

GENERASI pengguna

Wadah Informasi
Kelab Pengguna

SEPTEMBER 2015 • EDARAN PERCUMA

Air Alkali Penawar Baru Kehidupan?

Tepung
Gandum
Beracun



Kesan El Nino
kepada Warga
Malaysia



Cara Berkesan
Didik Anak
Mengurus Wang



Pengguna Vapor
Berisiko Kena
Kanser



Penambahbaikan
Kualiti Udara
Dalam Ketika
Jerebu



Hari Habitat
Sedunia
2015



Kecuaian
Syarikat
Kontraktor



ISSN 2231-976X





Air Alkali Penawar Baru Kehidupan?

Air alkali semakin hangat diperkatakan sekarang. Ia dipasarkan secara meluas di seluruh dunia, seperti Amerika Syarikat, Singapura, Jepun, Korea termasuk juga Malaysia. Air alkali dikatakan mempunyai pelbagai kelebihan untuk penjagaan kesihatan seperti memberikan tenaga tambahan, berkesan untuk menghidratkan badan, meningkatkan rasa makanan apabila digunakan dalam masakan, membantu badan menyerap nutrisi dan sebagainya.

kekurangan ubat-ubatan apabila perang dunia kedua tamat. Penyelidik mendapati, dengan cara mengion air beralkali secara elektrolisis, iaitu pada pH yang tinggi (8.5 – 9.0) boleh membantu pesakit 'Gastric Hyperacidity' dan penyakit berkaitan sistem pencernaan. Menurut penyelidik Jepun, air beralkali menunjukkan kesan positif terhadap kesihatan pencernaan, dan bukanlah berfungsi sebagai ubat. Doktor-doktor di Jepun secara rutin mempreskripsi air alkali berion untuk kes-kes ringan dan masalah pencernaan.

Sejarah kewujudan air alkali

Kewujudan air alkali ini timbul pada akhir tahun 1940-an, apabila saintis Jepun membuat kajian tentang

Kebanyakan peralatan 'water ionizer' yang menghasilkan air beralkali, berasal dari Jepun dan Korea. Oleh itu, kos peralatan tersebut akan menjadi mahal dan boleh mencecah RM12,000. Masyarakat kedua-dua negara ini sangat mudah terpengaruh dengan skim rawatan air,

Sidang Redaksi

Penasihat

Y.Bhg Datuk Dr. Marimuthu Nadason
Presiden, Gabungan Persatuan-Persatuan Pengguna Malaysia

Ketua Sidang Pengarang

Mohd Yusof Abdul Rahman

Timbalan Ketua Sidang Pengarang

Siti Rahayu Zakaria

Sidang Pengarang

Nah Kok Wai, Forum Air Malaysia

Jesslyn Pek Yen Lee, Persatuan Pengguna Air, Tenaga Malaysia (WECAM)

Nur Asyikin Aminuddin, Persatuan Pengguna-Pengguna Standard Malaysia

Bahagian Gerakan Kepenggunaan, KPDNKK

Bahagian Kokurikulum, Kementerian Pendidikan Malaysia

Generasi Pengguna merupakan terbitan usahasama Kementerian Perdagangan Dalam Negeri, Koperasi dan Kepenggunaan (KPDNKK) dan FOMCA. Ia diterbitkan setiap bulan khusus untuk Kelab Pengguna Sekolah. Edaran naskhah adalah percuma.

Editor

GENERASI PENGGUNA

No 4, Jalan SS 1/22A,
47300 Petaling Jaya, Selangor.

Tel : 03-7876 2009

Faks : 03-7877 1076

E-mel : fomca@fomca.org.my

Kementerian Perdagangan Dalam Negeri, Koperasi dan Kepenggunaan

No 13, Persiaran Perdana, Presint 2,
Pusat Pentadbiran Kerajaan
Persekutuan, 62623 Putrajaya.

Sesawang : www.kpdnkk.gov.my

Hotline : 1-800-886-800

Tel : 03-8882 5500

Faks : 03-8882 5762

Cetakan

فرچیتکن اساس جاي (مليسيا) سندیورن برحد
Percetakan Asas Jaya (M) Sdn Bhd
No. 5B Tingkat 2, Jalan Pipit 2
Bandar Puchong Jaya,
47100 Puchong Jaya
Selangor Darul Ehsan

Bil. 41, Edisi September 2015

walaupun tiada bukti yang sahih secara saintifik.

Sehingga kini, tiada kenyataan rasmi menyatakan bahawa air alkali boleh menyembuhkan penyakit-penyakit kronik atau rawatan penyakit yang lain. Kebanyakan hospital di sesetengah negara menggunakan air alkali sebagai antasid, iaitu bagi mengurangkan tahap asid dalam sistem penghadaman.

Berdasarkan pemerhatian terhadap teknik pemasaran air beralkali, terdapat dakwaan yang menyatakan kanser berasid boleh dirawat menggunakan air alkali. Penyakit kanser yang mempunyai pH tinggi boleh dirawat menggunakan air teroksida. Oleh itu, tidak terdapat bukti yang sahih dan rasmi daripada mana-mana sumber terhadap penggunaan air beralkali. Berikut adalah beberapa cadangan sebelum anda minum atau menggunakan air alkali:-

1. Jangan percaya taktik pemasaran 100%

Terlalu banyak testimonial dan kajian saintifik yang tidak dapat dipastikan kesahihannya di laman sosial atau Internet menyatakan air alkali dapat menyembuhkan setiap penyakit atau masalah berkenaan kesihatan. Berhati-hati dengan helah pemasaran, pengesahan saintifik tidak berasas dan juga penggunaan 'jargon' saintifik yang mengelirukan pengguna.

Kebanyakan mesin air alkali dipasarkan oleh syarikat jualan langsung (MLM). Biasanya syarikat ini akan menjual mesin dengan harga yang mahal dan menawarkan diskaun yang menarik sekiranya anda mendaftar sebagai wakil jualan atau ahli. Pengguna seolah-olah telah terikat dengan kontrak pihak syarikat tersebut.



Begitu juga halnya dengan testimoni yang dipaparkan secara video atau laman sesawang. Anda harus ingat, jumlah tontotan dan 'review' tidak memberi makna bahawa produk dan sumber itu adalah benar.



