk mengasah bakat dan meningkatkan keyakinan diri melalui pembentangan kumpulan dan persembahan pentas.

Program Bahasa Inggeris Cuti Sekolah 2024/25 telah memberi manfaat kepada peserta dalam meningkatkan kemahiran berbahasa Inggeris mereka serta memperkenalkan bahasa asing sebagai satu nilai tambah. Dengan penglibatan tenaga pengajar yang berpengalaman dan kepelbagaian aktiviti yang menarik, program ini akan sentiasa diadakan dengan penambahan modul yang lebih menarik dalam usaha untuk meningkatkan keyakinan dan kemahiran komunikasi peserta secara menyeluruh.



BENGGKEL PADU MELUKIS

Pada 10-12 Februari 2025 - Bengkel Padu Melukis Bersama Wazif Bakhtiar

Perbadanan Perpustakaan Awam Terengganu (PPAT) melalui Bahagian Perkhidmatan Perpustakaan dan Maklumat (BPPM) telah berkolaborasi dengan AW Studio dalam menganjurkan bengkel ini bagi peserta berumur 9-17 tahun dengan penglibatan peserta seramai 29 orang yang bermula pada jam 9.00 pagi hingga 4.00 petang.

Beberapa modul asas yang diterapkan kepada peserta adalah melukis wajah atau potret, melukis postur dan anatomi serta mencipta watak atau karakter sendiri. Setiap peserta juga diberi tunjuk ajar untuk membentuk watak sendiri atau karakter dalam lukisan.

Melalui bengkel ini, para peserta tidak hanya mempelajari tentang teknik melukis tetapi juga idorong untuk berfikir secara lebih kreatif dan menjadikan lukisan atau animasi sebagai tempat untuk menyampaikan cerita dan mesej. Program ini juga menjadi satu landasan kepada generasi muda untuk mengembangkan bakat kreatif mereka dalam bidang seni.





PROGRAM WE LOVE LIBRARY



Program We Love Library telah diadakan pada 11 Februari 2025 bertempat di Perpustakaan Awam Daerah Dungun. Program yang bermula seawal 9.00 pagi hingga 1.00 petang telah melibatkan seramai 105 orang pelajar yang terdiri dari pelajar Tadika / Transit Khalifah Cilik (K- Cilik) dan Taska Cahaya Amera (TCA) termasuk guru pengiring.

Program dimulakan dengan sesi taklimat berkaitan perkhidmatan yang disediakan di perpustakaan dan disampaikan oleh Puan Khasidah Binti Mamat (Penolong Pustakawan Perpustakaan Daerah Dungun). Pelbagai aktiviti telah dijalankan antaranya Senamrobik, Jumbo Puzzle, Soccer Robot Exploria, Samurai Boxing Robot Exploria, 3D- AR Colour Mat @ Live, Dam Gergasi dan Jom Baca Bersama.

Melalui program seperti ini, pihak perpustakaan dan pendidikan dapat mewujudkan satu jalinan perkongsian ilmu untuk menarik kanak-kanak ke perpustakaan dalam usaha untuk meningkatkan budaya membaca.



MESYUARAT AGUNG DWI-TAHUNAN PERPAT 2 0 2 5



PPAT 19/02/2025 - Mesyuarat Agung Dwi-Tahunan Kelab PERPAT telah berlangsung di Dewan Serbaguna PPAT yang telah dihadiri Puan Pengarah, Ketua-ketua Bahagian dan seluruh ahli kelab PERPAT.

Mesyuarat dimulakan dengan ucapan oleh Dr. Kamarulzaman bin Mahmud selaku Pengerusi tetap Kelab Sukan PERPAT. Pembentangan Minit Mesyuarat Agung Dwi-Tahunan Kali Ke-14 sesi 2023-2025 dibentangkan oleh Setiausaha Kelab PERPAT, Puan Azlinawaty binti Muda. Setiap aktiviti dan program yang dilaksanakan oleh pihak Kelab PERPAT bagi sesi lepas dibentangkan sebelum mendapatkan pengesahan daripada semua ahli PERPAT yang hadir.

