

Ke Arah Penggunaan Berhemat

Panduan Penjimatatan Bijak dalam Kehidupan Seharian



Perubahan Dengan Bermula Saya

www.kkk.org.my

Bawa beg sendiri untuk mengisi barang yang dibeli ketika membeli belah. Beg plastik tidak mesra alam dan tidak boleh dibilogredasikan.



Bandingkan harga antara kedai-kedai runcit dan membeli di tempat yang anda dapatkan harga dan kualiti yang terbaik.



Sedia dan bawa bekalan daripada rumah ke tempat kerja atau sekolah. Makanan ini lebih menyihatkan dan menjimatkan jika dibandingkan dengan membeli makanan diluar.



Kutip kertas, tin atau bahan-bahan lain yang boleh dikitar semula dan hantar ke pusat kitar semula.



Memilih barang tanpa jenama berbanding dengan barang berjenama. Anda boleh berjimat sehingga 30% dalam perbelanjaan anda.



Gunakan lampu kalimantan. Lampu jenis ini menggunakan $\frac{1}{4}$ tenaga elektrik dan mampu bertahan empat kali lebih lama berbanding mentol lampu biasa.



Tunggu selama 24 jam sebelum memutuskan untuk membeli barang yang mahal. Jangan sekali-kali menerima tekanan penjual untuk membuat keputusan serta-merta.



Menggunakan bakul dan bukannya troli di pasar raya. Ini akan mengurangkan perbelanjaan anda.



Membeli dengan tunai dan bukannya dengan kad kredit. Anda akan lebih mengawal perbelanjaan anda. Anda hendaklah sentiasa berhati-hati ketika menggunakan kad kredit.



Beli tanaman keluaran tempatan. Ia bukan sahaja menjimatkan wang tetapi juga menyokong kehidupan petani tempatan.



BUATAN MALAYSIA

Mengawasi pendapatan dan perbelanjaan anda. Anda harus menyediakan bajet bulanan. Pastikan anda mengikutnya.



Menjimatkan air. Menuai air hujan untuk menyiram tanaman di rumah, mencuci kereta atau kegunaan di bilik air.



Tanam sayur-sayuran atau buah-buahan di kawasan halaman rumah anda.



Towards Mindful Consumption

Smart Saving Tips for Everyday Living

NATIONAL CONSUMER CAMPAIGN 2008 - 2012
3K


change begins with me

www.kkk.org.my

Take your own bags for shopping to carry home groceries. Plastic bags are not environment friendly and not biodegradable.



Compare Prices between retail outlets and choose where you can get the best deals.



Prepare and bring home-cooked meals to work or school. It is not only more economical but also more healthy.



Collect used paper products, cans and other recyclable items and send them to your recycling centres.



Select house brands compared to established brands. You can save up to 30% on your expenditure.



Replace lights used with compact energy-saving fluorescent lamps. They use ¼ of the electricity and last 4 times longer than the normal light bulb.



Wait for 24 hours before purchasing expensive items. Never be pressured into making decisions immediately.



Use the basket instead of the trolley. This will reduce your spending.



Buy with cash rather than credit card. You will spend less. Always be cautious in using credit cards.



Buy locally grown food. Not only will you be saving money but you will also be supporting the local farmers.



Monitor your income and your expenses. Always prepare your monthly budget. Stick to it.



Save water. Collect rain water for gardening, washing vehicles or for use in the toilet.



Plant your own vegetables and fruits around your home or in pots.



மதிநுட்பப் பயண்டடை நோக்கி

அன்றாட வாழ்க்கை முறைக்கு விவேகமான சேமிப்பு ஆவோசனைகள்

பொருட்களை வாங்குவதற்கு உங்களுடைய பைலைஸ் எடுத்துச் செல்லுங்கள். பிளஸ்டிக் பைகள் இயற்கைக்குக் கேடு விளைவிப்பவையாகும்



தகரைக் குவளைகள், காக்டாங்கள் ஆகியவற்றைச் சேகரித்துச் சமூபயனீடுக்கு அனுப்புங்கள்



பேரங்காடிகளில் பொருட்களை வாங்கும் போது தள்ளு வண்டியைப் பயன் படுத்துவதைத் தவிர்த்த கூடடைகளைப் பயன் படுத்த தொடர்க்குங்கள். இதன் மூலம் செலவீணங்களைக் குறைக்க முடியும்



மனிகை கடைகளில் விற்கப்படும் பொருட்களின் விலையை ஒட்பிடுப் பார்த்து தரமான பொருட்களை நியாயமான விலையில் வாங்குங்கள்.



