

## Bajet 2006

### memacu perkembangan sektor perniagaan

**B**ajet 2006 yang dibentangkan oleh YAB Dato' Seri Abdullah Ahmad Badawi, Perdana Menteri Malaysia pada 30 September 2005 menampilkan usaha kerajaan bagi memperkembangkan sektor perniagaan. Dengan berlakunya kenaikan kos pengeluaran akibat harga minyak yang meningkat, langkah ini dilakukan kerajaan bagi mengurangkan kos pengeluaran yang dialami oleh syarikat.

Di samping itu, beberapa sektor juga diberikan peruntukan khusus bagi memajukan lagi sektor tersebut, seperti sektor pertanian, bioteknologi, sosial, perumahan dan sebagainya. Berikut adalah sebahagian daripada intipati bajet 2006.

- Peruntukan terbesar diberikan kepada sektor-sektor pertanian, industri dan infrastruktur, iaitu sebanyak RM14.4 bilion.
- RM9.9 bilion diperuntukkan bagi pendidikan, kesihatan dan perumahan. Sektor keselamatan (RM5.6 bilion) dan pentadbiran (6.3 bilion).
- RM5.7 bilion bagi memperbaiki lagi ekonomi



**Pengguna Bijak**

- ✓ Beli barangan berkualiti
- ✓ Buat perbandingan harga
- ✓ Pilih perkhidmatan terbaik
- ✓ Buat pilihan yang tepat



dan infrastruktur di luar bandar di mana RM2.7 bilion untuk pelaksanaan projek pertanian.

- "Flying Squad" Pejabat Tanah: Anggota akan ditambah sebanyak 600 orang dengan skop tugas diperluaskan.
- 334 jawatan akan diwujudkan untuk semua Pusat Sehati Pihak Berkuasa Tempatan bagi mempercepatkan urusan pemprosesan lesen dan permit.
- Urusan e-payment menggunakan kad kredit di kaunter dan secara online akan dilaksanakan di PDRM, JPJ, Imigresen dan KWSP serta hospital.
- Jabatan Pertanian akan disusun semula dan diberi penambahan 255 jawatan baru. Pejabat Konsular Pertanian akan dibuka di luar negara untuk mempromosikan produk pertanian.
- Makmal keselamatan dan kualiti makanan di Kementerian Kesihatan akan disusun semula.
- Tabung Makanan (3F) akan ditambah RM300 juta.
- Peruntukan RM160 juta disediakan bagi program pembangunan perikanan.

Ke muka 5 ►►

**MENARIK DI DALAM .... Insurans Perubatan dan Kesihatan 3 ■ Syarikat Berikan Janji Palsu 6 ■ Kenapa Kita Perlu Kitar Semula 6 ■ Membuat Aduan Melalui SMS 7 ■ 'ICE' Dalam Telefon Bimbit 8 ■ Amalan Pemakanan Ketika Berpuasa 9 ■ Taun Akibat Jangkitan Bakteria 12 ....**

**K**ualiti perkhidmatan sektor berasaskan perkhidmatan pada masa ini amat membimbangkan. Mereka berlagak seolah-olah pengguna tidak “penting”. Pengguna pula sebaliknya terpaksa membuat pilihan sama ada ingin menggunakan perkhidmatan mereka atau “boleh pergi ke tempat lain”.

Dua sektor perkhidmatan yang sering menjadi rungutan pengguna ialah perbankan dan insurans. Bank merupakan institusi di mana pengguna menyimpan wang mereka untuk tujuan keselamatan. Melalui pelbagai produk yang ditawarkan, pengguna pula boleh membuat pelbagai pinjaman untuk membiayai suatu jenis pembelian, seperti rumah, kenderaan, menjalankan perniagaan dan sebagainya.

Jelas di sini, wang yang disimpan oleh pengguna digunakan semula oleh bank untuk tujuan pelaburan dalam bentuk menyediakan pinjaman. Tetapi malangnya, pengguna pula tidak mendapat layanan sewajarnya terhadap wang simpanan mereka. Pelbagai jenis bayaran kepada pengguna apabila menggunakan perkhidmatan bank dalam menguruskan wang simpanan mereka.

Terdapat lebih daripada lima belas jenis bayaran perkhidmatan yang dikenakan oleh bank, antaranya caj kurier buku cek, menukar wang kertas atau siling, penggunaan ATM, menutup akaun, perkhidmatan dalam talian dan sebagainya.

Sikap pihak bank yang terlalu mementingkan “wang ringgit” tanpa menghiraukan kebajikan pengguna amat dikesali. Setiap tahun pengurusan bank mengumumkan keuntungan bank meningkat, tetapi malangnya bagi pengguna, mutu perkhidmatan kian merosot.

Begitu dengan syarikat insurans. Dengan pelbagai produk insurans yang disediakan, pengguna ditarik untuk membeli polisi mereka sama ada polisi am atau hayat. Pengguna juga tidak boleh terlewat dalam menjelaskan premium kerana ia akan menyebabkan perlindungan insurans mereka boleh terjejas. Tetapi malangnya apabila berlaku sesuatu kemalangan atau pengguna memerlukan rawatan perubatan, syarikat insurans begitu “liat” membayar tuntutan. Pengguna terpaksa berjuang untuk mendapatkan tuntutan mereka sehingga adakalanya memakan masa yang lama.

Sampai bilakah kedua-dua sektor kewangan ini akan terus “bermaharaja lela”. Bagi pengguna, kedua-dua sektor itu penting kerana sama ada suka atau tidak mereka perlu menggunakannya. Dalam hal ini, kedua-dua sektor kewangan ini perlu membuat pertimbangan bahawa monopoli mereka akan berakhir. Sedarkah mereka bahawa apabila liberalisasi kewangan dilaksanakan sepenuhnya, syarikat insurans dan bank antarabangsa boleh melebarkan perkhidmatan mereka di negara ini. Pada masa itu, pengguna mungkin akan beralih kepada syarikat insurans dan bank asing ini kerana mutu dan kecekapan perkhidmatan mereka jauh lebih baik. Ketika itu, barulah syarikat insurans dan bank tempatan akan tahu sama ada “langit itu tinggi atau rendah”.