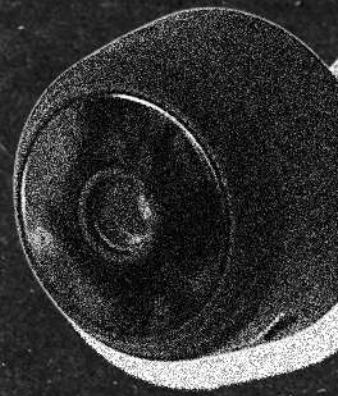


trivia

JENAYAH

DALAM

TALIAN



JELAJAH KEMPEN KESELAMATAN DALAM TALIAN AKAN DIPERLUASKAN KE SELURUH NEGARA BERTUJUAN UNTUK MENINGKATKAN TAHAP KESEDARAN MASYARAKAT MENGENAI KESELAMATAN DALAM TALIAN, SEKALI GUS MENGELAKKAN PENGGUNA DARIPADA MENJADI MANGSA PENIPUAN SERTA JENAYAH DALAM TALIAN

SELAIN ITU, SURUHANJAYA KOMUNIKASI DAN MULTIMEDIA MALAYSIA (MCMC) AKAN MENGUATKUASAKAN PERLAKSANAAN PERLESENAN PENYELIA PERKHIDMATAN PESENAN INTERNET DAN MEDIA SOSIAL PINDAN AKTA KOMUNIKASI DAN MULTIMEDIA 1998 (AKTA 588) SERTA PERUNDANGAN BAHARU AKTA KESELAMATAN DALAM TALIAN (ONSA)

[SUMBER : JABATAN PENERANGAN MALAYSIA]

www.trglib.gov.my



Manfaat Daripada Berlari

Banyak kajian telah mengaitkan berlari dengan pelbagai manfaat, termasuk kesihatan mental dan fizikal. Berlari juga merupakan satu gaya hidup sihat yang dipraktikkan dalam masyarakat hari ini. Terdapat pelbagai manfaat yang diperolehi daripada berlari. Berikut adalah beberapa kesan positif yang memberi kesan kepada pelari.

Kegembiraan



Setiap jenis sukan mempunyai kesan yang mampu untuk memberi kegembiraan kepada individu tersebut. Oleh sebab berlari mempunyai kesan yang lebih tinggi pada badan anda, ia akan melepaskan tahap hormon anda dengan lebih baik.

Menurut satu kajian, berlari merangsang tubuh untuk menghasilkan sejumlah besar hormon yang dipanggil *endocannabinoid*, yang bertanggungjawab membuat anda berasa lebih baik. Berlari juga dipercayai dapat mengembalikan emosi seseorang yang mengalami kemurungan.

Fikiran



Apabila anda semakin berusia, daya ingatan seseorang akan perlahan-lahan kehilangan fungsinya dan melemahkan pemikiran. Berlari diketahui berupaya dapat melawan ketidakmampuan kognitif (*cognitive impairment*). Individu berusia yang menjadikan berlari sebagai satu gaya hidup dilaporkan mempunyai tahap ingatan yang lebih baik dan tempoh tumpuan yang lebih lama.

Kecergasan



Berlari akan membuatkan anda berada dalam keadaan fizikal yang cergas di samping pembakaran lemak dengan lebih cepat. Di samping itu juga, ia dapat membantu seseorang untuk mengawal berat badan secara konsisten hasil daripada pembakaran lemak dengan cepat.

Proses pembakaran kalori dalam badan tidak hanya tertumpu kepada cara larian yang pantas. Terdapat kajian bahawa badan anda turut mendapat manfaat daripada senaman intensiti rendah juga.

Walau bagaimanapun, berlari boleh menyebabkan individu merasakan perlunya mengambil makanan dalam kuantiti yang banyak setelah selesai berlari. Perlu diingatkan bahawa larian pagi tidak memberikan anda hak untuk makan apa sahaja yang anda mahukan. Mengawal diet adalah perlu bagi mengelakkan daripada usaha yang tidak mendatangkan hasil yang sepatutnya.

Badan Yang Sihat



Walaupun berlari tidak memberi jaminan untuk menyembuhkan sebarang penyakit, tetapi ianya boleh menghalang banyak penyakit. Berlari juga merendahkan risiko anda mendapat strok. Ramai doktor mengesyorkan berlari sebagai sebahagian daripada pelan rawatan penyakit seperti kencing manis dan tekanan darah tinggi.

Semasa anda berlari, arteri dan jantung anda semakin kuat, dengan itu dapat mengurangkan risiko serangan jantung. Lebih-lebih lagi, apabila anda bersenam, metabolisme akan membantu badan anda untuk menyahtoksik semua bahan beracun. Oleh itu, larian boleh memberi rangsangan kepada sistem imun anda, yang mengakibatkan kesihatan keseluruhan yang lebih baik. Berlari tidak memerlukan perbelanjaan yang tinggi, namun ia dapat memberikan manfaat kesihatan yang dijanjikan.



"belajar menerima,
seperti langit yang pasrah
pada hujan yang datang tanpa amaran.
Tak perlu benci, tak perlu lari -
Kerana **TAKDIR** datang
bukan untuk menghukum,
tapi untuk mengajar
tentang kekuatan yang tersembunyi."



-G.E-