வர்த்தக குறையிடு இல்லாத பொருட்களைத் தேர்வு செய்வதனால், ஏற்குறைய 30% செலவீணங்களைக் குறைக்கலாம்.



இயன்ற அளவுக்கு கடன் அடைகளைப் பயன் படுத்துவதைத் தவிர்த்த ரொக்க பணத்தைக் கொண்டு பொருட்களை வாங்குகள். இதன் மூலம் செலவீணங்களைக் கட்டுப் படுத்தலாம். கடன் அடைகளைப் பயன் படுத்துவதில் எச்சரிக்கையாக இருங்கள்.



பணி புரியும் இடங்களுக்கும், பள்ளிகளுக்கும் வீட்டிலிருந்து உணவை எடுத்துச் செல்லுங்கள். இதன் மூலம் செலவுகளையும் கட்டுப் படுத்தலாம். மேலும் ஆரோக்கியமான உணவுகளை உண்பதற்கும் வழிவகுக்கும்



மீன்னாற்றலைக் குறைவாக பயன்படுத்தும் விளக்குகளை பயன்படுத்துங்கள்.



தொலைக்காட்சி மற்றும் ஏனைய மின்சார பொருட்களைப் பயன் படுத்தாத பொழுது அதனை அடைத்து விடுங்கள். ஏனையில் இச்சாதாளங்கள் அனைத்தும் பயன்படுத்தாமல் திறந்திருப்பின் ஏற்குறை 10% முதல் 60% வரை மின்னாற்றலைப் பயன்படுத்துகின்றன



என்ன பொருட்களை வாங்க வேண்டும் என்பதற்குப் பட்டியலைத் தயார் செய்வதின் மூலம் உங்களுடைய செலவீணங்களைத் திட்டமிடுங்கள். தயார் செய்த பட்டியலை நீங்கள் பின்பற்றுவதை உறுதி செய்யுங்கள்.



விலைமதிப்புள்ள பொருட்களை வாங்குவதற்கு முடிவு செய்வதற்கு குறைந்தது 24 மணி நேரமாவது எடுத்துக் கொள்ளுங்கள். உடனடியாக முடிவு எடுக்க உங்களை வற்புறுத்திக் கொள்ளாதீர்கள்

உள்நாட்டு வெளியீடான தாங்கைகளை வாங்குங்கள். இதன் மூலம் உள்நாட்டு விவசாயிகளுக்கு ஆதரவு அளிக்கலாம்.



BUATAN MALAYSIA

உங்கள் வருமானத்தையும் செலவீணத்தையும் கண்காணியுங்கள். வரவு செலவு திட்டத்தைத் தயார் படுத்துங்கள் அதனைப் பின்பற்றுவதை உறுதி செய்து கொள்ளுங்கள்.



தன்னிரைச் சேமியுங்கள். வாகனங்களைக் கழுவதற்கு, மெடகளுக்கு நீர் பாய்க்கதல், கழிவறைகளுக்குத் தேவையான நீர் ஆகியவற்றுக்கு மழை நீரைப் பயன்படுத்தலாம்.



உங்கள் விடைன் அருகில் காய்கறிகள் மற்றும் பழங்களைப் பயிரிட தொடங்கலாம்.





通向“迈富”消费

生活小锦囊

在购物时携带自己的购物袋。
塑胶袋不但不环保，也不能自然分解。



收集废纸，铝罐和其它能再循环的物品，然后把它们送到您邻近的再循环中心。



以购物篮取代手推车，以减少购物开销。



购买本地出产的农作物。
节省之余，
您也能支持本地农业。



BUATAN MALAYSIA

购物前必须货比三家，以便能买到最实惠的物品。



舍弃名牌，购买商家品牌的物品。这样能帮助您在购物中节省高达30%的花费。



以现金取代信用卡付费，
您将能减少花费。
用信用卡的时候必须小心谨慎。



记录您的收入及开销。
准备每个月的预算并遵从该预算。



自备便当去上课和工作。这样不但能节省也比较健康。



用日光灯来取代传统式的灯。比起普通的灯泡，日光灯只使用1/4的电源以及拥有长达4倍的使用期限。



在购买昂贵的货品之前先等待24小时。千万不要在当下被迫做出任何仓促的决定。



在您没使用电视或其它电器时，请把它关上。在没使用的情况下，这些插着电的电器仍能消耗10%至60%的电源。



在购物前先根据您所需要的物品来列下一张购物单，并只购买购物单上所列名的物品。



节约水源。收集雨水以供种植，洗车或冲厕之用。



在您居家周围自行种植食用蔬果。