## SIDANG REDAKSI

### **Penasihat:**

**Y. Bhg. Dato' Seri Talaat bin Hj. Husain**

*Ketua Setiausaha Kementerian Perdagangan Dalam Negeri dan Hal Ehwal Pengguna*

**Ketua Sidang Pengarang  
Isamil bin Jantan**

**Timbalan Ketua Sidang Pengarang  
Mohd Yusof bin Abdul Rahman**

**Sidang Pengarang  
Azendi bin Mohd Zawawi  
Nazleen bte Mohd Emran  
Noor Jamal Ali  
Indrani Thuraisingham  
Siti Rahayu bte Zakaria**

**Dicetak oleh Syarikat Asas Jaya**

*Buletin Pengguna merupakan penerbitan usahasama di antara Kementerian Perdagangan Dalam Negeri dan Hal Ehwal Pengguna dan FOMCA. Ia diterbitkan pada setiap bulan. Sumbangan artikel amat dialu-alukan. Sila hantarkan sumbangan kepada:*

**Editor,  
Buletin Pengguna,  
No 1D-1, Bangunan SKPPK,  
Jalan SS9A/17, 47300 Petaling Jaya,  
Selangor Darul Ehsan.**

Emel: [buletinpengguna@hotmail.com](mailto:buletinpengguna@hotmail.com)  
Laman Web KPND & HEP : [www.kpdnhep.gov.my](http://www.kpdnhep.gov.my)  
Laman Web FOMCA : [www.fomca.org.my](http://www.fomca.org.my)

*Artikel yang disiarkan dalam Buletin Pengguna ini tidak semestinya mencerminkan pendirian dan dasar Kementerian Perdagangan Dalam Negeri dan Hal Ehwal Pengguna atau FOMCA. Ia merupakan pendapat penulis sendiri.*

# Insurans Perubatan dan Kesihatan

**P**olisi Insurans Perubatan dan Kesihatan (IPK) bertujuan untuk melindungi kos rawatan perubatan swasta, seperti kos kemasukan ke hospital dan penjagaan kesihatan, sekiranya anda didiagnosis dengan penyakit yang dilindungi atau ditimpa kemalangan.

Perlindungan insurans ini disediakan oleh syarikat insurans berlesen berdasarkan premium yang dibayar. Jenis manfaat yang akan diterima bergantung kepada jenis polisi insurans yang diambil.

## Tujuan membeli polisi insurans perubatan dan kesihatan

Polisi IPK dimanfaatkan bagi membayar berbagai belanja hospital dan perubatan sekiranya mengalami kesakitan atau kecederaan. Ia merangkumi perbelanjaan seperti kos bilik hospital, bayaran pembedahan dan profesional, serta kos perkhidmatan dan rawatan. Selain itu, IPK juga membantu sekiranya seseorang pemilik polisi itu tidak dapat bekerja kerana sakit atau cedera.

## Jenis polisi IPK

- Insurans hospital dan pembedahan - menampung perbelanjaan kemasukan ke hospital dan pembedahan yang ditanggung disebabkan penyakit yang dilindungi di bawah polisi.
- Insurans penyakit kritikal - menyediakan pembayaran manfaat secara sekaligus apabila seseorang itu didiagnosis menghadapi mana-mana 36 penyakit yang amat kritikal atau penyakit-penyakit yang telah ditetapkan.
- Insurans kehilangan pendapatan akibat hilang upaya - menyediakan sumber pendapatan yang berterusan apabila tidak lagi dapat bekerja akibat sakit atau cedera.
- Insurans pendapatan hospital - membayar sejumlah wang tertentu secara harian, mingguan atau bulanan, tertakluk kepada had tahunan, sekiranya seseorang itu perlu tinggal di hospital kerana penyakit yang dilindungi, tidak sihat atau cedera.



## Manfaat yang diliputi oleh polisi

Pembayaran manfaat bergantung kepada jenis polisi yang dibeli. Teliti kontrak polisi untuk mengetahui butir-butir manfaat, misalnya apa yang dilindungi dan apa yang tidak dilindungi, bila dan bagaimana manfaat akan dibayar.

## Jenis-jenis Manfaat

- Penginapan hospital dan belanja rawatan
- Belanja pembedahan (fi pakar bedah dan kos yang berkaitan pembedahan)
- Belanja doktor perubatan
- Ujian untuk pesakit masuk ke wad

## Cara membuat tuntutan

- Sebelum menerima rawatan, hubungi syarikat insurans untuk memastikan bahawa rawatan yang dibuat itu dilindungi atau hospital tersebut panel syarikat insurans
- Doktor perlu mengisi dan menandatangani borang tuntutan.
- Sentiasa hubungi syarikat insurans untuk mengenai status tuntutan.
- Doktor mungkin mengesyorkan ujian yang akan dibuat atau dimasukkan ke hospital.
- Dapatkan panduan daripada syarikat insurans dengan mendapatkan pengesahan perlindungan dan jika perlu menghantar borang perlindungan kepada anda.
- Syarikat insurans juga perlu memberitahu cara bayaran tuntutan dibuat.

Sekiranya telah didiagnosis menunjukkan ketidakupayaan yang membolehkan perbelanjaan dituntut, anda hendaklah mengambil tindakan berikut:

- Beri notis bertulis secepat mungkin kepada syarikat insurans, atau dalam tempoh 30 hari dari tarikh rawatan diterima.
- Lampirkan dokumen penting - bil dan resit asal, laporan penuh doktor, ringkasan kos rawatan dan surat rujukan (sekiranya ada).
- Ikuti nasihat perubatan yang diberikan agar

Ke muka 4 ►►



«*Dari muka 3*

tidak timbul masalah ketika membuat tuntutan.