2. Mengetahui punca utama yang merungsingkan diri anda

Anda perlu menentukan sama ada tubuh badan anda memerlukan air alkali? Sekiranya pH badan anda tidak seimbang, maka anda perlu melakukan pemeriksaan perubatan. Tubuh badan manusia sebenarnya bertindak secara semula jadi untuk mengekalkan pH darah dalam satu julat tertentu mengikut jenis-jenis organ (setiap organ mempunyai lingkungan pH unik sendiri). Penggunaan air alkali bagi menggantikan air normal sepenuhnya kemungkinan akan membahayakan tubuh manusia. Terdapat kajian yang dilakukan ke atas pesakit yang mempunyai gejala penyakit gastrousus (cirit-birit kronik, sembelit, penapaian luar biasa dalam usus, ketidakcernaan, ketidakhadaman asid dan lain-lain), mengesahkan bahawa sistem pencernaan kembali normal selepas diberi rawatan dengan meminum kadar tertentu air alkali (boleh berfungsi sebagai satu antasid), tetapi setakat ini tiada kajian yang membuktikan keberkesanannya untuk menyembuhkan penyakit-penyakit yang lain.

3. Tiada jalan pantas untuk menyelesaikan masalah

Kebanyakan orang menginginkan kesihatan terbaik tanpa memerlukan pengorbanan. Tiada jalan pantas untuk mengekalkan kesihatan. Contohnya, meminum

air alkali untuk memperbaiki tabiat pemakanan yang kurang sihat, tetapi tidak melakukan senaman, maka ia bukanlah tindakan yang bijak. Anda boleh mengekalkan pH yang sihat secara semula jadi, seperti makan lebih banyak buah-buahan dan sayur-sayuran, latihan tarik nafas dengan sempurna dan minum lebih banyak air yang akan membolehkan badan mengeluarkan toksin dan bahan-bahan buangan metabolik berasid

4. Dakwaan sebagai agen antioksidan yang sangat baik

Sifat negatif air alkali dikatakan dapat menghalang proses pengoksidaan yang menyebabkan proses penuaan. Pengguna biasanya merujuk dengan menggunakan meter 'Oxidizing Reducing Potential (ORP)'. Nombor negatif pada Meter ORP yang menunjukkan bahawa bahan yang diuji ialah agen 'reduction' dan biasanya mempunyai pH lebih tinggi dan dikatakan kaya dengan antioksidan. Sehingga kini, tiada satu bukti yang mengesahkan kesannya terhadap pemanjangan jangka hayat. Sebenarnya, pengguna boleh menggunakan alternatif yang lebih murah dengan mengambil makanan yang kaya dengan ejen antioksidan semula jadi. Begitu juga dengan dakwaan bahawa antioksidan tambahan boleh diperolehi di dalam makanan dan minuman yang telah diproses. Industri makanan tambahan yang mengandungi antioksidan diramalkan bernilai USD500 juta dolar. Antioksidan turut ditambah kepada bijirin sarapan, bar makanan untuk sukan, minuman tenaga dan makanan diproses lain, dan dipromosikan sebagai bahan tambahan yang boleh mengelakkan penyakit jantung, kanser, katarak, hilang ingatan dan lain-lain.

Pengguna mesti mengetahui bahawa bukti dan kesan yang dinyatakan memerlukan kajian jangka masa panjang, bukan dalam masa beberapa minggu atau bulan pengambilan. Bukti saintifik yang mengesahkan kesahihannya harus dicari dan bukan sahaja dari testimonial pelbagai pengguna.

5. Dakwaan air alkali mengandungi lebih oksigen daripada air biasa

Terdapat dakwaan bahawa oksigen yang dihasilkan secara elektrolisis untuk menghasilkan air alkali dapat menyegarkan badan anda. Hakikatnya, air bersih atau air biasa memang secara semula jadi terdiri daripada ikatan atom oksigen dan atom hidrogen. Semasa proses elektrolisis air, ion-ion akan terbahagi. Secara semula jadi apabila terdedah kepada udara, ion-ion ini akan membentuk ikatan dan kembali membentuk molekul air. Bagi air bersih juga hanya satu jumlah kecil sahaja akan menjalani proses elektrolisis. Jumlah oksigen yang boleh ditampung oleh air adalah terhad, tetapi sistem penghadaman tidak dapat menyerap semuanya. Kebanyakan daripada oksigen yang dapat perolehi adalah daripada proses pernafasan.

Sehingga ke hari ini, kesan kesihatan jangka panjang daripada meminum air alkali yang terion masih tidak ketahu secara jelas. Oleh itu, sangat penting kepada pengguna mengetahui lebih lanjut tentang kegunaan dan kesan sesuatu produk. Cari maklumat dan lakukan penyelidikan, terutama apabila melibatkan kesannya kepada kesihatan.

Sumber: Persatuan Pengguna-Pengguna Standard Malaysia.





Tepung Gandum Beracun

Tidak lama dahulu, pengguna pernah digemparkan tentang isu tepung gandum yang mengandungi bahan peluntur. Penggunaan bahan peluntur ini dikatakan boleh menjejaskan kesihatan pengguna, di samping dikhuatiri diperkaya dengan sumber nutrisi yang tidak halal. Pengambilan bahan kimia ini yang secara berlebihan dan berterusan boleh menyebabkan penyakit seperti barah, serta menjadi penggalak kepada penyakit kencing manis, arthritis dan gout.

Sehingga kini, isu ini masih diperkatakan oleh pengguna. Berikut adalah panduan kepada pengguna mengenai tepung yang mengandungi bahan peluntur.

Apakah ejen peluntur tepung?

Ejen peluntur tepung adalah sejenis bahan tambahan yang dicampur dalam tepung supaya ia kelihatan lebih 'cantik' dan bertukar warna menjadi putih, biarpun tepung yang baru dikisar itu pada asalnya mempunyai warna kekuningan.

Bahan tambahan itu juga mengoksidakan permukaan butiran tepung dan menghasilkan gluten. Ejen pelunturan yang biasa digunakan adalah peroksida organik iaitu Benzoyl Peroxide.

Negara Kesatuan Eropah dan China telah lama mengharamkan penggunaan Benzoyl Peroxide dalam tepung gandum bagi menjaga kesihatan rakyat mereka.

