

Buletin maklumat kepenggunaan semasa **pengguna**

OGOS 2007



Kementerian
Perdagangan Dalam
Negeri dan Hal Ehwal
Pengguna

Makanan Yang Sihat Untuk Bayi

**SELAMAT MENYAMBUT
KEMERDEKAAN MALAYSIA
YANG KE-50**



*Malaysiaku
Gemilang*

- MAHKAMAH TUNTUTAN KECIL
- SKIM AKREDITASI KEBANGSAAN
- KHIDMAT AGENSI PEKERJAAN
TIDAK MEMUASKAN
- KENALI KEJADIAN ALAM
MELALUI KEMBARA ALAM
- MEMILIH MAKANAN SECARA
SELAMAT
- AMALAN 3R - PENGURANGAN
- PELBAGAI BENTUK TENAGA



Pengguna Bijak Menjana Ekonomi Negara

ISU PENGGUNA

**Minggu Penyusuan Susu Ibu Sedunia:
1-7 Ogos 2007**

Susu Ibu: Makanan Pertama Bagi Bayi

Polisi Kebangsaan Penyusuan Susu Ibu menggalakkan semua ibu menyusukan anaknya dengan susu ibu sahaja selama enam bulan sehingga anak mereka berusia dua tahun. Makanan tambahan pula hanya boleh dimulakan apabila anak telah berumur enam bulan.

Menurut perangkaan, sebanyak 88.6 peratus ibu-ibu di Malaysia pernah menyusukan anak. Ini bermakna 11.4 peratus ibu tidak pernah menyusukan anak mereka!

Daripada 88.6 peratus ibu yang pernah memberikan susu, hanya 29 peratus yang mampu menyusukan bayi mereka secara eksklusif dan hanya 11.7 peratus yang menyambung penyusuan sehingga bayi berusia dua tahun.

Kebaikan Susu Ibu

- Mengandungi zat dan vitamin yang mencukupi dan berubah mengikut umur dan keperluan bayi.
- Mudah dihadam dan digunakan oleh bayi dengan berkesan serta melindungi bayi daripada penyakit, mengandungi antibodi, faktor tumbesaran, enzim dan tidak tercemar.
- Susu awal ibu atau dikenali sebagai kolostrum yang berwarna kekuningan adalah makanan pertama yang sempurna bagi bayi dan mengandungi pelbagai kebaikan - mengeluarkan mekonium (najis bayi pada awal kelahiran), mencegah penyakit kuning (jaundis), melindungi bayi daripada jangkitan dan alahan (susu ibu kaya dengan antibodi dan sel darah putih), mencegah jangkitan dan penyakit mata (kaya dengan vitamin A dan E), mengandungi faktor pertumbuhan bagi kematangan usus, yang sekaligus mencegah alahan dan bertindak sebagai imunisasi pertama untuk menentang bakteria dan virus.
- Melindungi bayi daripada penyakit lelah, penyakit kulit, hidung dan alahan kepada makanan, mengurangkan penyakit seperti batuk, jangkitan telinga, bronkitis, pneumonia, meningitis, dan cirit-birit.
- Mengurangkan risiko penyakit jantung, kencing manis, kanser dan obesiti kanak-kanak pada masa hadapan.
- Mengurangkan risiko sindrom kematian bayi, mengurangkan masalah karies gigi, penglihatan, pertumbuhan dan menguatkan pertumbuhan rahang.
- Merendahkan risiko terhadap barah payudara dan ovari, mengelakkan pendarahan selepas bersalin,



menjarakkan kelahiran kerana penyusuan merupakan cara perancang keluarga semula jadi, mempercepatkan proses pengurangan berat badan dan mengempiskan perut.

- Menjimatkan wang kerana tidak perlu menyediakan barang keperluan untuk penyusuan, tidak perlu membeli susu formula dan mengurangkan perbelanjaan untuk rawatan perubatan kerana bayi yang menyusu ibu jarang sakit.
- Membantu mengeratkan kasih sayang antara anak dan ibu.