- Manfaat dibayar apabila semua bil tuntutan dikemukakan dan dipersetujui syarikat insurans.

### **Perkara yang perlu diberi perhatian**

- Buat pilihan bijak sebelum membeli polisi. Buat perbandingan terlebih dahulu sebelum membeli.
- Jangan membeli lebih polisi daripada apa yang termampu.
- Berurusan hanya dengan syarikat insurans berlesen atau ejen yang sah atau broker insurans berlesen sahaja.
- Dapatkan maklumat lengkap ejen dan syarikat insurans.
- Fahami polisi insurans dengan sedalam-dalamnya.
- Isikan borang permohonan dengan teliti. Dedahkan segala butiran yang diperlukan. Kegagalan berbuat demikian akan mempengaruhi tuntutan.
- Teliti butir-butir perlindungan. Dapatkan risalah

yang menerangkan ciri-ciri penting polisi.

- Jangan bayar secara tunai - Bayar dengan cek, kiriman wang, auto debit atau deraf bank yang dibayar atas nama syarikat insurans. Dapatkan resit yang mengandungi nama, alamat dan nombor telefon syarikat insurans.
- Keputusan tentang permohonan akan dimaklumkan dalam tempoh 30 hari. Dapatkan penjelasan secara bertulis daripada syarikat insurans jika belum mendapat keputusan. Sekiranya selepas 15 hari, masih tidak mendapat maklum balas, hubungi Bank Negara Malaysia (BNM).
- Baca kontrak polisi dengan teliti. Periksa salinan asal permohonan dilampirkan bersama polisi dan pastikan maklumat perubahan dinyatakan adalah lengkap dan tepat. Semak semula jadual manfaat dan pastikan maklumat adalah betul seperti yang kehendaki. Pastikan tidak ada sebarang muka surat yang hilang di dalam polisi dan tidak ada 'rider' atau pengecualian yang di luar jangkaan.

Sumber: [www.infoinsurance.com.my](http://www.infoinsurance.com.my)

## **STANDARD**

# **Standard Untuk Kebaikan Semua**

**S**tandard memainkan peranan di dalam inovasi, mempertingkatkan pasaran dan mewujudkan peluang bersaing yang adil.

Standard boleh diwujudkan di dalam forum terbuka, di mana perwakilan daripada pelbagai pihak mengambil bahagian. Standard juga diwujudkan secara persendirian oleh beberapa jenis industri yang ingin mengatasi atau menangani masalah individu tertentu. Walau bagaimanapun standard tersebut akan dijadikan suatu platform perbandingan di antara ahli-ahli di dalam industri yang sama.

Tetapi paling penting standard memainkan peranan penting di dalam meningkatkan kebolehan persaingan, prestasi industri secara keseluruhan dan pada masa yang sama memastikan keselamatan dan kesihatan pengguna. Standard juga meningkatkan kebolehpercayaan pada produk dan perkhidmatan.

### **Kebaikan standard untuk bidang perniagaan dan perdagangan**

Standard adalah suatu kaedah yang sangat berguna bagi perniagaan. Ia mempengaruhi setiap

proses perkembangan produk atau perkhidmatan, iaitu daripada idea sehinggalah pelaksanaan. Standard mengenal pasti aspek-aspek kritikal dan kebolehpercayaan dan kualiti produk dan perkhidmatan.

### **Pasaran baru boleh diterokai**

Standard mewujudkan keupayaan bersaing dan memberikan peluang yang adil bagi Malaysia untuk menerokai pasaran baru. Ini adalah benar terutamanya bagi bidang teknologi terkini dalam bidang IT, elektronik dan bioteknologi.

### **Mengurangkan halangan perdagangan**

Negara-negara yang mematuhi peraturan WTO (Pertubuhan Perdagangan Antarabangsa) tidak akan mengalami masalah dari segi kemasukan produk dari negara lain yang sama-sama mematuhi peraturan tersebut. Ini akan mengurangkan atau meminimumkan halangan terhadap perdagangan