Bagaimanakah proses pelunturan dilakukan?

Proses 'mencantikkan' atau menghaluskan butiran tepung akan menghilangkan semua nutriennya tanpa sebarang mineral atau serat. Sebaliknya, ia hanya meninggalkan kanji yang bertukar menjadi gula dalam tubuh. Dalam proses memutihkan tepung, antara nutrien yang hilang ialah separuh daripada asid lemak tidak tepu, vitamin E, separuh kandungan kalsium, fosforus, zat besi dan magnesium.

Gandum asalnya terdiri daripada tiga lapisan, iaitu dedak, germa dan endosperma. Dedak kaya dengan serat. Ia adalah isi gandum lapisan paling atas dan diikuti oleh germa yang kaya dengan nutrien. Endosperma pula bahagian yang besar dalam gandum, dan ia adalah kanji.

Tepung putih diperbuat hanya daripada bahagian endosperma, sedangkan tepung gandum menggabungkan semua ketiga-tiga bahagian gandum tadi.

Pengisar menghasilkan pengeluaran secara besar-besaran menggunakan kuasa tinggi dan agresif untuk mengisar hingga membuatkan nutrien gandum hilang. Hal ini ditambah pula dengan ejen peluntur, yang menyebabkan kebanyakan tepung gandum menjadi tidak berkualiti, sehingga boleh menjejaskan kesihatan.

Apakah kesan daripada proses pemutihan tepung?

Tindakan melunturkan tepung supaya kelihatan 'bersih' dan putih menyebabkan kesan sampingan, iaitu alloxan, sejenis bahan kimia, akan terbentuk. Bahan kimia ini mampu merosakkan kesihatan.

Alloxan, produk penguraian asid urik. Ia adalah racun yang boleh menyebabkan haiwan uji kaji yang sihat mengalami diabetes. Ia digunakan oleh pengkaji semasa melakukan kajian ke atas diabetes.

Alloxan menyebabkan diabetes kerana ia mencetuskan jumlah radikal bebas yang banyak dalam sel beta pankreatik, yang bertanggungjawab dalam pengeluaran insulin. Ini sekali gus menghapuskan sel penting berkenaan.

Apakah penggunaan Benzoil Peroksida dibenarkan di Malaysia?

Penggunaan bahan kimia Benzoil Peroksida dalam tepung gandum sebagai kondisioner makanan memang dibenarkan di negara ini, tetapi tidak lebih daripada 50 miligram (mg)/kilogram (kg).

Kajian yang dijalankan oleh Jawatankuasa Pakar mengenai Aditif (JECFA) di bawah Pertubuhan Kesihatan Sedunia (WHO) dan Pertubuhan Makanan dan Pertanian (FAO) ke atas Benzoil Peroksida mendapati penggunaan bahan kimia itu dalam makanan tidak mendatangkan kemudatan.

Benzoil peroksida bukan karsinogenik atau bahan yang boleh menyebabkan barah. Laporan JECFA menyatakan semasa pemprosesan makanan, hampir keseluruhan Benzoil Peroksida akan ditukar kepada asid benzoik.

Pengambilan tepung gandum yang dirawat dengan Benzoil Peroksida hampir menyerupai pengambilan makanan yang mengandungi asid benzoik, iaitu sejenis bahan pengawet yang dibenarkan dalam pelbagai makanan di bawah Peraturan-peraturan Makanan (PPM) 1985.

Laporan JECFA menyatakan bahawa pengambilan Benzoil Peroksida boleh menyebabkan jangkitan pada kulit, tetapi ia bukan disebabkan oleh pengambilan sebagai makanan, sebaliknya kesan rawatan kulit. Selain Malaysia, Singapura dan Jepun turut membenarkan penggunaan Benzoil Peroksida dalam tepung gandum. Amerika Syarikat pula membenarkan penggunaannya dalam tepung dan keju, manakala Kod Standard Pemakanan di Australia dan New Zealand membenarkan ia digunakan dalam semua makanan.

Oleh itu, sebagai pengguna, anda perlu bijak memilih produk yang selamat untuk digunakan, apatah lagi apabila digunakan untuk seisi keluarga. Berhati-hati apabila makan di luar. Kemungkinan ada peniaga yang menggunakan yang menggunakan tepung pemutih dalam makanan mereka.

Kuasa Memilih di tangan Anda!

Sumber: Diolah daripada artikel Harian Metro.





Kesan El Nino kepada Warga Malaysia

El Nino adalah satu fenomena semula jadi yang akan menyebabkan perubahan cuaca di negara-negara yang terletak berhampiran lautan Pasifik. Ia akan berlaku pada setiap dua tahun hingga tujuh tahun. Pihak National Oceanic and Atmospheric Administration (NOAA) di Amerika Syarikat telah mengumumkan bahawa El Nino akan terbentuk pada hujung tahun ini. NOAA juga mengatakan bahawa El Nino yang bakal dihadapi ini merupakan yang paling teruk dalam tempoh 50 tahun. Selain itu, NOAA turut meramalkan bahawa 90% kejadian El Nino akan berlanjutan sehingga tahun 2016.

El Nino membawa kesan yang berbeza mengikut rantau. Di Malaysia, El Nino bermaksud cuaca yang panas dan kering. Cuaca inilah yang akan membawa kepada masalah-masalah lain yang lebih serius.

Cuaca kering yang disebabkan oleh El Nino sering dikaitkan dengan kebakaran hutan belukar di Australia. Oleh itu, anda perlu berhati-hati supaya perkara yang sama tidak berlaku di Malaysia. Kini, kejadian jerebu telahpun berlaku, dan antara sebabnya adalah kebakaran hutan atau tanaman dilakukan di Indonesia. Jika negara tidak membuat persiapan yang secukupnya, masalah kebakaran besar yang sama mungkin berlaku.

Selain itu, cuaca kering akan menyebabkan pelbagai masalah bekalan air. Ketika musim El Nino, hujan akan berkurangan. Ini menyebabkan sumber air utama, iaitu sungai akan terjejas. Kekurangan hujan ini akan menyebabkan paras air sungai dan empangan semakin rendah. Dengan ini, loji-loji rawatan air tidak dapat membekalkan air yang secukupnya untuk semua pengguna. Paras air sungai yang rendah juga akan mudah tercemar kerana konsentrasi bahan pencemar akan menjadi tinggi. Hal ini akan menyebabkan loji rawatan air ditutup dan kemungkinan bekalan air terpaksa dihentikan sepenuhnya.