Kekurangan Susu Formula

- Khasiatnya tidak akan sama dengan khasiat susu ibu walaupun pelbagai zat tambahan dimasukkan seperti Omega3, *Docosahexanoic* (DHA), *Arachidonic acid* (AA), dan vitamin B12.
- Belum ada kajian yang boleh menentukan kadar sebenar sesuatu zat yang diperlukan oleh bayi. Kandungan zat susu ibu berubah mengikut keperluan.
- Zat-zat tambahan dalam susu formula membawa kesan sampingan lain seperti protein, walaupun ia telah diubah tetapi masih sukar dihadam manakala zat besi pula sukar untuk diserap.

bersambung ke muka 4..

MEKANISME TEBUS RUGI

Mahkamah Tuntutan Kecil

Mahkamah Tuntutan Kecil diwujudkan bertujuan untuk memberi kemudahan kepada orang ramai untuk membuat tuntutan yang berupa hutang, perkhidmatan dan lain-lain di mana jumlah tuntutan tidak melebihi RM5,000.00.

Mahkamah ini membicarakan kes yang melibatkan pihak menuntut dan pihak kena tuntutan sahaja tanpa menggunakan peguam. Ini dapat mengurangkan kos perbicaraan.

Siapa yang boleh membuat tuntutan

Tuntutan boleh dibuat oleh individu atau perniagaan persendirian serta perkongsian terhadap Sendirian Berhad

Di Mana Tuntutan Perlu Dibuat

Tuntutan (saman) ini boleh dibuat di mana-mana Mahkamah Majistret.

Perkara-Perkara Yang Boleh Dituntut

- Wang yang telah dibayar untuk barangan yang dibeli tetapi barangan ada kecacatan
- Bayaran balik untuk barang-barang yang telah dijual dan dihantarserah kepada pembeli
- Bayaran balik wang yang telah dibayar untuk kerja-kerja yang gagal dilaksanakan
- Tuntut balik wang yang diberi pinjam secara persahabatan tetapi anda bukan Pemberipinjam Wang Berlesen
- Komisyen yang terhutang
- Tuntutan atas cek tendang, akaun tutup
- Caj untuk kemudahan atau peralatan yang telah dibekalkan
- Kos penyelenggaraan peralatan
- Kos penyewaan barang



Bagaimana Anda Hendak Memulakan Saman

- Kes boleh difailkan melalui Borang 164 yang telah disediakan di Mahkamah yang perlu diisi sebanyak empat salinan berserta fee pemfailan sebanyak RM10.

Kehadiran Ke Mahkamah Pada Tarikh Yang Ditetapkan

- Pihak yang menuntut dikehendaki hadir ke Mahkamah pada tarikh yang ditetapkan oleh Mahkamah.
- Sekiranya pihak kena tuntutan hadir dan menafikan tuntutan, maka Mahkamah akan menetapkan satu tarikh untuk perbicaraan. Sekiranya pihak kena tuntutan hadir dan bersetuju dengan tuntutan, maka Mahkamah akan memberi penghakiman kepada pihak yang menuntut dan mengarahkan pihak kena tuntutan membayar sama ada di Mahkamah ataupun pada tarikh yang disetujui oleh kedua pihak.
- Sekiranya pihak kena tuntutan tidak hadir, maka pihak yang menuntut hendaklah membuktikan kepada Mahkamah bahawa dia telah menyerahkan saman sama ada melalui penyerahan sendiri atau pun melalui pos. Selepas itu pihak yang menuntut berhak memohon Penghakiman Ingkar (tanpa kehadiran pihak kena tuntutan).
- Sekiranya pihak yang menuntut tidak hadir tanpa sebab dan pihak kena tuntutan hadir, maka saman pihak yang menuntut boleh dibatalkan oleh Mahkamah.

Skim Akreditasi Kebangsaan

Jabatan Standard Malaysia atau dikenali sebagai STANDARDS MALAYSIA ditubuhkan pada 28 Ogos 1996 di bawah Akta Standard Malaysia 1996 (Act 549) merupakan badan standard dan akreditasi kebangsaan.

Fungsi utama STANDARDS MALAYSIA ialah pembangunan & penggalakan penggunaan MS, mengakreditasi badan-badan penilaian ketepatan dan mewakili Malaysia di peringkat serantau & antarabangsa dalam aktiviti standardisasi & akreditasi.