*Sumbangan: Persatuan Pengguna-Pengguna Standard Malaysia*

## ◀ Dari muka 1

- Sebuah syarikat baru bermodal permulaan RM200 juta untuk melaksanakan aktiviti perladangan hutan secara komersil.
- Peruntukan tambahan RM400 juta bagi membiayai projek pertanian oleh Syarikat Berkaitan Kerajaan (GLC).
- Khazanah Nasional tubuhkan Syarikat Pertanian dan Makanan Nasional dengan modal RM500 juta untuk menjadi pusat kecemerlangan pengurusan rantai bekalan pertanian.
- *Bioproducts Validation Centre* bernilai RM30 juta akan dilancarkan di Johor Baharu.
- Yayasan Amanah Hartanah Bumiputera akan ditubuhkan dengan modal RM2 bilion sebagai dana untuk membeli hartanah komersil di kawasan bandar utama.
- Peruntukan sebanyak RM493 juta bagi menampung enrolmen pelajar sekolah teknikal, vokasional dan latihan kemahiran yang akan ditingkatkan kepada 98,000 pelajar tahun 2006 daripada 72,000 pelajar tahun ini.
- Pelepasan cukai secara automatik sehingga RM4,000 bagi setiap anak yang belajar di institusi pengajian tempatan berdasarkan perbelanjaan sebenar.
- Ibu bapa layak mendapat pelepasan cukai berjumlah RM9,000 untuk anak kurang upaya, tidak termasuk pelepasan untuk anak itu sendiri.
- Pelepasan bagi melanjutkan pengajian profesional dan dalam bidang perakaunan dan undang-undang.
- Sebanyak 400 perpustakaan desa akan dibina.
- Cukai jalan ke atas kenderaan disel persendirian melebihi 1600cc dikurangkan sebanyak 40 peratus kecuali bagi Sarawak.
- Kadar bantuan untuk warga tua daif akan dinaikkan kepada RM200 sebulan daripada RM135 sebulan. Kadar bantuan anak-anak yatim dan miskin ditingkatkan kepada RM100 sebulan daripada RM80 sebulan. Bantuan maksimum sekeluarga dinaikkan kepada RM450 sebulan daripada RM350 sebulan.
- Bantuan kepada Tabika di bawah Kemas akan dinaikkan kepada RM1.50 sehari daripada 60 sen bagi setiap murid.
- RM1.1 bilion diperuntukkan bagi penyediaan 26,000 kuarters dalam tahun 2006 untuk guru, tentera, polis, bomba dan kastam.
- Suami isteri kini boleh menuntut pengecualian cukai keuntungan harta tanah sekali dalam seumur hidup (kini hanya diberi kepada suami).
- Cukai ke atas minuman keras dinaikkan purata 9 peratus manakala rokok 13 peratus.
- Touch 'n Go yang kini boleh digunakan disemua pengangkutan rel, akan diperluaskan kepada perkhidmatan bas.
- Jumlah stesen gas runcit yang kini berjumlah 51 buah akan ditambah dua kali ganda menjelang 2007 untuk menggalakkan penggunaan gas.
- Geran sebanyak RM50,000 akan diberi bagi setiap bas monogas yang diperolehi bagi tempoh sehingga akhir 2008.
- Bantuan Kos Sara Hidup (COLA) bagi kakitangan perkhidmatan awam di antara RM50 hingga RM150 sebulan.
- Imbuhan tetap khidmat awam (ITKA) diselaraskan untuk pegawai Gred 41 dan 42 serta pensyarah Gred 45 ditetapkan pada RM300 sebulan.
- Elaun penyelia Kelas Al-Quran dan fardhu ain (KAFA) dinaikkan daripada RM500 sebulan kepada RM750 sebulan.
- Elaun guru KAFA ditetapkan sebanyak RM500 sebulan (Sebelum ini elaun maksimum bagi semenanjung Malaysia ialah RM288 sebulan dan bagi Sabah dan Sarawak RM336 sebulan).
- Bayaran insentif merawat pesakit tibi dan kusta sebanyak RM60 sebulan akan dipanjangkan kepada juruteknologi makmal dan perubatan, pembantu makmal perubatan dan atenden kesihatan yang bertugas di makmal di Pusat Tibi Negara dan Makmal Pusat Kusta Negara.
- Pegawai kerajaan mendapat bonus satu setengah bulan gaji bagi pendapatan sehingga RM1,000 sebulan dan sebulan gaji bagi yang berpendapatan melebihi RM1,000 sebulan.
- Pesara kerajaan diberi bayaran khas sebanyak RM200.
- Penguatkuasaan Kementerian Perdagangan Dalam Negeri dan Hal Ehwal Pengguna akan ditambah seramai 745 anggota.

Sumber: BERNAMA



No. 1C-1, Bangunan SKPPK,  
Jalan SS9A/17  
47300 Petaling Jaya  
Selangor  
Tel: 03-7877 9000  
Faks: 03-7874 8097  
Emel: nccc@eraconsumer.org  
www.eraconsumer.org

**ADIL • PROFESIONAL • BERKESAN**

### Syarikat Berikan Janji Palsu

**N**CCC telah dikunjungi oleh beberapa orang pelajar kolej swasta yang membuat aduan tentang sebuah syarikat swasta yang disyaki menjalankan kegiatan yang menyalahi undang-undang. Syarikat tersebut kononnya telah berjanji kepada pengadu dan ramai orang yang lain, iaitu mereka boleh menawarkan kontrak untuk menjadi bakat iklan media cetak dan elektronik.

Mangsa telah dipanggil untuk menghadiri sesi latihan dandanan diri yang dianjurkan oleh syarikat tersebut di sebuah hotel terkemuka di Kuala Lumpur. Namun begitu, sebelum menghadiri sesi latihan itu, mangsa telah dikehendaki menandatangani satu perjanjian yang kandungannya ada menyatakan bahawa sekiranya mangsa gagal menghadiri sesi latihan berkenaan, mangsa terpaksa membayar sebanyak RM2,000.00 sebagai gantirugi kepada syarikat.

Perjanjian itu ditulis dalam bahasa Inggeris dan mangsa tidak berkesempatan untuk membacanya. Tambahan pula selepas menandatangani perjanjian itu, salinannya tidak diberikan kepada mangsa.

Apabila mangsa menghadiri sesi latihan itu, syarikat secara liciknya telah memaksa mangsa membeli alatan solekan yang kononnya digunakan oleh pelakon-pelakon filem barat yang terkenal. Alatan solekan itu berharga di sekitar RM300.00 hingga RM800.00 mengikut jenama. Tetapi malangnya selepas tamat sesi latihan itu, tidak timbul langsung tentang kontrak periklanan tersebut.

#### TINDAKAN NCCC

NCCC berasa amat hairan dengan sikap segelintir pengusaha yang begitu taksab dalam mencari keuntungan sehingga tidak langsung memikirkan tentang etika perniagaan. Niat syarikat itu amat jelas sekali. Mereka telah memperdayakan gadis-gadis itu membeli alatan solekan mereka dengan harapan akan menjadi model iklan. NCCC telah menghubungi pihak media agar membongkarkan kegiatan syarikat ini bagi mengelak lebih ramai lagi yang menjadi mangsanya.

#### NASIHAT NCCC

Para pengguna dinasihatkan agar berhati-hati apabila dikunjungi ejen-ejen syarikat seperti ini. Laporkan dengan segera kepada pihak berkuasa sekiranya mengesyaki sesuatu yang tidak betul terhadap operasi syarikat itu.