Masalah bekalan air disebabkan oleh cuaca panas telahpun berlaku di Johor, dan negeri-negeri lain kini menghadapi risiko yang sama. Laporan daripada Jabatan Metrologi Malaysia mengatakan bahawa kesan El Nino ini akan lebih ketara berlaku di Sabah dan Sarawak kerana negeri-negeri tersebut berhampiran dengan lautan Pasifik, maka persiapan yang lebih tersusun perlu dilakukan.

Masalah El Nino yang berlaku tidak seharusnya menjadi tanggungjawab pihak berkuasa sepenuhnya. Pengguna juga boleh membuat persiapan untuk menghadapi cuaca panas ini. Contohnya, pengguna boleh menyediakan tangki air yang boleh menampung bekalan air untuk 2 atau 3 hari. Dengan adanya tangki air ini, pengguna tidak perlu khuatir walaupun bekalan air terputus untuk sementara.

Pengguna perlu berhemat dan mengamalkan sikap berjimat cermat menggunakan air agar semua orang boleh berkongsi bekalan air. Di samping itu, pengguna boleh memasang sistem penuaian air hujan. Sistem ini boleh digunakan untuk kegunaan tandas, mencuci lantai, membasuh pakaian, selain digunakan untuk memasak. Usaha-usaha ini bukan sahaja boleh menjimatkan air dan menyelamatkan alam sekitar, tetapi juga boleh membantu pengguna menjimatkan bil air mereka.

El Nino telahpun bermula dan ia dijangka akan menjadi lebih teruk dalam masa terdekat ini. Masalah kebakaran dan kekurangan bekalan air boleh berlaku pada bila-bila masa. Oleh itu, para pengguna perlulah melakukan persiapan secepat mungkin.

Bertindak sebelum berlaku musibah!

Sumber: Forum Air Malaysia (FAM)



Cara Berkesan Didik Anak Mengurus Wang

Sebelum mendidik anak-anak tentang cara untuk menguruskan wang, pastikan ibu bapa boleh mencerminkan diri sebagai 'role model'. Cara berkesan mendidik anak menguruskan wang adalah melalui teladan.

Berikut adalah cara-cara yang boleh digunakan kepada anak-anak:-

- Hadkan penggunaan kad kredit semasa membeli belah bersama-sama anak-anak. Ibu bapa perlu menerangkan tentang penggunaan wang tunai kerana penjelasannya lebih mudah.
- Senaraikan barangan yang ingin dibeli sebelum membeli belah.
- Ibu bapa perlu menggiatkan usaha secara proaktif untuk mendidik anak supaya 'celik wang'.
- Tabiat menguruskan wang perlu disemai pada peringkat awal usia lagi. Sebaik-baiknya pada usia muda dan usah menunggu hingga remaja, kerana ketika itu mereka terlalu sibuk dengan dunia remaja.
- Ibu bapa perlu menjelaskan perbezaan antara elaun atau wang belanja yang diberikan berdasarkan kepada usia dan keperluan perbelanjaan. Pemberian elaun boleh mendidik mereka untuk menggunakan sumber kewangan secara bijak, waspada ketika membeli supaya sumber kewangan itu boleh digunakan untuk jangka panjang.
- Ibu bapa perlu arif menentukan kaedah yang sesuai dengan kematangan anak mereka. Contohnya, pada usia 11 hingga 14 tahun, ajaklah anak-anak menyertai perbincangan mengenai bajet keluarga supaya mereka tahu ke mana wang disalurkan. Pada usia 16 hingga 18 tahun pula, bantu anak anda untuk menjadi lebih berdikari dengan mendapatkan kad ATM untuk mereka. Galakkan mereka menambah simpanan dengan bekerja sambilan, terutama pada cuti persekolahan.
- Ajar anak-anak tentang mengendalikan rekod kewangan yang boleh memantau segala pendapatan dan perbelanjaan.
- Jika ibu bapa melatih anak untuk mendapatkan barangan yang diinginkan dengan menyimpan sendiri duit, pasti barang tersebut akan lebih dihargai.
- Tunjukkan teladan baik seperti mengutip semula wang yang jatuh atau mengira semula wang baki yang diterima selepas membayar dan tidak terus menyumbatnya ke dalam dompet. Walaupun tindakan ini agak kecil, namun ia memberikan impak besar kepada anak agar dapat menilai harga wang.
- Pastikan rekod kewangan disimpan dengan kemas dan susunan teratur seperti perancangan kewangan dan bajet. Latih anak-anak supaya memahami aliran perbelanjaan wang keluarga.
- Luangkan waktu lapang yang berkualiti dengan bermain 'saidina' atau 'monopoly'. Permainan ini boleh mendidik anak-anak memahami konsep melabur. Galakkan anak-anak mencari ilmu menguruskan kewangan melalui bahan bercetak dan internet.
- Awasi perkembangan dan kemajuan anak-anak melalui perbincangan yang boleh dilakukan di rumah pada masa lapang. Terangkan aspek praktikal mengenai pengurusan wang seperti menabung berbanding berbelanja, membuat pembelian bijak memandangkan pengurusan wang yang bijak dapat membantu anak-anak menetapkan matlamat hidup kelak.

Hari Habitat Sedunia 2015



Banjir, jerebu, gempa bumi dan kemarau telah menjadi isu yang kian diperkatakan pada masa ini. Bukankah negara telah bebas daripada bencana alam dan perubahan musim seperti di luar negara? Isu ini timbul apabila berlakunya banjir besar di negeri Kelantan dan Terengganu termasuk juga kejadian gempa bumi di Sabah pada tahun ini.

Penempatan yang aman dan persekitaran yang damai sangat penting bagi setiap individu. Tempat tinggal yang telah dimusnahkan akibat daripada pembangunan yang tidak dirancang telah menjadi ancaman kepada penduduk di sekelilingnya. Penerokaan hutan yang merupakan penapis udara secara semula jadi telah menjadi salah satu faktor yang ketara dalam perubahan cuaca, yang turut mempengaruhi taburan hujan di Malaysia.