Kronologi aktiviti akreditasi di Malaysia bermula dari Skim Akreditasi Makmal Sirim (1987), Majlis Kebangsaan SAMM (1990) dan Majlis Akreditasi Malaysia (1994). Setelah Akta Standard Malaysia 1996 (Act 549) dibangunkan, Jabatan Standard Malaysia telah mengambil alih skim akreditasi kebangsaan.

Di antara fungsinya ialah mengakreditasi badan-badan yang terlibat dalam aktiviti penilaian ketepatan termasuk pengujian, tentukuran, pemeriksaan dan pensijilan; menyelenggara senarai badan-badan yang diakredit dan logo-logo yang berkaitan; mewakili Malaysia dalam aktiviti akreditasi serantau dan antarabangsa; serta memudahkan pengiktirafan badan-badan yang diakredit dan pensijilan berkaitan di peringkat serantau & antarabangsa.

Di antara skim akreditasi STANDARDS MALAYSIA

ialah Skim Akreditasi Makmal Malaysia (SAMM) dan Skim Akreditasi Badan Pensijilan (ACB). Makmal yang telah diakredit oleh STANDARDS MALAYSIA boleh menggunakan simbol atau perkataan yang menyebut 'SAMM Accredited Laboratory for specific test as per certificate No. SAMM 00XX'.

Contoh makmal yang telah diberikan akreditasi seperti Jabatan Kimia Malaysia dan Spectrum Laboratories (Johore) Sdn Bhd. Untuk mendapatkan senarai makmal yang telah diberikan akreditasi oleh Jabatan Standard Malaysia, sila layari laman web www.standardsmalaysia.gov.my. Skim Akreditasi Badan-Badan Pensijilan pula menjalankan penilaian dan mengakreditasi badan persijilan.

Di antara badan persijilan di bawah skim ini ialah Moody International Certification (Malaysia) Sdn Bhd, SIRIM QAS International Sdn Bhd dan SGS (Malaysia) Sdn Bhd. Mulai tahun 2004 dengan pindaan kepada Akta Cukai Pendapatan 1967, makmal atau badan persijilan yang mendapat akreditasi dari STANDARDS MALAYSIA akan diberikan pengurangan cukai.

Sumbangan: Persatuan Pengguna Standard Malaysia



Kenali Kejadian Alam Melalui Kembara Alam

Aktiviti ini dapat membantu pelajar mengenal pasti keadaan sekeliling di tempat tinggal. Pelajar juga dikehendaki memerhati dan mengkaji keadaan infrastruktur yang disediakan di kawasan tempat tinggal.

Nama tempat :
Tarikh pemerhatian :
Masa pemerhatian :
Rumusan :

Langkah-langkah mengadakan Kembara Alam

- a) Pelajar dikendaki melaksanakan aktiviti ini secara berkumpulan
- b) Kenal pasti lokasi kajian atau pemerhatian
- c) Lukiskan peta ringkas laluan yang anda lalui
- d) Pelajar dikehendaki berhati-hati dan mengambil langkah keselamatan semasa melaksanakan aktiviti ini.
- e) Tandakan (x) pada jadual di bawah berdasarkan tafsiran anda selepas anda membuat pemerhatian tempat kajian sebenar.
- f) Apakah tindakan anda jika anda dapati sesuatu kemudahan yang disediakan tidak sesuai dan membahayakan keselamatan orang ramai? Bincangkan di dalam kelas.
- g) Nyatakan pendapat anda selepas anda melakukan aktiviti ini.

Perkara	Baik	Sederhana	Memuaskan	Tidak memuaskan	Sebab	Cadangan
A. Struktur fizikal 1. Jalan raya 2. Bangunan 3. Bulatan jalan raya 4. Longkang 5. Sungai 6. Jambatan 7. Laluan pejalan kaki 8. Jejantas						
B. Infrastruktur 1. Balai polis 2. Pasar 3. Sekolah 4. Hospital/klinik 5. Pejabat pos 6. Pasaraya/ kedai runcit 7. Dewan Orang Ramai 8. Perhentian bas/teksi 9. Kemudahan tong kitar semula 10. Stesen minyak 11. Telefon awam 12. Tandas awam 13. Gerai makan 14. Bank 15. Tempat ibadat 16. Lampu isyarat 17. Tempat hiburan						

dari muka 10

- Makanan yang sedia untuk dimakan yang dipamerkan harus ditutup dengan sempurna

Pilih tempat makan yang bersih

- Tidak terlalu hampir dengan jalanraya dan laluan yang sibuk
- Jauh dari tempat ternakan haiwan, parit atau tangki septik
- Ada keperluan asas seperti air yang bersih untuk membasuh, elektrik, tempat membuang sampah yang betul dan tandas yang bersih
- Menyediakan tempat untuk membasuh tangan dan sabun
- Menggunakan gelas dan pinggan yang bersih dan tidak pecah atau retak
- Elakkan gerai jalanan yang tidak bersih
- Tempat penyediaan makanan yang selamat dan bersih

- Bebas dari haiwan seperti kucing, anjing, tikus, lalat, serangga, burung dan pepijat
- Utamakan premis yang mempunyai pengesahan dari pihak berkuasa tempatan sebagai bersih dan selamat

Pilih premis makan yang mengutamakan kebersihan diri dan pengendalian makanan yang betul

- Memakai pakaian yang betul dan bersih
- Memakai penutup kepala
- Mengutamakan kebersihan diri (kuku yang bersih dan pendek), tidak merokok, meludah, batuk ke arah makanan, tidak menggunakan tangan untuk menyentuh makanan, menggunakan tuala yang bersih, tidak menjilat dan menggunakan jari untuk merasa
- Tidak menyediakan makanan berhampiran dengan tandas atau longkang
- Menggunakan tuala yang berbeza untuk mengeringkan tangan, mengelap meja dan peralatan

ALAM SEKITAR

Amalan 3R - Pengurangan

Kebanyakan daripada kita telahpun biasa dengan istilah "Kitar Semula" dan amalan 3R - *reduce* (pengurangan), *recycle* (kitar semula) dan *reuse* (penggunaan semula). Tetapi adakah ketiga-tiga "R" ini kita lakukan terhadap sampah yang kita buang sehari-harian. Ketiga-tiga "R" adalah berkaitan antara satu sama lain. Dalam keluaran kali ini dibincangkan tentang amalan R yang pertama, iaitu pengurangan.

Pengurangan

Ini merupakan langkah pertama dalam prinsip 3R. Langkah ini sangat penting kerana langkah pertama inilah yang akan mengurangkan jumlah sampah yang dibuang oleh sesebuah kediaman.

Langkah ini juga boleh membantu kita mengenal pasti bahan-bahan yang boleh diguna semula atau dikitar semula.

Bagaimana kita membeli dan mengguna?

- Beli hanya apa yang perlu: Kurangkan pembelian yang tidak perlu. Jangan membeli barangan yang jarang digunakan.
- Beli produk yang boleh diguna semula: Beli barangan botol (kaca) dan bateri boleh dicas semula. Bahan-bahan seperti ini menghasilkan sampah yang kurang

dan boleh diguna semula.

- Beli pencuci serba boleh. Ini mengurangkan pembelian pelbagai jenis pencuci untuk setiap satu kegunaan.
- Beli barangan dengan lapisan yang kurang. Lapisan yang kurang ini akan mengurangkan sampah yang dibuang. Pada masa yang sama praktiskan menggunakan lapisan yang berasaskan kertas.
- Jual atau dermakan barangan yang tidak digunakan. Jangan simpan barangan yang tidak digunakan. Jika barangan itu masih dalam keadaan yang baik, berikan kepada orang lain supaya ia boleh digunakan. Ini mengelakkan pelupusannya selepas satu jangkamasa yang panjang.
- Beli produk tidak mengandungi toksik. Kebanyakan produk toksik seperti minyak enjin dan racun serangga tidak boleh diguna semula.
- Gunakan sehingga habis apabila menggunakan produk-produk yang bertoksik sebelum membuang bekasnya. Bahan-bahan seperti pengilap tidak boleh dibuang di dalam tong sampah yang sama dengan sampah yang lain.
- Gunakan bahan alternatif untuk menggantikan bahan berbahaya: Mencuci menggunakan soda dan cuka atau minyak zaitun bersama lemon adalah pengilap perabot yang baik.