## KITAR SEMULA

### Kenapa Kita Perlu Kitar Semula

#### Kertas

- Sebanyak 17 batang pokok terpaksa ditebang bagi menghasilkan satu tan (1,000 kilogram) kertas.
- Sebanyak 30 - 50 peratus tenaga dapat dijimatkan jika menghasilkan kertas daripada kertas lama. Ia juga dapat mengurangkan masalah pencemaran udara sebanyak 95 peratus.
- Kertas yang dikitar semula boleh digunakan sebagai pengganti kepada kertas baru tanpa menjejaskan kualitasnya.

#### Aluminium

- Lebih daripada 400 gram bauksit dan arang batu untuk menghasilkan satu tan aluminium.
- Menghasilkan aluminium daripada tin aluminium terpakai dapat mengurangkan penggunaan

tenaga sebanyak 90 peratus tenaga.

- Tenaga yang dijimatkan daripada satu kitar semula boleh digunakan untuk menghidupkan televisyen selama tiga jam.

#### Gelas

- Sebanyak 7,600 BTU (100 watt lampu yang dinyalakan selama 24 jam) tenaga diperlukan untuk membuat 454 gram gelas.
- Menghasilkan gelas daripada gelas yang dikitar semula menjimatkan sebanyak 32 peratus tenaga, mengurangkan pencemaran sebanyak 32 peratus dan pencemaran air sebanyak 50 peratus.
- Tenaga yang dihasilkan daripada proses kitaran semula satu biji botol gelas dapat menghidupkan 100 watt lampu selama empat jam.



# Membuat Aduan Melalui SMS - 36663

**S**eiring dengan perkembangan teknologi maklumat, Kementerian Perdagangan Dalam Negeri turut memberi pilihan kepada pengguna untuk membuat aduan. Salah satu saluran yang disediakan ialah penggunaan khidmat pesanan ringkas (SMS). Berikut adalah panduan menggunakan SMS KPDNHEP.

## Menu Utama

Taip KPDN hantar ke 36663

Contoh : KPDN



Nota : Ini adalah untuk mendapatkan kata kunci yang lain.

## Membuat Aduan

Taip ADU<ruang>mesej hantar ke 36663

Contoh : ADU Penipuan Harga, Siti Cafe, 28, Jalan Tuti, Kluang, Johor 07-6245268



## Semak Status Aduan

Taip SEMAK<ruang>NO. ADUAN hantar ke 36663

Contoh : SEMAK 123456789012



Nota: No aduan adalah berdasarkan nombor aduan yang didapati daripada maklumbalas aduan yang dibuat.

## Mendapatkan Senarai Barangan Yang dikawal

Taip HARGA BARANG hantar ke 36663

Contoh : HARGA BARANG



## Membuat Semakan Harga

Taip HARGA hantar ke 36663

Contoh : HARGA AYAM Kedah Hantar SMS ke 36663



Nota : ini adalah untuk mendapatkan harga barang bagi negeri Kedah.

## Saluran aduan lain

Selain daripada menggunakan SMS, para pengguna juga boleh menyalurkan aduan melalui cara-cara berikut, iaitu:

Talian Hotline - 1800-886-800

Laman web: [www.e-aduan.kpdnhep.gov.my](http://www.e-aduan.kpdnhep.gov.my)

Emel: [aduan@kpdnhep.gov.my](mailto:aduan@kpdnhep.gov.my)

*Sumber: Kementerian Perdagangan Dalam Negeri dan Hal Ehwal Pengguna*



## 'I C E' dalam Telefon Bimbit

**S**eringkali apabila berlakunya sesuatu kemalangan atau kecemasan, seperti kemalangan jalan raya, bencana dan sebagainya, sukar bagi seseorang yang membantu mangsa kemalangan tersebut untuk memaklumkan kepada waris mangsa itu. Walaupun mangsa itu mempunyai telefon bimbit, tetapi maklumat di dalamnya tidak banyak membantu kerana sukar untuk menentukan siapa yang perlu dihubungi. Keadaan ini juga berlaku bagi sesuatu kemalangan yang menyebabkan mangsa dimasukkan ke dalam hospital. Pihak hospital menghadapi kesukaran untuk memaklumkan kedudukan mangsa kepada waris.

Menyedari masalah ini, Perkhidmatan ambulans East Anglian telah melancarkan kempen "In Case of Emergency" dengan sokongan seorang bekas askar peperangan Falklands, Simon Weston. Kempen ini dibuat selepas berlakunya peristiwa pengeboman di London.

Melalui kempen ini, semua orang diminta memasukkan perkataan "I C E" di dalam buku alamat telefon bimbit mereka. Selepas perkataan tersebut, masukkan nombor telefon orang yang perlu dihubungi sekiranya berlaku kecemasan. Dengan cara ini, apabila berlakunya sesuatu kemalangan atau kecemasan, seorang atau pihak hospital dengan mudah mengetahui waris yang sepatutnya dihubungi. Jika terdapat lebih ramai



waris yang boleh dihubungi, letakkan ICE1, ICE2, ICE3 dan seterusnya.

Terdapat beberapa kaedah meletakkan ICE berdasarkan kemampuan telefon bimbit.

- i. ICE<ruang>No. telefon contoh: ICE 010-0000000
- ii. ICE<ruang>No. telefon<ruang>nama waris contoh: ICE 010-0000000 Aminah
- iii. ICE<ruang>No. telefon<ruang>nama waris<ruang>(hubungan dengan mangsa)<ruang>nama mangsa. Contoh: ICE 010-0000000 Aminah (isteri) Ali

Memandangkan pentingnya butir ini dimasukkan dalam telefon bimbit, ada syarikat pengeluar telefon bimbit yang menyediakan kemudahan ini dalam telefon bimbit keluaran mereka. Pengguna hanya perlu memasukkan butir-butir yang diperlukan. Ini akan lebih memudahkan. Oleh itu apabila berlakunya kemalangan dan ingin menghubungi waris mangsa, hanya cari "I C E".