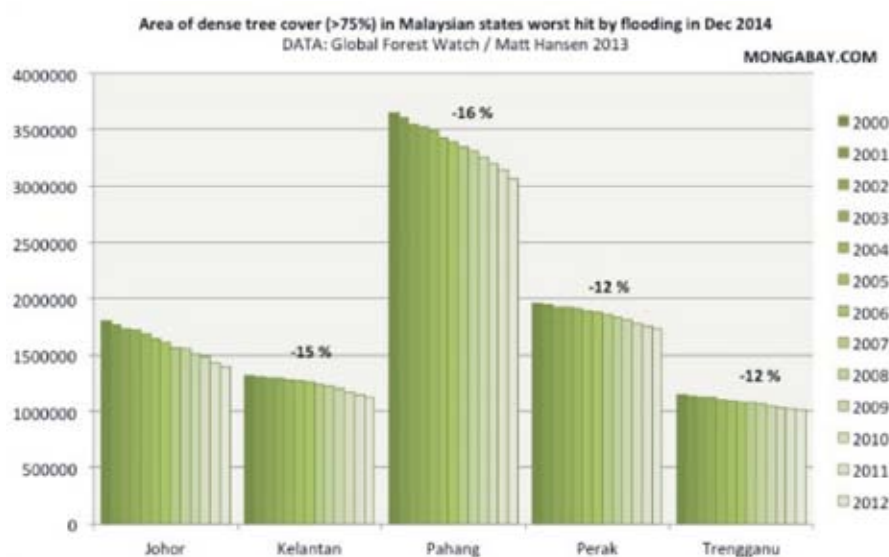
Oleh itu, Pertubuhan Bangsa-bangsa Bersatu (PBB) telah menetapkan hari Isnin pertama bulan Oktober setiap tahun sebagai Hari Habitat Sedunia. Sambutan ini bertujuan untuk memperingati dan menyedarkan bahawa semua pihak adalah berhak untuk mendapat

tempat tinggal yang selesa dan selamat untuk didiami serta kemudahan asas yang diperlukan.

Hari Habitat Sedunia mula disambut bermula tahun 1986 dan objektifnya adalah seperti berikut:-

- Meningkatkan kesedaran masyarakat dunia mengenai keadaan semasa penempatan manusia;
- Menuntut hak pengguna untuk mendapatkan tempat tinggal yang selesa; dan
- Mengingatkan masyarakat sedunia mengenai tanggungjawab masing-masing terhadap masa hadapan penempatan manusia.

Menurut statistik yang telah dikumpulkan oleh *University of Maryland's Matt Hansen* dan peta yang ditunjukkan dalam *Global Forest Watch*, menunjukkan secara jelas



bahawa lima negeri yang telah dilanda banjir besar pada akhir tahun 2014 dan awal tahun 2015, iaitu Johor, Kelantan, Perak, Pahang dan Terengganu mencatatkan kadar penerokaan hutan melebihi daripada 10 peratus dari tahun 2001 sehingga tahun 2012. Kajian tersebut juga menerangkan kawasan yang diterokai sepanjang tempoh 11 tahun ini kebanyakannya adalah kawasan hutan tebal yang berfungsi sebagai tadahan hujan di kawasan tersebut.

Data yang didapati dalam *Global Forest Watch* telah memaparkan kadar kehutanan semakin berkurangan dengan kadar yang cepat jika berbanding dengan tahun-tahun yang lalu. Contohnya, pembalakan biasanya akan menyebabkan hakisan tanah yang akan menyebabkan lumpur mengalir keluar dari kawasan tanah tinggi semasa hujan, menghakiskan permukaan bukit dan memusnahkan kawasan tadahan air. Ia telah membawa kesan yang ketara kepada kawasan tanah rendah.

Bencana banjir berlaku dipercayai adalah disebabkan kekurangan kawasan tadahan hujan yang telah menyebabkan air hujan tidak dapat ditakung dan diserap serta kadar mengalir ke sungai dan laut telah dipercepatkan apabila hujan lebat. Dengan itu, paras air sungai dan laut telahpun meningkat dengan mendadak dan seterusnya telah menggenggelami kawasan perumahan yang berdekatan.

Banjir yang buruk di Kelantan, 9 bulan telah berlalu, namun kebanyakan mangsa banjir masih tinggal di penempatan yang sementara, seperti khemah dan rumah sementara yang hanya terdapat ruang tidur sahaja. Adakah hak mereka dilindungi? Tempat tinggal merupakan salah satu keperluan asas yang sangat