## KESAN ROKOK KEPADA KANAK-KANAK

**K**anak-kanak yang terdedah dengan asap rokok didapati mengalami kemunduran dalam pelajaran mereka. Satu kajian yang dijalankan oleh Pusat Persekitaran Kesihatan Kanak-kanak menunjukkan bahawa pendedahan kanak-kanak kepada asap rokok, walaupun pada jumlah yang kecil, menyebabkan masalah kanak-kanak dalam kegiatan membaca dan mata pelajaran matematik.

Kajian yang dilakukan ke atas 4,000 orang

kanak-kanak ini dibuat dengan cara mengukur tahap continine - sejenis bahan yang terhasil apabila nikotin terungkai dalam tubuh. Continine diukur dalam darah, air kencing, air liur dan rambut. Kajian ini membabitkan kanak-kanak berusia 6 hingga 16 tahun. Hasil daripada pengukuran tahap Continine itu, maka tahap keupayaan kognitif dan akademik juga dikaji bagi kemahiran seperti mengira, membaca, lojik dan alasan.

*Sumber: Berita Harian, 7 Januari 2005*



## Amalan Pemakanan Semasa Berpuasa



**B**erpuasa merupakan amalan baik yang dapat mendisiplinkan individu dalam menjaga kesihatan diri. Bagi mengekalkan kesihatan semasa berpuasa, seseorang itu perlu mengambil makanan seimbang daripada lima kumpulan makanan iaitu roti dan bijirin, susu dan produk tenusu, daging dan kekacang, sayur-sayuran dan buah-buahan serta sedikit lemak dan gula.

### Amalan makanan sihat

- Banyakkan makan makanan yang berkarbohidrat kompleks. Makanan jenis ini lambat dihadamkan dan mengenyangkan, iaitu mengandungi serat dan berkarbohidrat kompleks.
- Makan banyak tempe kerana ia lambat hadam dan kaya protein. Makanan ini boleh berada dalam sistem penghadaman selama kira-kira lapan jam.
- Banyakkan makan kurma ketika berbuka. Kurma mengandungi kandungan gula, serat, karbohidrat kompleks dan garam galian. Ia boleh menjadi sumber tenaga untuk kecerdasan tubuh badan dan minda.
- Makan pisang sebagai pencuci mulut kerana ia

mempunyai banyak garam magnesium.

- Minum air secukupnya antara berbuka dan sahur.

### Juadah berbuka yang sihat

- Makanan yang dimasak secara kukus, panggang dan rebus.
- Kurangkan menggunakan santan dalam makanan. Sekiranya ingin memasak kari, gunakan dadih.
- Banyakkan makan sayur-sayuran dan buah-buahan segar.

### Amalan Makanan yang perlu dielakkan

- Makanan yang banyak lemak dan bergoreng. Makanan jenis ini boleh menyebabkan masalah lambat hadam, pedih ulu hati dan masalah berat badan.
- Kuih-muih yang banyak gula. Ia boleh menyebabkan masalah obesiti dan diabetes.
- Terlalu banyak makan semasa berbuka. Seeloknya makan dalam kuantiti yang sederhana dan ala kadar bagi mengelakkan rasa mengah dan penat.
- Minum teh atau kopi. Minuman ini boleh menyebabkan masalah sakit kepala.

## INFO PENGGUNA

### BARANG KAWALAN MUSIM PERAYAAN 2005/2006

**S**empena musim perayaan 2005/2006 - Hari Raya Aidilfitri, Deepavali dan Tahun Baru Cina - Kementerian Perdagangan Dalam Negeri dan Hal Ehwal Pengguna menetapkan harga siling bagi 23 barangan mengikut Skim Kawalan Harga Barang-barang Pengguna Tahun 2005/2006. Harga siling ini berkuatkuasa pada 13 Oktober 2005 hingga 29 Januari 2006.

Barang yang diletakkan di bawah Skim Kawalan Harga ini dikenal pasti melalui label berwarna merah jambu. Berikut adalah senarai barang kawalan tersebut, iaitu:

- Ayam standard (disembelih dan dibersihkan berserta kaki, kepala, hati dan hempedal)
- Ayam super (disembelih dan dibersihkan tanpa kaki, kepala, hati dan hempedal)
- Daging lembu tempatan
- Daging kerbau import (India)
- Daging kambing tempatan bertulang
- Daging kambing import bertulang
- Daging kambing import tanpa tulang (tidak termasuk paha)
- Ikan kembung tempatan
- Telur ayam gred A, B dan C
- Kacang panjang
- Kubis bulat (Indonesia)
- Cili merah
- Kelapa parut
- Bawang merah kecil (India)
- Ubi kentang (China)
- Tomato
- Kubis panjang (China)
- Ikan bawal putih (bagi 200 gram hingga 400 gram seekor dan 401 gram ke atas seekor)
- Udang putih besar (bagi berat antara 26ekor hingga 40 ekor sekilogram dan antara 41 hingga 60 ekor sekilogram)

**GREED PUTTING LICENCES AT RISK**

Shopkeepers who raise the prices of goods indiscriminately may lose their business licence. Domestic and Consumer Affairs Minister Datuk Shafie Apdal said his ministry would keep an eye on distributors to ensure they did not take advantage of the increase in fuel prices to raise the price of their goods.

*New Straits Times, 1 September 2005*

**AMARAN KEPADA PENIAGA  
NAIKKAN HARGA**

Kementerian Perdagangan Dalam Negeri dan Hal Ehwal Pengguna mengesan segelintir peniaga menjual ayam bersih tanpa organ pada harga ayam bersih dengan organ sejak kenaikan harga petrol dan diesel Mei lalu. Timbalan Menterinya, Datuk S Veerasingam, berkata pemantauan bahagian penguat kuasa kementerian mendapati harga ayam bersih tanpa organ dijual RM5.40 hingga RM5.70 sekilogram, hampir menyamai harga ayam bersih dengan organ iaitu RM6 sekilogram dalam tempoh tiga bulan itu.