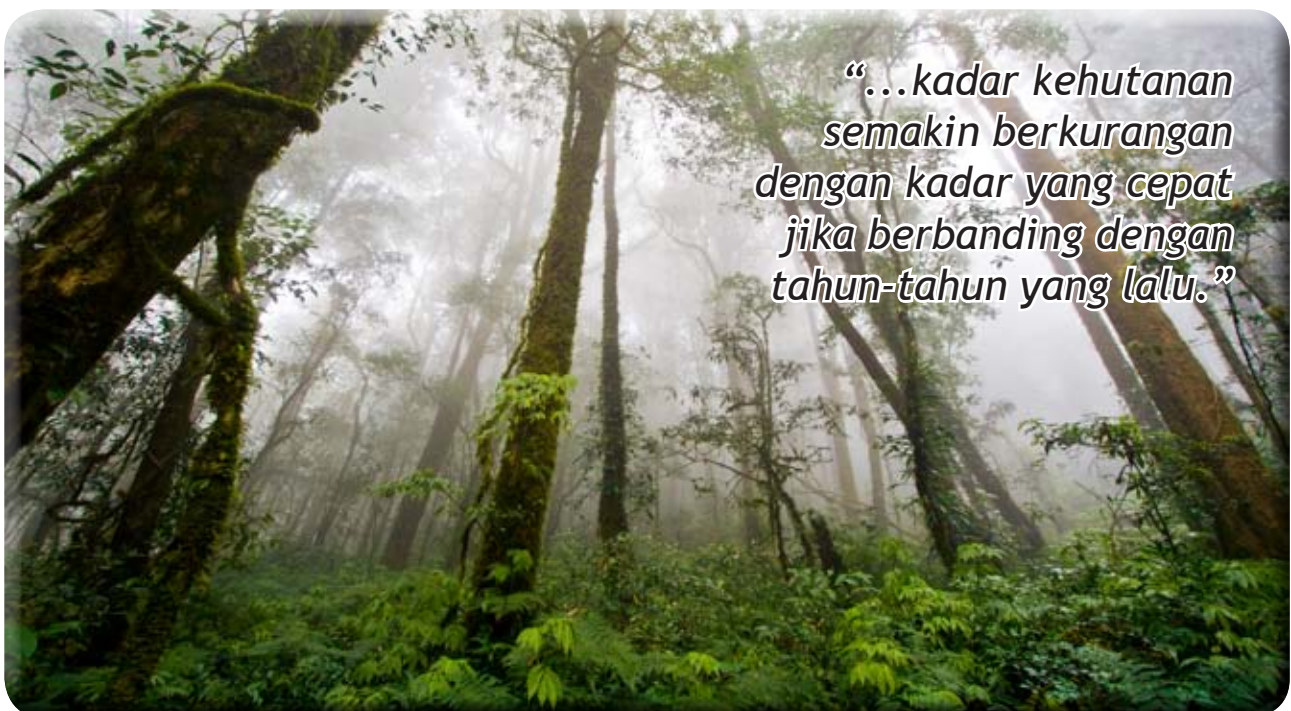


penting untuk setiap individu telah menjadi 'impian' yang amat jauh untuk dicapai oleh mangsa-mangsa tersebut.

Sempena Hari Habitat Sedunia ini, pihak berkuasa perlu meningkatkan kesedaran tentang perancangan yang sistematik dan lestari ketika merancang pembangunan bandar atau negara bagi memastikan ia tidak mengancam atau mengugat penempatan rakyat pada masa hadapan.

Biarlah bumi yang unik ini selamat didiami dengan selesa.

Sumber: Persatuan Pengguna Tenaga dan Air Malaysia (WECAM)





Penambahbaikan Kualiti Udara Dalam Ketika Jerebu

Apabila jerebu melanda, kualiti udara persekitaran akan berkurangan. Anda perlu mengurangkan masa anda di luar rumah dan berada di dalam rumah. Bagi memastikan kesihatan yang baik, maka anda perlu memastikan udara di dalam rumah anda adalah lebih baik kualitinya daripada udara di luar rumah.

Secara Am

1. Jangan merokok dalam bangunan.
2. Pastikan persekitaran dalaman berada dalam keadaan bersih dan bebas daripada debu dan habuk.
3. Tutup semua pintu dan tingkap. Pastikan kediaman bebas daripada debu semasa jerebu melanda.
4. Hadkan penggunaan bahan kimia seperti penyegar udara, pencuci lantai dan pencuci baju.
5. Untuk mengeluarkan zarah daripada udara dalaman bilik, gunakan pembersih udara jika ada.
6. Bagi yang menggunakan penyaman udara, tutup pintu dan tingkap serta gunakan mod kitaran dalaman. Pastikan ia berada dalam keadaan baik dan diselenggara secara berkala.
7. Jangan melakukan pembakaran terbuka di kawasan yang dilanda jerebu.

Rumah

1. Jika boleh sediakan sebuah bilik khas untuk mereka yang berisiko dan mempunyai masalah pernafasan.
2. Jika mempunyai penyaman udara, pastikan ia berada dalam keadaan baik.
3. Pokok hiasan hidup dalaman boleh bantu membersihkan udara tapi pastikan tiada pembiakan nyamuk di dalam rumah.
4. Hadkan penggunaan cooker hood ketika memasak.
5. Hadkan penggunaan kipas ekzos di dinding kerana udara tercemar berserta zarah terampai akan disedut dari luar ke dalam rumah.

Sekolah

1. Kekerapan membersihkan kelas daripada habuk menggunakan kain basah harus ditingkatkan.
2. Untuk mengurangkan pencemaran udara, matikan enjin kenderaan dan jangan membiarkan kenderaan dihidupkan, jika menunggu murid pulang dari sekolah.
3. Kurangkan penggunaan kapur dan marker pen di dalam kelas.



Pejabat

1. Pemilik atau pengurusan premis bangunan mesti memastikan:-
 - a) Suhu udara: 23°C – 26°C
 - b) Kelembapan relatif: 40% - 70%
 - c) Pergerakan udara: 0.15m/s – 0.50 m/s
2. Pokok hiasan hidup boleh membantu membersihkan udara dalaman.
3. Kawalan sistem pengudaraan dan pengalihudaraan mesti berada dalam keadaan terbaik.
4. Larangan merokok dikuat kuasa.
5. Penggunaan pembersih udara mudah alih digalakkan.
6. Meminimumkan penggunaan racun perosak dan penyemburan mestilah dilakukan luar waktu kerja.
7. Kawalan pembersihan
 - a) Jadual pembersihan mesti diatur mengikut corak penghunian dari tahap aktiviti.
 - b) Jangan simpan bahan kimia dalam bilik saluran atau "AHU".

Panduan memilih pembersih udara di rumah

Terdapat dua jenis alat pembersih udara yang boleh digunakan, iaitu alat pembersih udara mekanikal dan elektronik.

Pilih alat pembersih udara yang mampu membersihkan gas atau bau yang tidak enak di dalam bangunan serta mengurangkan zarah terampai dalam udara.

Sebelum membeli peralatan tersebut, ketahui prestasinya melalui *clean air delivery rate* (CADR) dalam unit '*cubic feet per minute*' (cfm) atau '*cubic meter per minute*' (cmm).

Semakin tinggi bacaan CADR, semakin tinggi keupayaannya menghasilkan udara bersih. CADR boleh diperoleh daripada spesifikasi alatan berkenaan.

Sumber: infosihat.gov.my

Pengguna Vapor Berisiko Kena Kanser



Kegilaan generasi muda menghisap rokok elektronik atau vapor pada masa ini menjurus kepada peningkatan permintaan terhadap cecair rokok berkenaan. Jika dahulu cecair vapor sekadar mengandungi nikotin dan sedikit perisa asas seperti vanilla, ia kini diubahsuai bagi menghasilkan pelbagai perisa sejajar cita rasa masyarakat tempatan.

Cecair berperisa mangga, tembikai susu, sirap bandung dan pandan kini boleh diperolehi dengan mudah oleh penghisap vapor berikutan kernunculan ramai pengusaha baharu yang mengambil kesempatan mengadun dan memasarkan cecair berkenaan. Namun, timbul persoalan sama ada kandungan cecair itu benar-benar bebas daripada sebarang risiko kesihatan kerana kaedah penyediaannya tidak dinyatakan atau mengikut piawaian industri.

Tiada Garis Panduan

Hingga kini, tiada penetapan dibuat pihak berkuasa mengenai garis panduan penyediaan cecair terbabit, sekali gus mengundang kerisauan kemungkinan penyediaannya oleh pelbagai pengusaha melanggar dos ditetapkan terutama kandungan nikotin. Jika diteliti penjualan cecair vapor dengan pelbagai perisa antara RM30 RM40 di kebanyakan gerai dan pasar malam ketika ini, memang jelas tidak diperincikan langsung bahan adunan melainkan sekadar menyatakan jenis perisa.

Biarpun ada yang melabelkan kandungan nikotin antara sifar miligram (mg) hingga 24 mg, tidak dapat dipastikan apakah benar tahap nikotin yang dinyatakan. Kementerian Kesihatan sebelum ini mendapati ada cecair vapor yang dilabelkan sebagai 0 mg nikotin

didapati mengandungi nikotin, sekali gus menunjukkan penyediaan cecair vapor ketika ini tidak dikawal pihak berkuasa.

Ia berbeza berbanding penyediaan rokok biasa yang dikawal paras nikotin oleh kerajaan menerusi undang-undang berkaitan tembakau iaitu Peraturan Kawalan Hasil Tembakau 2004 yang perlu dipatuhi syarikat pengeluar berdaftar.



Cetus Kebimbangan

Situasi ini mencetuskan kebimbangan berhubung keselamatan vapor yang dihasilkan, lebih-lebih lagi ada laporan yang menyatakan sudah ada pihak yang mengeluarkan cecair mengandungi bahan terlarang dan dadah seperti ganja. Tinjauan BH di pasar larut malam di sekitar Setapak, Cheras dan Seri Kembangan mendapati, penjualan vapor begitu laris biarpun Kementerian Kesihatan menasihatkan penggunaannya dihentikan sementara.

Apabila diajukan soalan berhubung pengeluaran vapor itu, penjual memberikan jawapan yang pelbagai. Apa yang jelas, pengeluarannya tidak memperoleh sebarang lesen daripada pihak berkuasa seperti Kementerian Kesihatan. “Kalau pandai boleh buat sendiri dan jual, sebab barang (bahan mentah) boleh dibeli dalam talian,” kata seorang peniaga. Lebih hebat lagi apabila teknik pembuatan vapor itu turut dikongsi di media sosial seperti YouTube, yang boleh diikuti orang ramai. Persoalannya, apakah vapor benar-benar selamat? Jawapannya masih samar.

Kementerian Kesihatan hanya akan mengumumkannya dalam tempoh dua bulan lagi. Biarpun belum ada risiko jelas mengenai penggunaan vapor, Ketua Pegawai Perubatan Pusat Saringan Kanser, Persatuan Kanser Kebangsaan Malaysia (NCSM), Dr Dalilah Kamaruddin, merumuskan tabiat menghisap cecair

nikotin menggunakan vapor mendedahkan penggunaanya kepada penyakit maut seperti kanser.

Pemangkin Kanser

Beliau berkata, sifat wap nikotin yang dihasilkan vapor itu adalah sama dengan asid nitrik, iaitu bahan pangsang kepada kanser dalam tubuh manusia. Pertubuhan Kesihatan Sedunia (WHO), dalam ulasan mengenai penggunaan vapor menyatakan, biarpun belum dapat dipastikan implikasi penggunaannya terhadap kesihatan manusia, nikotin dalam cecair itu boleh menyumbang kepada penyakit kardiovaskular.

Analisis oleh Pentadbiran Makanan dan Ubat (FDA) Amerika Syarikat mendapati adalah sukar untuk menentukan jenis atau kepekatan bahan kimia, termasuk nikotin dalam vapor kerana ia diadun oleh banyak pengeluar. Bagaimanapun FDA mengesahkan bahan kimia, termasuk nikotin yang terdapat dalam vapor boleh menjejaskan kesihatan serta merangsang ketagihan.

Dalam analisis itu juga, FDA menolak pandangan kononnya penggunaan vapor adalah kaedah baharu yang boleh dimanfaatkan perokok untuk berhenti merokok kerana usaha itu perlu dilakukan menerusi proses yang ditetapkan pengamal kesihatan atau doktor.

Sumber: Berita Harian

“... sifat wap nikotin yang dihasilkan vapor itu adalah sama dengan asid nitrik, iaitu bahan pangsang kepada kanser dalam tubuh manusia.”



Kecuaian Syarikat Kontraktor



Bagai tikus membaiki labu. Itulah ungkapan yang sesuai terhadap pekerja sebuah syarikat kontraktor pemasangan paip, yang bukan sahaja gagal menyelesaikan masalah kebocoran paip di rumah seorang pekerja swasta, malah menyebabkan lelaki berkenaan terpaksa menanggung kerugian yang lebih teruk.

Menurut Josua yang berusia 30-an, sistem paip yang menyambungkan paip air ke tangki yang terletak di atas bumbung rumahnya telah bocor pada awal April 2015, menyebabkan air menitis di bahagian dapur dan tandas.

Ekoran masalah itu, beliau mendapatkan khidmat syarikat kontraktor untuk menyelesaikan masalah tersebut. Walau bagaimanapun, setelah tiga hari, paip rumahnya bocor kembali, malah lebih teruk lagi sehingga merosakkan ruang yang lebih besar.

Josua telah membayar sebanyak RM825 kepada syarikat kontraktor terbabit sebagai kos menukar paip dan sebagainya. Namun tanpa disangka, keadaan menjadi lebih teruk. Beliau mahu syarikat kontraktor bertanggungjawab sepenuhnya ke atas apa yang berlaku. Tetapi pihak syarikat enggan membayar ganti rugi. Tidak berpuas hati dengan keadaan itu, Josua telah memfailkan aduan kepada Tribunal Tuntutan Pengguna Malaysia (TTPM).