*Berita Minggu, 4 September 2005*

**SPECIAL COURT TO HEAR IP CASES**

The Government plans to set up a special court to hear intellectual property-related cases by the middle of next year to speed up the hearing of such cases. Domestic Trade and Consumer Affairs Minister Datuk Shafie Apdal said there were around 800 cases which were still pending hearing between October 2003 and Sept 6 this year. Shafie said the proposal had been submitted to the Attorney-General and had received encouraging support from him.

*The Star, 13 September 2005*

**100 LAGI STESEN NGV DIBINA  
TAHUN DEPAN**

Kerajaan merancang membina lebih 100 lagi stesen gas asli untuk kenderaan (NGV) di seluruh negara tahun depan dalam usaha membantu mengurangkan pergantungan terhadap petrol dan diesel. Menteri Perdagangan Dalam Negeri dan Hal Ehwal Pengguna, Datuk Shafie Apdal, berkata ini berikutan kenaikan harga minyak dunia yang berterusan dan tidak terkawal.

*Berita Harian, 16 September 2005*

**HOLOGRAM CEGAH UBAT PALSU**

Penggunaan hologram dalam pelabelan produk

kesihatan lebih berkesan mengurangkan kemasukan ubat palsu yang semakin berleluasa di pasaran tempatan, di samping membantu operasi membanteras jualan ubat-ubatan palsu. Setiausaha Parlimen Kementerian Kesihatan, Lee Kah Choon, berkata berikutan penguatkuasaan hologram berkenaan, nilai rampasan ubat-ubatan palsu semakin berkurangan.

*Berita Harian, 22 September 2005*

**PENIAGA SOROK BARANG KENA  
TINDAKAN TEGAS**

Kerajaan memberi amaran kepada peniaga supaya tidak menyorok barang terutama barang kawalan dan keperluan harian berikutan spekulasi akan berlaku kenaikan harga selepas Bajet 2006 diumumkan, minggu depan. Ketua Setiausaha Kementerian Perdagangan Dalam Negeri dan Hal Ehwal Pengguna, Datuk Seri Talaat Husain, berkata tindakan menyorok barang boleh mencetuskan keadaan tidak selesa di kalangan pengguna kerana kekurangan bekalan.

*Berita Harian, 22 September 2005*

**PEMANTAUAN TANDA HARGA  
DIPERTINGKAT**

Jumlah pegawai penguat kuasa Kementerian Perdagangan Dalam Negeri dan Hal Ehwal Pengguna akan ditambah pada kadar segera bagi meningkatkan pematuhan peraturan mempamerkan tanda harga barangan dan perkhidmatan oleh peniaga, kata Datuk Seri Najib Razak. Pada masa sama, Timbalan Perdana Menteri berkata, peniaga yang ingkar akan dikenakan tindakan tegas termasuk didenda dan ditarik balik lesen.

*Berita Harian, 24 September 2005*

**NOT MORE THAN 10% PRICE RISE**

The prices of goods in the country should not rise by more than 10% following the recent increase in fuel costs. Domestic Trade and Consumer Affairs Minister Datuk Shafie Apdal said this was the conclusion from a recent survey on the prices of goods, especially food items, undertaken by the Ratings Agency of Malaysia (RAM). Datuk Shafie said, "Any increase above 10% is usually imposed by wholesalers. This price increase is calculated by RAM based on the statistics it received on fuel consumption and expenditure by food industries and transportation."

*The Star, September 30, 2005*

# PISANG

## Khasiat makanan

- Buah yang telah masak boleh dimakan mentah atau dibuat berbagai-bagai jenis masakan.
- Jantung pisang muda dan matang sesuai dijadikan sayur sebagai ulam atau dimasak.

## Khasiat ubatan

### Akar

- Air rebusan yang ditambah dengan gula boleh diminum bagi mengatasi masalah kurang darah.

### Buah matang tetapi belum masak

- Dikeringkan, dikisar dan ditelan untuk rawatan ulser dalam perut dan usus.
- Kulit buah muda diparut, dikering dan dikisar atau terus dibakar sehingga menjadi abu. Ramuan itu disapu pada ulser, kudis atau bisul.
- Air rebusan kulit buah pisang muda diminum untuk menurunkan tekanan darah.

### Daun

- Air rebusan digunakan sebagai air mandi untuk merawat penyakit kayap dan dijadikan sebagai sampu.
- Daun muda ditumbuk lumat dan ditampal pada dada untuk rawatan sakit dada.
- Daun pisang dibuat seperti teh herba yang dikemam dalam mulut atau diminum untuk



ubati gusi bengkak dan masalah cacing di dalam perut dan usus.

- Daun muda ditumbuk lumat dan cecairnya diperah lalu diminum atau air rebusan diminum bagi mengubati penyakit cirit-birit, disentri atau disapu pada buasir.
- Air rebusan daun dan pelepah diminum untuk lawaskan buang air kecil.

### Pokok

- Cecair pada batangnya diminum untuk mengubati masalah paru-paru, berkumur-kumur bagi rawatan sakit kerongkong atau diminum sebagai tonik.
- Air rebusan anak pokok diminum bagi pesakit asma dan demam kuning.
- Lubang yang dikorek pada pangkal pokok dan air yang terkumpul daripadanya diminum untuk merawati demam kuning atau disapu pada kaki yang mempunyai masalah kulit retak.

Sumber: *Buah - khasiat makanan dan ubatan oleh Ong Hean Chooi, terbitan Utusan Publications and Distributions.*

## « Dari muka 12

kesusahan menelan makanan, sakit tekak dan demam di samping pengguna akan merasa letih.

### Panduan elak jangkitan

- Minum air yang dimasak. Suhu air mendidih akan membunuh bakteria. Gunakan air bersih seperti air paip atau telaga yang dibubuh klorin untuk kegunaan harian seperti membasuh pinggan mangkuk, makanan segar, menggosok gigi dan mengambil wuduk.
- Makan makanan panas dan elakkan makanan sejuk seperti ais, aiskrim dan air batu campur.
- Pastikan persekitaran rumah bersih. Musnahkan semua tempat pembiakan lalat dan makanan ditutup.
- Sayuran dan buah-buahan segar hendaklah dicuci dengan sempurna menggunakan air

bersih.

- Sentiasa mencuci tangan dengan sabun dan air bersih selepas ke tandas.
- Jika makan di gerai, pastikan gerai itu bersih.
- Jika ada ahli keluarga telah mendapat taun, pastikan ahli keluarga lain diberitahu tentang kebersihan semasa buang air besar bagi mengelakkan ahli keluarga lain daripada dijangkiti penyakit tersebut.
- Pakaian pesakit harus dicuci dengan sabun dan larutan pemutih Clorox untuk membasmi kuman taun.
- Dapatkan ubat antibiotik yang diberi oleh pihak hospital atau Jabatan Kesihatan untuk dimakan oleh ahli keluarga yang sihat.
- Bawa pesakit yang muntah dan cirit-birit ke hospital dengan segera.

Sumber: *Pusat Racun Negara, USM*

# Taun Akibat Jangkitan Bakteria

**P**enyakit taun atau kolera merupakan penyakit yang tertumpu pada saluran penghadaman akibat daripada jangkitan bakteria (kuman) *vibrio cholera*.

Ia berlaku apabila kuman taun dari pesakit atau pembawa menjangkiti individu sihat melalui mulut.

Salah satu punca bagaimana kuman taun boleh tersebar ialah melalui pengambilan makanan dari persekitaran yang kotor dan tidak terurus. Ini termasuk makanan yang dicemari kuman taun, tidak dimasak dan dimakan sejuk.

Selain ini, lalat dan air minuman yang dicemari najis boleh menyebarkan kuman taun kepada individu sihat lain.

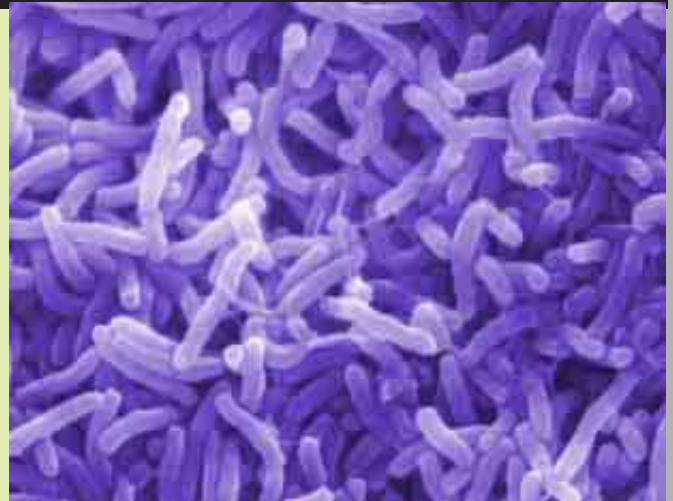
Tempoh bagi kuman taun merebak dalam badan sehingga menunjukkan tanda penyakit adalah dalam masa lima hingga enam hari.

## Tanda-tanda jangkitan

- Cirit-birit berterusan serta muntah yang teruk. Najis cair dan berwarna. Ini disebabkan oleh pengeluaran racun atau toksin oleh *vibro cholera* semasa di usus yang menyebabkan air badan keluar memasuki saluran usus. Selepas beberapa jam, otot penghidap akan mengalami kekejangan terutama di pergelangan kaki dan perut kerana kehilangan garam sodium.
- Penghidap mengalami kejut dan boleh pingsan. Tekanan darah menurun, nadi lemah, lidah kering dan mata cengkung di samping masalah membuang air kerana kehilangan air yang banyak.
- Pada peringkat ketiga, jika cirit-birit dan muntah berhenti, tekanan darah akan meningkat kepada biasa dan penghidap pulih. Jika tidak, suhu badan akan meningkat, peningkatan suhu badan secara mendadak mungkin berlaku dan penghidap akan koma dan mungkin maut.

## Rawatan penyakit taun

Dalam jangkitan taun, pesakit akan diberikan



gantikan bendalir dan elektrolit yang hilang. Dalam kes tidak serius, kedua-dua bendalir dan elektrolit diberikan melalui saluran mulut sedangkan pemberian secara suntikan akan dilakukan ke atas pesakit yang mengalami muntah-muntah dan cirit-birit yang serius atau dehidrasi ataupun yang kehilangan air badan sehingga berat badan susut 10 peratus.

## Rawatan ubat

Selain menggantikan bendalir dan elektrolit badan yang hilang, ubat antibiotik atau antimikrob digunakan untuk merawat pesakit taun.

Antibiotik yang seringkali digunakan dalam merawat jangkitan ialah kumpulan tetrasiklin sebagai pilihan utama manakala trimetofrim-sulfametokasazol, eritromisin, kloramfenikol dan furazolidon juga digunakan sebagai alternatif dalam kes-kes kuman penyakit telah rintang kepada antibiotik pilihan utama.

Dalam kumpulan tetrasiklin, doksisisiklin merupakan ubat yang seringkali digunakan untuk merawat jangkitan taun. Ubat kumpulan tetrasiklin tidak boleh diambil bersama dengan susu dan hasilan tenusu lain disebabkan bahan tersebut akan mengurangkan tindakan ubat.

Pantang larang yang perlu dipatuhi ialah pesakit tidak mempunyai sejarah tindakbalas alahan kepada ubat ini. Ia tidak sesuai untuk kanak-kanak di bawah umur 8 tahun. Bagi pesakit wanita dan ibu pula, mereka mestilah tidak mengandung dan tidak menyusukan anak.

Kesan sampingan yang sering diperhatikan untuk ubat ini ialah cirit-birit, sakit kepala, hilang selera makan, gatal kulit, sakit pada sendi otot,

Ke muka 11 ►►

ISSN: 1675-5626



9 771 675 562 001