Semasa prosiding tuntutan, wakil syarikat kontraktor telah memberitahu bahawa pihaknya telah memberikan perkhidmatan yang baik. Beliau tidak pasti sama ada masalah berkenaan akibat kecuaiannya atau sememangnya terdapat masalah lain pada sistem paip rumah En Josua.

Presiden TTPM memberi masa kepada kedua-dua pihak berbincang terlebih dahulu di luar mahkamah. Pihak syarikat kontraktor bersetuju untuk memulangkan kembali bayaran RM825 kepada Josua.

Presiden TTPM berpuas hati dengan persetujuan yang dicapai oleh kedua-dua pihak dan memerintahkan syarikat kontraktor menjelaskan bayaran yang dipersetujui kepada Josua dalam masa 14 hari.

Bagaimanapun, Josua tetap menuntut pihak syarikat itu membayar ganti rugi terhadap kerosakan barangan rumah akibat daripada kebocoran kali kedua. Presiden TTPM menasihatkan Josua untuk memfailkan tuntutan di mahkamah sivil kerana tuntutan tersebut adalah di luar bidang kuasa tribunal.

Sumber: Tribunal Tuntutan Pengguna Malaysia (TTPM)

KARYA KEPENGUNAAN

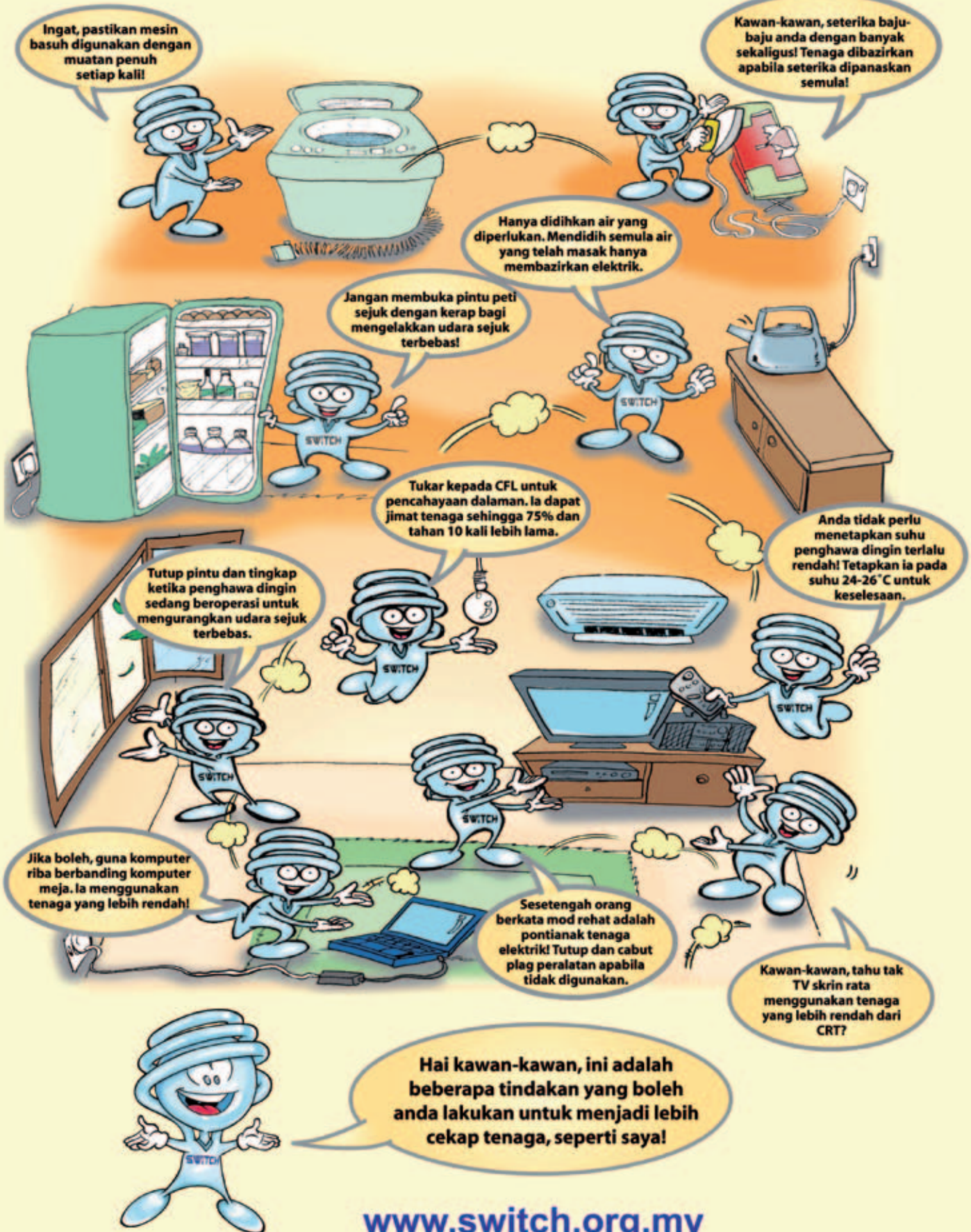
Kemukakan karya-karya menarik berkaitan kepenggunaan (dalam bentuk cerpen, pantun, sajak, gambar, berita, pandangan, komen, risalah, poster dan lain-lain) ke alamat berikut:

Bahagian Gerakan Kepenggunaan
Kementerian Perdagangan Dalam Negeri, Koperasi dan Kepenggunaan,
Ara 4, No 13, Persiaran Perdana, Presint 2, 62623 Putrajaya
Tel : 03-8882 5979
Faks : 03-8882 5983
E-mel : bk@kpdnkk.gov.my

Pastikan setiap sumbangan karya disertakan nama, nombor kad pengenalan dan alamat penuh. Karya-karya bertuah yang tersiar dalam Buletin Generasi Pengguna akan memenangi hadiah misteri yang menarik!!



KEMPEN KESEDARAN KECEKAPAN TENAGA KEBANGSAAN



Dianjurkan bersama oleh:



Dilaksanakan oleh:



Disokong oleh:

