

GENERASI pengguna

Wadah Informasi
Kelab Pengguna

OKTOBER 2012 • EDARAN PERCUMA

Bulan KEWANGAN BERHEMAT 2012



Jadilah
Pengguna
Bertanggung-
jawab

Keselamatan
Kanta Lekap
Kepada
Pengguna

Awasi Tanda
Harga Promosi
Telah Tamat

10 Langkah
Ke Arah
Kesejahteraan
Kewangan

Hari Cuci
Tangan
Sedunia

Harga
Makanan
Naik Akibat
Perubahan
Iklim

Pemeliharaan
Alam
Sekitar



Semenjak tahun 2011, FOMCA telah mengadakan Bulan Kewangan Berhemat pada setiap bulan Oktober. Usaha ini dibuat bertujuan untuk:

- Menampilkkan kepentingan kemahiran kewangan sebagai suatu kemahiran hidup yang utama;
- Mendidik pengguna Malaysia tentang kaedah dan cara untuk memupuk tabiat kewangan yang sihat ke arah kedudukan kewangan yang sihat, dan
- Menangani isu dan aduan pengguna berkaitan dengan perbankan dan institusi kewangan.

Tema Bulan Kewangan Berhemat ialah "Tanggungjawab Kewangan Bermula dengan Saya". Ini jelas menitikberatkan tanggungjawab pengguna dalam mengendalikan isu-isu peribadi kewangan mereka. Di peringkat antarabangsa pula, *Consumers International* (atau CI) turut memberikan tumpuan terhadap aspek pengurusan kewangan serta perlindungan pengguna daripada amalan institusi kewangan yang negatif, yang boleh memudaratkan kepentingan dan kebajikan

pengguna.

Selain itu, Bulan Kewangan Berhemat juga bertujuan untuk membaiki perhubungan antara pengguna dan institusi kewangan. Berdasarkan aduan yang diterima oleh Pusat Khidmat Aduan Pengguna Nasional (NCCC), jumlah aduan pengguna terhadap institusi perbankan telah meningkat daripada 809 pada tahun 2006 kepada 1,147 aduan pada tahun 2011, iaitu peningkatan sebanyak 42%.

Bulan Kewangan Berhemat merupakan satu usaha untuk mengutarakan aduan-aduan pengguna kepada institusi kewangan dengan dibantu oleh Bank Negara Malaysia ke arah meminimumkan isu-isu yang berbangkit antara pengguna dan institusi perbankan. Antara isu-isu tersebut adalah isu kad kredit, pinjaman, caj-caj yang tersembunyi dan berlebihan, penggunaan maklumat daripada CTOS sebagai rujukan kewangan pengguna dan isu lelong perumahan.



Bil. 14, Edisi Okt 2012

Sidang Redaksi

Penasihat

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

Ketua Sidang Pengarang

Mohd Yusof Abdul Rahman

Timbalan Ketua Sidang Pengarang

Siti Rahayu Zakaria

Sidang Pengarang

Yu Kin Len, Pusat Penyelidikan dan Sumber Pengguna
Foon Weng Lian, Forum Air Malaysia
Mohana Priya, Persatuan Pengguna Standard Malaysia
Bahagian Gerakan Kepenggunaan, KPDKN
Bahagian Kokurikulum, Kementerian Pelajaran Malaysia

Untuk memuat turun Generasi Pengguna dalam format "PDF", sila layari laman sesawang www.fomca.org.my.

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

Editor

GENERASI PENGGUNA
No 1D-1, Bangunan SKPPK,
Jalan SS 9A/17,
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.kpdnnk.gov.my

Hotline : 1-800-886-800

Tel : 03-8882 5500

Faks : 03-8882 5762

Cetakan

فرجستڪن اساس جايا (ملaysia) سندوڀون برحد
Percetakan Asas Jaya (M) Sdn Bhd
No. 5B Tingkat 2, Jalan Pipit 2
Bandar Puchong Jaya,
47100 Puchong Jaya
Selangor Darul Ehsan

Dalam satu laporan mengatakan bahawa kira-kira enam juta isi rumah di Malaysia berhutang sebanyak RM 653 bilion. Secara purata, sebuah isi rumah di Malaysia berhutang sebanyak RM 108,000. Ataupun secara kasar, rakyat Malaysia berhutang dua kali ganda daripada hutang sebenar mereka. Berdasarkan statistik daripada Jabatan Insolvensi Malaysia pula, secara purata pada setiap hari, seramai 41 individu diisyiharkan muflis, dan daripada jumlah ini, 58% adalah berusia di bawah 44 tahun.

Seterusnya, menurut Agensi Kaunseling dan Pengurusan Kredit (AKPK), 50% yang minta khidmat nasihat adalah di bawah umur 40 tahun. Jelas berdasarkan data makro ini, ia memberikan satu gambaran yang amat merisaukan.

FOMCA, melalui Pusat Kajian dan Sumber Pengguna (CRRC), telah menjalankan kajiannya sendiri untuk mengenal pasti perilaku dan tabiat kewangan pekerja muda. Hasil kajian tersebut mendapati:

- 47% daripada pekerja muda mengalami masalah hutang yang serius, iaitu bayaran bulanan hutang mereka adalah 30% atau lebih daripada pendapatan mereka
- 37% mengakui bahawa mereka berbelanja di luar kemampuan mereka
- 37% tidak pernah berfikir tentang persediaan untuk

persaraan

- Bila ditanya tentang pengetahuan mereka mengenai kewangan, 43% mengakui mereka kurang mempunyai pengetahuan kewangan.
- Secara am, pekerja muda memberikan skor yang rendah untuk tahap pengurusan kewangan mereka sendiri.

Berdasarkan data makro dan kajian mikro ini, memang terdapat masalah pengurusan kewangan yang serius dalam kalangan pengguna. Untuk menangani isu pengurusan kewangan dalam kalangan pengguna, tidak dapat dinafikan bahawa terdapat usaha-usaha yang tertentu oleh agensi kerajaan, pihak swasta dan NGO. Akan tetapi seringkali usaha-usaha ini berlaku secara *ad hoc* dan tidak tersusun.

Dengan mengadakan sesi dialog yang secara berterusan antara persatuan pengguna dan institusi kewangan, isu-isu berkaitan kewangan dapat diatasi dengan baik dan menghasilkan keadaan "win win" kepada kedua-dua pihak – institusi kewangan dan pengguna. Program Bulan Kewangan Berhemat akan bertambah baik jika lebih banyak institusi kewangan terlibat dalam menyokong usaha untuk mendidik pengguna serta memperkuuh lagi perhubungan positif antara institusi kewangan dan pengguna, di samping sokongan daripada pengguna dan agensi kerajaan yang berkaitan dengan kewangan.

Aktiviti-aktiviti Bulan Kewangan Berhemat 2012

- Pelancaran Bulan Kewangan Berhemat 2012, Bursa Malaysia, Kuala Lumpur
- Latihan Pengurusan Kewangan untuk Pekerja Muda
- Ringgit Pertama Saya – Program pendidikan kewangan untuk kanak-kanak pra-sekolah
- Pelancaran Kerjasama Swasta-NGO untuk Pendidikan Kewangan bagi kanak-kanak pra-sekolah
- Klinik Sihatlabur – Kerjasama dengan Suruhanjaya Sekuriti
- Program *My Financial Coach* – Program pendidikan kewangan di sekolah, kerjasama dengan Allianz Malaysia Berhad
- Program pendidikan kewangan untuk pelajar sekolah rendah, menengah dan pengajian tinggi
- Informersial – tip-tip kewangan melalui stesen radio
- Dialog – Pengguna dan Industri bank-bank
- Dialog – Pengguna dan Industri Insurans
- RINGGIT (majalah kewangan bulanan) – Kerjasama dengan Bank Negara Malaysia
- Poster dan risalah 2012 (penerbitan)
- 10 Isu Kewangan Anda 2012 (penerbitan)
- Generasi Pengguna (majalah bulanan remaja) – Kerjasama dengan Kementerian Perdagangan Dalam Negeri, Koperasi dan Kepenggunaan

- Laman sesawang mikro Tambahkan Nilai Ringgit Anda <http://eraconsumer.org/stretching-your-ringgit/>
- Siri temu bual/wawancara radio dan TV
- Latihan persiapan untuk persaraan untuk pekerja sektor awam dan swasta
- Jualan buku kewangan oleh Koperasi Universiti Malaya di Perpustakaan Universiti Malaya
- Pameran buku kewangan di Universiti Malaya, Kuala Lumpur
- Pameran buku kewangan di Perpustakaan Negara Malaysia, Kuala Lumpur
- Pameran buku kewangan di Universiti UCSI, Cheras
- Pameran buku kewangan di Perpustakaan Kuala Lumpur
- Pameran buku kewangan di Universiti Putra Malaysia, Serdang
- Pameran buku kewangan di Universiti Teknologi Malaysia, Johor
- Pameran buku kewangan di Pustaka Sarawak, Kuching



Jadilah Pengguna Bertanggungjawab

“Sekiranya anda mendapati barang yang dibeli mengalami kerosakan atau kecacatan, anda perlu memaklumkan kepada pihak penjual ...”

Walaupun pengguna mempunyai hak-hak yang perlu diberikan perhatian oleh pihak peniaga, namun pengguna juga perlu menjalankan tanggungjawabnya. Ini bagi memastikan tiada ada pihak yang boleh mempermainkan pengguna, di samping untuk menunjukkan ‘kuasa pengguna’.

Selain lima tanggungjawab pengguna yang telah digariskan oleh pergerakan pengguna di seluruh dunia, terdapat beberapa tindakan yang perlu anda lakukan untuk menjadi pengguna yang bertanggungjawab, antaranya:

- Sentiasa memberikan maklumat secara jujur dan betul. Apabila membuat permohonan untuk sesuatu urusan, sama ada pinjaman, mengisi borang insurans atau takaful dan sebagainya, anda hendaklah memberikan maklumat yang betul dan terkini. Sentiasa kemas kini maklumat anda sekiranya terdapat perubahan, seperti alamat tempat tinggal sekiranya anda telah berpindah. Anda perlu membuat pengisyiharan yang betul ketika mengisi borang permohonan insurans atau takaful, kerana maklumat yang tidak tepat boleh menjelaskan permohonan tuntutan anda kelak.
- Melaporkan sebarang kerosakan atau kecacatan barang kepada penjual atau pengeluar. Sekiranya anda mendapati barang yang dibeli mengalami kerosakan atau kecacatan, anda perlu memaklumkan kepada pihak penjual, atau jika penjual tidak mahu

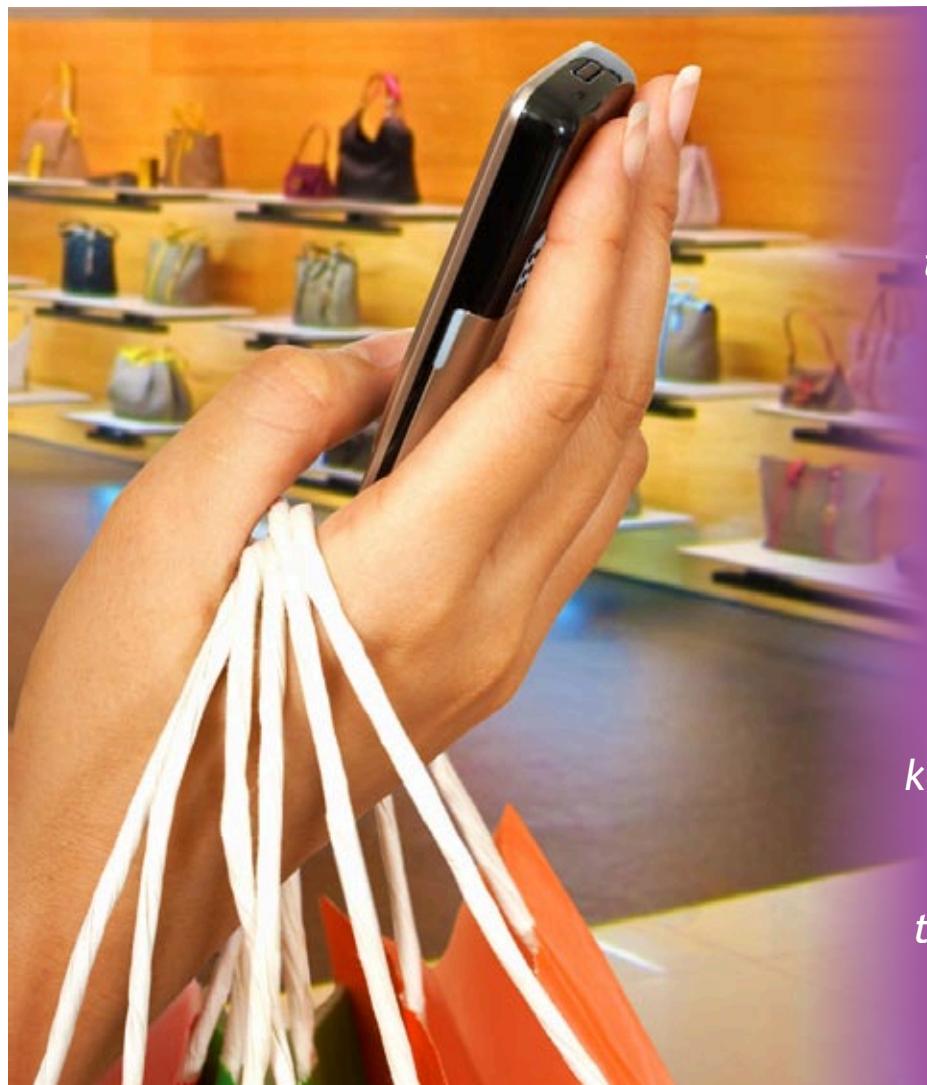


melayani makluman anda, kemukakan aduan kepada pihak pengeluar. Makluman dan aduan anda terhadap barang yang rosak akan membantu pihak penjual mengenal pasti barang yang rosak dan memeriksa jika jenis barang yang sama juga mengalami kerosakan di kedainya. Selain itu, maklumat anda juga membolehkan pengeluar mengenal pasti masalah berkaitan barang mereka. Anda juga mendapat gantian barang yang baru kerana barang yang rosak dan cacat tidak selamat untuk digunakan.

Begitu juga dengan perkhidmatan yang anda gunakan, jika terdapat sebarang masalah, anda perlu membuat aduan kepada syarikat penyedia perkhidmatan, bagi mengenal pasti masalah tersebut. Ia bertujuan untuk memastikan syarikat tersebut sentiasa meningkatkan kualiti perkhidmatannya.

Selain itu, anda juga perlu membuat aduan jika mendapati ada kedai yang menjual barang yang berbahaya. Pihak berkuasa, seperti Kementerian Kesihatan dan badan-badan bukan kerajaan, seperti Persatuan Pengguna-Pengguna Standard Malaysia, sentiasa menghebahkan barang yang berbahaya, yang ditarik balik daripada pasaran. Aduan anda membolehkan pihak berkuasa mengambil tindakan terhadap penjual yang masih menjual barang tersebut.

- Melaporkan sebarang penyelewengan yang berlaku. Anda perlu membuat laporan kepada pihak berkuasa sekiranya terdapat pihak tertentu yang melakukan aktiviti yang menyalahi undang-undang, seperti menyorok barang, menyeludup barang kawalan, menjual barang kawalan melebihi harga yang ditetapkan, tidak meletakkan tanda harga pada barang jualan, atau tidak mempunyai senarai harga di kedai makan atau restoran dan sebagainya.
- Melindungi alam sekitar daripada dicemari atau dimusnahkan. Pengguna perlu prihatin terhadap sebarang kegiatan yang mencemarkan alam sekitar, seperti pembakaran terbuka, kegiatan membuang sampah atau bahan kimia berbahaya di tempat yang tidak dikhaskan untuk membuangnya dan sebagainya. Kegiatan mencemarkan alam sekitar ini merupakan salah satu faktor yang menyumbang kepada pemanasan global, yang sebahagiannya disebabkan oleh sikap manusia sendiri. Laporkan kepada pihak berkuasa yang berkaitan, seperti Jabatan Alam Sekitar, jika ada kegiatan yang mencemarkan alam sekitar berlaku di tempat anda.
- Bersikap adil dan jujur dalam urus niaga. Anda hendaklah berlaku jujur dan adil ketika membuat urusan jual beli. Jika terdapat kekurangan atau lebihan ketika mengembalikan baki bayaran, maklumkan kepada pihak penjual. Selain itu, anda juga tidak sewajarnya menyebarkan maklumat yang tidak benar atau khabar angin tentang sesuatu barang atau kedai tertentu sebelum mendapatkan kepastian tentang keadaan yang sebenarnya terlebih dahulu. Tindakan menyebarkan maklumat yang tidak benar atau khabar angin boleh menimbulkan keadaan yang tidak harmoni di pasaran, selain anda turut terlibat dengan taktik pihak tertentu yang ingin merosakkan perniagaan pihak yang lain.



“...anda juga tidak sewajarnya menyebarkan maklumat yang tidak benar atau khabar angin tentang sesuatu barang atau kedai tertentu sebelum mendapatkan kepastian tentang keadaan yang sebenarnya terlebih dahulu.”



Keselamatan Kanta Lekap Kepada Pengguna

Kanta lekap merupakan kanta yang digunakan untuk tujuan membaiki penglihatan, sebagai kosmetik ataupun kanta terapeutik, yang biasanya diletakkan pada kornea mata.

Kini kanta lekap dianggap berfungsi sebagai salah satu produk yang mesti dimiliki oleh kebanyakan pengguna di seluruh dunia. Sesetengah pengguna mungkin berasa lebih yakin apabila memakai kanta lekap, malah sesetengah orang pula berasa lebih selesa dan boleh bergerak secara mudah tanpa sebarang sekatan atau halangan.

Terdapat pelbagai jenis kanta lekap yang terdapat di pasaran untuk memenuhi keperluan pengguna yang berbeza. Contohnya, kanta lekap yang berfokus dua menawarkan penglihatan yang jelas dalam pelbagai keadaan, manakala kanta lekap pakai buang harian boleh dibuang pada waktu malam selepas digunakan.

Terdapat juga kanta lekap berwarna yang lazimnya popular dalam kalangan generasi muda. Tidak kira apa jua kanta lekap yang anda gunakan, aspek keselamatan kanta lekap tidak boleh ditolak ansur.

Sehingga tahun 2010, pasaran kanta lekap lembut telah dianggarkan sebanyak 5.3 bilion (*Professional Eye Care*

Journal Contact Lens Spectrum, Januari 2010). Dengan jutaan individu yang memakai kanta lekap, walaupun terdapat peratusan kecil yang mengalami kemudaratian, ia boleh membawa kepada masalah kesihatan awam yang utama. Antara kesulitan biasa akibat daripada kanta lekap adalah radang, kerengsaan, kegatalan serta kemerahan. Berkemungkinan besar jangkitan organisme mikro akibat daripada memakai kanta lekap tanpa pembersihan dan disinfeksi yang betul, retakan kecil ataupun melecat pada kornea akibat daripada benda asing ataupun tekanan kornea yang berlebihan boleh menyebabkan jangkitan pada kornea.

Di sesetengah negara, kebanyakan kanta lekap dikawal selia oleh Bahagian Peralatan Perubatan, di bawah Kementerian Kesihatan. Pada tahun 2010, terdapat isu tentang beberapa kanta lekap yang berjenama yang dipanggil balik daripada pasaran disebabkan oleh aduan daripada pengguna. Kanta lekap tersebut dikatakan boleh menyebabkan sakit mata dan ketidakselesaan kepada pengguna. Kanta lekap yang dikilangkan itu dikatakan mempunyai masalah semasa proses bilasan pada jangka masa yang tertentu pada barisan pengilangan yang tertentu. Syarikat-syarikat yang gagal melaksanakan Amalan Pengilangan Baik (GMP) dalam pengeluaran produk mereka boleh menyebabkan produk yang tidak sempurna atau mengalami kecacatan. Pelaksanaan

standard GMP yang asas adalah amat penting untuk memastikan produk itu dihasilkan dengan cara yang selamat.

Selain daripada standard GMP yang asas, Jabatan Standard Malaysia telah membangunkan *Standard Malaysia bagi MS ISO 14729:2009 – Ophthalmic optics – Produk kanta lekap – Keperluan mikrobiologi dan kaedah ujian untuk produk dan regimen bagi pengurusan kebersihan kanta lekap*. Dokumen Standard Malaysia ini menetapkan dua kaedah ujian untuk menilai aktiviti *antimicrobial* produk supaya dapat dipasarkan untuk pembasmian kuman kanta lekap melalui bahan kimia dan bagi produk yang sebahagian daripada regimen penjagaan kanta lekap.

Setiap negara mungkin mempunyai keperluan dan kriteria standard yang berbeza daripada satu negara yang lain.

Berdasarkan penerbitan *Contact Lens Spectrum*, pada tahun Januari 2003, hampir 100 juta orang di seluruh dunia memakai kanta lekap, dan jumlah terbesar golongan pemakai kanta lekap adalah di Amerika Utara (36 juta), diikuti dengan Asia (24 juta), termasuk Jepun (14 juta) dan Eropah (20 juta). Angka ini dijangka akan meningkat menjelang tahun 2020. Ini jelas menunjukkan bahawa industri kanta lekap akan terus berkembang. Keperluan untuk mematuhi standard ini sangat penting kerana ia merupakan faktor yang penting dalam perniagaan. Standard yang telah dinyatakan di atas boleh digunakan oleh pengeluar untuk menghasilkan produk yang selamat dan berkualiti tinggi untuk kegunaan pengguna. Disebabkan standard ini diambil daripada standard ISO, maka pengeluar mempunyai kelebihan untuk memasarkan produk di peringkat antarabangsa. Apabila sebuah syarikat memastikan standard keselamatan dipatuhi sepanjang masa semasa

“Kebersihan diri dan penjagaan yang betul juga diperlukan untuk mengelakkan risiko jangkitan ataupun kecederaan pada mata.”



Kadangkala ini boleh menyebabkan kesukaran kepada pengeluar dan pengimport serta boleh menyebabkan kekeliruan. Oleh itu, Organisasi Standard Antarabangsa (ISO) telah membangunkan satu standard baru iaitu standard ISO 14531: 2011, *Ophthalmic optics – Contact lenses and contact lens care products – fundamental requirements*. Standard ini merupakan edisi ketiga dan yang telah diperkemas untuk menjadikannya selaras dengan perkembangan industri ini. Standard ini juga menentukan spesifikasi keselamatan dan penilaian risiko, spesifikasi reka bentuk, penilaian mikrobiologi, pelabelan, pembungkusan dan tarikh luput. Standard ini juga dikatakan dapat membantu pihak penguat kuasa di sesebuah negara yang ingin menyelaraskan keperluan dan pematuhan antarabangsa serta menggalakkan perdagangan antarabangsa. Pihak pengguna pula dapat manfaat dari segi pelabelan yang lebih jelas dan mudah faham serta penyeragaman dengan kanta lekap yang dijual di mana-mana negara.

proses pengeluaran kanta lekap, maka risiko kerosakan dapat dikurangkan, sekali gus ini mewujudkan keyakinan pengguna untuk membeli produk mereka.

Pengguna perlu ingat bahawa membeli kanta lekap yang mahal dan berjenama tidak semestinya akan menjamin keselamatan. Kebersihan diri dan penjagaan yang betul juga diperlukan untuk mengelakkan risiko jangkitan ataupun kecederaan pada mata. Selain itu, terdapat pengguna yang membeli kanta lekap di pasar malam dengan harga yang murah. Pasar malam mempunyai risiko menjual produk-produk yang ada kalanya tidak diperakui atau dibenarkan oleh pihak berkuasa. Bagaimanapun produk-produk ini berjaya menyelinap ke dalam pasaran dan pengguna sering berisiko membeli produk tersebut. Oleh itu, adalah disyorkan bahawa produk-produk tertentu seperti kanta lekap perlu dibeli di kedai-kedai yang diberi autoriti dan mendapat khidmat nasihat daripada profesional.

Awasi Tanda Harga Promosi Telah Tamat



Ramai peniaga tidak meletakkan tanda harga pada barang jualan mereka. Terdapat juga peniaga yang tidak menukar tanda harga asal apabila mengadakan jualan promosi.

Keadaan ini berlaku disebabkan kurang kesedaran dalam kalangan peniaga untuk mematuhi peraturan yang ditetapkan atau bersikap mengambil mudah terhadap perkara tersebut.

Pusat Khidmat Aduan Pengguna Nasional sering menerima aduan daripada pengguna yang terkeliru dengan harga yang tertera di rak barang. Namun apabila disemak melalui mesin pengimbas harga, harga yang berbeza ditunjukkan.

Apabila ditanya kepada peniaga atau petugas jawapan mereka ialah, "Itu harga promosi belum tukar lagi", sedangkan promosi tamat dua minggu yang lalu.

Peniaga sepatutnya menuarkan tanda harga sebaik sahaja tempoh promosi berakhir. Selain itu, ramai pengguna yang tidak memeriksa tanda harga sebelum membuat bayaran. Ini menyebabkan pengguna tidak pasti berapa banyak barang lagi yang masih belum ditukar tanda harga selepas promosi.

Pengguna hendaklah sentiasa menyemak harga melalui mesin pengimbas harga agar tidak tertipu. Dalam pada itu, pihak peniaga juga perlu bertanggungjawab terhadap perniagaan mereka agar tidak mengelirukan pengguna dengan tanda harga promosi yang telah tamat. Gunakan hak sebagai pengguna agar peniaga tidak mengaut keuntungan secara tidak beretika.

TIP MEMBELI BARANGAN SEMASA JUALAN PROMOSI

- Semak harga barang melalui mesin pengimbas yang disediakan.
- Periksa tarikh luput.
- Pastikan pembungkusan produk barang tersebut masih berkeadaan baik (tidak kemik, plastik tidak bocor).
- Sentiasa berwaspada terhadap produk yang menawarkan "beli 1 Percuma 1" atau yang menawarkan "hadiah percuma", periksa kuantitinya atau sukatannya sama ada masih sama dan bandingkan harga sebelum promosi.
- Sentiasa melihat tanda harga dan buat perbandingan harga sebelum promosi.
- Pastikan anda mengawal kewangan anda, disiplin dan beli barang yang anda rancang. Jangan mudah terpedaya dengan jualan promosi.
- Anda boleh membuat tawaran harga yang lebih murah kepada peniaga (jika boleh).
- Minta resit pembelian dan periksa resit pembelian.
- Pastikan produk-produk jualan promosi ditawarkan semasa tarikh dan tawaran iklan promosi itu berlangsung.

Ketahui agensi yang berkaitan untuk membuat aduan sekiranya anda telah ditipu oleh jualan promosi.



1. Lakukan perubahan

Berikrar untuk mengambil langkah-langkah untuk memperbaik status kewangan anda.

2. Kenal pasti kedudukan kewangan anda

Mengambil kira apa yang anda miliki dan jumlah hutang anda.

3. Catatkan perbelanjaan anda

Anda dapat mengesan aliran wang anda jika anda mencatatkan perbelanjaan harian anda.

4. Tetapkan matlamat kewangan anda

Anda perlu mempunyai matlamat kewangan yang perlu dicapai sebagai dorongan untuk menggalakkan anda berjaya melaksanakan pelan perancangan kewangan anda.

5. Buat belanjawan sebelum perbelanjaan

Belanjawan dapat membantu anda untuk mencapai matlamat anda jika anda berdisiplin dalam mematuhi belanjawan anda.

6. Simpan sebelum belanja

Apabila mendapat pendapatan bulanan, anda dinasihatkan untuk menyimpan sekurang-kurangnya 10% daripada jumlah pendapatan anda.

7. Bersedia untuk kecemasan

Anda perlu mengasingkan sebahagian duit anda sebagai tabung kecemasan. Tabung tersebut hendaklah dapat menampung perbelanjaan kehidupan anda sekurang-kurangnya selama 6 bulan sekiranya anda tidak mempunyai pendapatan pada masa itu.

8. Selesaikan hutang anda.

Anda perlu bersabar dan berterusan untuk menjelaskan hutang anda.

9. Kurangkan perbelanjaan anda.

Sebelum membeli belah, sediakan senarai barang yang ingin dibeli dan patuhi senarai tersebut. Elakkan daripada pembelian mengikut gerak hati.

10. Rancang untuk persaraan

Andatidaksewajarnya hanya bergantung kepada simpanan KWSP atau pencen kerana kemungkinan simpanan anda tidak mencukupi untuk menampung kehidupan yang selesa apabila bersara.





Pada 15 Oktober setiap tahun, beratus-ratus juta orang di seluruh dunia akan menyambut Hari Cuci Tangan Sedunia. Sambutan ini bertujuan untuk meningkatkan kesedaran dan kefahaman tentang kepentingan membasuh tangan dengan sabun sebagai cara yang berkesan dan mampu untuk mencegah penyakit. Kempen ini telah dijalankan semenjak tahun 2008.

Membasuh tangan dengan sabun merupakan amalan yang penting bagi kanak-kanak. Ia merupakan salah satu cara yang paling berkesan untuk mengurangkan hampir 50 peratus kejadian cirit-birit dalam kalangan kanak-kanak di bawah umur lima tahun, dan mengurangkan jangkitan pernafasan sebanyak hampir 25 peratus.

Mengenai Hari Cuci Tangan Sedunia

Kempen Hari Mencuci Tangan Sedunia bertujuan untuk:

- Memupuk dan menyokong budaya membasuh tangan dengan sabun di seluruh dunia.
- Meningkatkan kesedaran tentang manfaat membasuh tangan dengan sabun.

Hari Cuci Tangan Sedunia pada asalnya disasarkan kepada golongan kanak-kanak dan pelajar sekolah, namun ia boleh disambut oleh sesiapa sahaja bagi menggalakkan membasuh tangan dengan sabun.

Setiap tahun, lebih 200 juta orang terlibat dalam sambutan di lebih 100 negara di seluruh dunia. Hari

Cuci Tangan Sedunia disahkan oleh pelbagai kerajaan, institusi antarabangsa, organisasi-organisasi masyarakat sivil, NGO, syarikat swasta, dan individu.

Mengapa Membasuh Tangan Pakai Sabun?

Membasuh tangan dengan sabun adalah cara yang paling berkesan dan murah untuk mencegah penyakit cirit-birit dan jangkitan pernafasan akut, yang telah meragut nyawa berjuta-juta orang kanak-kanak di negara-negara membangun pada setiap tahun. Penyakit ini adalah penyebab utama kematian kanak-kanak. Walaupun terdapat potensi untuk menyelamatkan nyawa dengan membasuh tangan dengan sabun, namun ia jarang diamalkan dan sukar untuk dijadikan sebagai satu kebiasaan.

Hari Cuci Tangan Sedunia memberi tumpuan kepada kanak-kanak kerana mereka mudah terdedah kepada penyakit cirit-birit dan penyakit yang berkaitan dengan pernafasan, dan seterusnya mengakibatkan kematian. Penyelidikan juga menunjukkan bahawa kanak-kanak lebih terbuka kepada idea-idea baru dan lebih mudah untuk menyesuaikan diri dan tingkah laku seperti membasuh tangan dengan sabun.

Panduan untuk mencuci tangan

Anda mungkin tahu yang anda perlu selalu mencuci tangan semenjak anda kecil lagi. Tetapi, adakah anda

LANGKAH UNTUK MENCUCI TANGAN ANDA



1.
Basah tangan dengan air dan sabun yang secukupnya.



3.

Gosok setiap jari dan celah jari.



5.

Basuh tangan dengan air bersih yang secukupnya.



2.
Gosok tapak tangan.



4.

Gosok kuku dan belakang tangan.



6.

Guna tuala untuk mengeringkan tangan.

selalu mencuci tangan? Adakah cara anda mencuci tangan dibuat dengan betul?

Tangan anda mungkin kelihatan bersih, tetapi ia mungkin dipenuhi dengan pelbagai jenis bakteria semasa anda menyentuh, atau melakukan aktiviti harian seperti berkebun, cuci pinggan di dapur, selepas pergi ke tandas dan semasa bermain dengan haiwan peliharaan anda.

Tangan merupakan bahagian badan yang paling mudah terdedah kepada mikroorganisma kerana ia bersentuh dengan banyak benda setiap hari. Mikroorganisma tersebut mungkin terdiri daripada bakteria yang bahaya dan akan menyebabkan anda sakit perut atau cirit-birit. Ia juga akan menyebabkan jangkitan bakteria, terutamanya di bahagian yang terdapat luka pada tangan anda. Sesetengah penyakit ini merebak melalui makanan apabila tangan seseorang yang mempunyai mikroorganisma pembawa penyakit bersentuhan makanan tersebut. Apabila makanan tersebut dimakan, mikroorganisma tersebut akan memasuki badan dan akan menyebabkan keracunan makanan.

Bila anda perlu mencuci tangan?

- bila tangan anda kelihatan kotor atau berpasir,
- selepas menggunakan bilik air (termasuk selepas menukar lampin anak anda),
- selepas bersin pada tangan anda,
- sebelum atau selepas makan, mengendalikan makanan atau minum,
- selepas menyentuh makanan mentah, seperti daging mentah atau ikan mentah,
- selepas membuang sampah,
- melawat hospital atau menziarahi orang yang sakit di hospital,
- bermain dengan haiwan peliharaan, binatang atau menyentuh najis binatang.

Mencuci tangan dengan sabun dan air dapat menghalang bakteria daripada memasuki makanan melalui tangan.

Tip:

1. Cuci tangan ialah cara yang paling berkesan untuk membebaskan tangan anda daripada bakteria, namun tidak semesti akan membunuhnya.
2. Sabun antibakteria tidak dapat disahkan lagi bahawa ia lebih berkesan daripada sabun yang biasa. Oleh itu, pilihlah mengikut kegemaran anda.
3. Tangan yang kering merupakan langkah yang penting dalam proses mencuci tangan. Tangan yang basah lebih mudah membawa bakteria daripada tangan kotor.
4. Apabila tiada air semasa anda berada di luar, anda boleh menggunakan napkin basah pakai buang atau pencuci tangan yang berbentuk gel. Alkohol di dalam gel itu akan membunuh bakteria di tangan anda.

Tahukah anda?

Kebersihan peribadi yang rendah adalah penyebab utama bagi 50% kes keracunan makanan.

Wanita membasuh tangan mereka lebih kerap daripada lelaki (74% dan 61%).

Daripada satu kajian yang dijalankan dalam kalangan 305 pelajar, didapati pelajar yang mencuci tangannya 4 kali dalam sehari mempunyai kurang 24% cuti sakit yang disebabkan oleh penyakit respirasi, dan kurang 51% cuti sakit yang disebabkan oleh sakit perut.

Sumber daripada US FDA

Harga Makanan Naik Akibat Perubahan Iklim



Pakar-pakar sains memberi amaran bahawa sektor pertanian perlu melakukan perubahan dalam menghasilkan tanaman mereka dalam menghadapi dunia yang lebih panas dan peningkatan penduduk dunia.

Menurut mereka, harga makanan telah meningkat sebanyak 20% dalam beberapa dekad ini. Suhu yang lebih panas telah menyebabkan kekurangan air dan mencegah pendebungan dalam tumbuhan pertanian.

Penurunan dalam jumlah hasil tanaman di seluruh dunia bukan disebabkan oleh perubahan corak hujan, tetapi ia berpunca daripada suhu tinggi yang menyebabkan penyahidratan dalam tumbuhan dan mencegah pendebungan. Selain itu, ia juga melambatkan proses fotosintesis.

Presiden Institut Polisi Bumi, Lester Brown berkata, hasil kajian ini merupakan satu titik perubahan. Beliau juga berkata bahawa sektor pertanian telah wujud lebih daripada 11,000 tahun dalam iklim yang stabil. Namun, iklim tersebut telah hilang kestabilannya. Penyesuaian adalah sukar kerana pengetahuan terhadap masa depan adalah terlalu rendah untuk mendorong lebih banyak pelaburan yang baru. "Oleh itu, usaha perlu dilakukan dan mengharapkan hasil tanaman yang terbaik," ujar beliau.

Pakar-pakar sains berkata hasil kajian ini sangat penting untuk mencari cara yang sesuai dalam sektor pertanian

untuk menghadapi suhu yang lebih panas agar bekalan makanan adalah mencukupi selaras dengan peningkatan jumlah penduduk dunia. Menurut Wolfram Schlenker daripada University Columbia di New York, sekiranya sektor pertanian masih menggunakan biji benih yang sama dan suhu dunia semakin meningkat, maka harga makanan pasti akan terus meningkat.

Kajian ini menunjukkan bahawa wujudnya kaitan rapat antara perubahan iklim dengan bencana-bencana alam yang berlaku, seperti gelombang panas di Eropah yang membunuh beberapa ribu orang pada tahun 2003. Di samping itu, ia juga jelas menunjukkan bahawa kesan pemanasan global memang boleh dirasai di seluruh dunia.

Tahun ini, harga makanan telah mencatatkan rekod yang tertinggi. Keadaan ini juga merupakan salah satu faktor utama yang menyebabkan rusuhan di Asia Timur Tengah dan benua Afrika. Menurut Wolfram lagi, peningkatan permintaan terhadap daging merupakan salah satu faktor yang penting. Tambah beliau, memang bekalan daging adalah mencukupi untuk semua orang. Namun, beberapa kilogram gandum diperlukan untuk menghasilkan satu kilogram daging dan juga kesan pemanasan global telah menyebabkan harga daging semakin meningkat.

Menurut Prof Tim Wheeler daripada Institut Penyelidikan Sistem Iklim Walker, bencana alam seperti gelombang panas dan kebakaran hutan di Rusia pada tahun 2010

juga memberi kesan sementara kepada peningkatan harga makanan dunia.

Kajian ini meneliti peningkatan suhu yang mempengaruhi hasil tanaman tahunan di negara-negara pengeluar terbesar antara tahun 1980 hingga 2008. Peralatan komputer digunakan untuk mengukur jumlah hasil penuaan gandum semasa dalam dekad yang tidak dipengaruhi oleh pemanasan. Mereka mendapat bahawa, dalam dekad yang tidak mengalami pemanasan, jumlah pengeluaran sebanyak 33 tan metrik (5.5%), iaitu lebih banyak daripada jumlah hasil tuaian pada dekad yang mengalami pemanasan.

Perbezaan ini telah menyebabkan peningkatan harga makanan sebanyak 18.9%. Walaupun ada pihak yang berkata bahawa peningkatan tersebut hanyalah 6.4% kerana kandungan gas karbon dioksida yang tinggi dalam udara boleh mempercepat pertumbuhan tumbuhan, tetapi pendapat ini memerlukan lebih banyak bukti lagi.

Dalam dekad ini sahaja, harga makanan dunia telah meningkat 200%. Selain itu, menurut Schlenker lagi, terdapat dua sebab lain, iaitu peningkatan permintaan untuk daging dan penukaran bahan makanan atau tanaman kepada bahan api bio.

Amerika Syarikat yang merupakan negara pengeluar makanan yang terbesar di dunia, telah menarik diri daripada kajian ini, dengan alasan pengeluaran makanan

di negara itu tidak menghadapi kekurangan yang disebabkan oleh perubahan iklim. Schlenker berkata ini mungkin disebabkan oleh peningkatan suhu di kawasan itu adalah sangat rendah berbanding kawasan lain di dunia.

“Petani-petani di Amerika Syarikat bernasib baik kerana pengeluaran mereka masih tidak terjejas, dan pada masa yang sama harga makanan sekarang adalah tinggi. Jadi mereka mendapat keuntungan yang tinggi pada masa ini,” ujar Schlenker. Akan tetapi, unjuran-unjuran sains telah menunjukkan Amerika Syarikat juga akan menghadapi pemanasan dalam masa yang terdekat ini.

Untuk menyesuaikan pertanian kepada perubahan iklim, ia melibatkan proses migrasi ke kawasan yang lebih sejuk memandangkan kawasan yang sedia ada telah panas. Namun, tanah di kawasan yang baru ini kebiasaannya tidak subur. Schlenker berkata, potensi bioteknologi boleh membantu melalui kejuruteraan genetik dengan menghasilkan variasi tanaman yang tahan kepada pemanasan. Namun potensi ini masih tidak terbukti keberkesanannya.

Oleh itu, pakar-pakar sains sekarang perlu bertungkus-lumus dan berusaha lagi untuk mencari jalan penyelesaian yang terbaik. Pada masa yang sama, pengguna hendaklah mengurangkan permintaan terhadap daging.





Pemeliharaan Alam Sekitar

Penggunaan yang berleluasa telah memberi kesan buruk ke atas kelestarian alam sekitar. Kadar penggunaan oleh masyarakat kini jauh melebihi daripada kadar penggantian yang berlaku secara semula jadi. Dalam menggunakan barang dan perkhidmatan, sumber-sumber semulajadi seperti elektrik dan air banyak digunakan dalam pembuatan barang dan penawaran perkhidmatan. Namun penggantian bagi sumber-sumber semula jadi oleh alam sekitar berada pada kadar yang lebih rendah berbanding penggunaannya. Penggunaan tidak terkawal menyebabkan masalah pencemaran, pengurusan bahan buangan dan penyusutan sumber asli yang serius.

Oleh itu, untuk menangani isu alam sekitar ini, antara langkah yang boleh diambil oleh pengguna adalah dengan menggantikan barang dan perkhidmatan yang kurang mencemarkan alam sekitar iaitu dengan mengubah corak penggunaan isi rumah atau pengguna. Selanjutnya penambahbaikan boleh berlaku kepada kualiti alam sekitar. Selain itu, langkah untuk mengurangkan kuantiti barang dan perkhidmatan yang digunakan oleh isi rumah atau pengguna juga perlu dilakukan.

Penggunaan yang mesra alam hendaklah diamalkan, iaitu merujuk kepada corak penggunaan yang tidak membawa bencana kepada alam sekitar dan hidupan lain. Konsep mesra alam melibatkan pengeluaran barang dan perkhidmatan yang proses pembuatan,

penggunaan dan pelupusannya tidak menjadikan kesejahteraan alam sekitar.

Barangan mesra alam dapat memenuhi ciri-ciri berikut, iaitu:

- i. Pembuatan, penggunaan dan pelupusannya tidak mendatangkan kemudarat atau kerosakan terhadap alam sekitar secara berterusan. Contohnya menggunakan barang dan bungkus yang boleh terurai secara semula jadi (*biodegradable*), mengurangkan penggunaan plastik.
- ii. Barangan dan pembungkusannya diperbuat daripada bahan mentah yang banyak dan mudah diperoleh serta melibatkan air dan tenaga semula jadi yang minimum.
- iii. Sisa-sisa daripada pembuatan barang tidak membahayakan pada alam sekitar atau kehidupan lain. Contohnya, mengelakkan penghasilan karbon dioksida secara berlebihan.
- iv. Keluaran sampingan daripada pembuatan barang itu boleh digunakan semula.

Selain memberi keutamaan kepada produk yang dihasilkan secara mesra alam, amalan penggunaan lestari juga meliputi tingkah laku seperti mengelak daripada menggunakan bahan isi rumah yang mempunyai bahan kimia yang berbahaya, mengasingkan dan mengitar semula bahan buangan.

Penerapan cara hidup yang mesra alam hendaklah digalakkan kerana ini dapat mengurangkan kadar penggunaan sumber alam secara terancang dan efektif. Ia juga memupuk pemikiran dan minda lestari yang boleh dijalankan melalui kempen dan promosi. Pengguna juga boleh menghayati amalan dan cara hidup mesra alam melalui pemilihan makanan dan proses pelupusan untuk bahan buangan. Begitu juga dalam menggunakan kemudahan untuk kehidupan harian, pengguna boleh membuat pilihan untuk menggunakan kendaraan yang memberi impak minimum kepada alam sekitar.

Individu dan keluarga perlu mengutamakan kelestarian dalam penggunaan masing-masing. Pembaziran hendaklah dielakkan dan digunakan seminimum, terutamanya yang melibatkan sumber-sumber yang tidak boleh diperbaharu. Barang yang boleh diguna semula digalakkan untuk dikitar semula supaya dapat mengurangkan proses pengeluaran barang berkenaan, dan ini dapat mengurangkan penggunaan sumber-sumber semula jadinya.

Pengguna hendaklah berhemat dalam penggunaan barang dan perkhidmatan dengan berlandaskan kepada prinsip 5R iaitu mengurang (*reduce*), mengguna semula (*reuse*), mengitar semula (*recycle*), menolak (*reject*) dan bertindak balas (*react*). Oleh itu, digalakkan penggunaan barang dalam kuantiti minimum, mengguna semula bekas barang tertentu melalui pengisian semula (*refill*) menggunakan bekas yang sama, dan mengitar semula barang melalui penggunaan barang yang diproses semula menggunakan barang lama. Selain itu, pengguna boleh menolak sesuatu barang yang akan menyumbang kepada pencemaran alam sekitar, sama ada dalam proses pembuatannya mahupun penggunaannya. Begitu juga, pengguna boleh bertindak balas terhadap penghasilan barang yang tidak mesra alam sekitar. Dalam hal ini, pengguna boleh membuat aduan kepada pihak bertanggungjawab.

Barangan yang boleh menyumbang kepada kemasuhan alam sekitar mempunyai ciri-ciri berikut, iaitu pembuatan barangan-barangan berkenaan:

- Menggunakan tenaga yang berpunca daripada sumber yang tidak boleh diperbaharu dengan banyak semasa proses pembuatan, penggunaan dan pelupusan. Contohnya, menggunakan tenaga daripada minyak dan gas asli. Tambahan pula, pembakaran minyak dalam pembuatan barang



boleh menyumbang kepada pencemaran akibat daripada gas-gas berbahaya yang dihasilkannya.

- Menghasilkan pembaziran berlebihan, sama ada disebabkan pembungkusan melampau atau dengan tempoh penggunaan yang amat singkat. Contohnya pembungkusan dalam bentuk paket-paket kecil, barang pakai-buang.
- Menggunakan bahan daripada spesies yang semakin pupus atau terancam.
- Melibatkan penggunaan haiwan dalam pengujian barang.

Di pihak industri, mereka hendaklah memainkan peranan dalam menangani isu alam sekitar. Pihak industri perlu mempunyai inovasi untuk menghasilkan produk menggunakan sumber-sumber semula jadi yang minimum atau tidak menggunakan sumber-sumber semula jadi berkenaan. Proses penghasilan sesuatu produk juga hendaklah ditumpukan kepada pemilihan proses yang melibatkan sumber-sumber semula jadi yang minimum, di samping bersifat mesra alam. Oleh itu, pengeluaran dan penjualan barang dan perkhidmatan baharu hendaklah disesuaikan dengan masalah alam sekitar yang global, di samping mengurangkan kesan negatif yang secara langsung ke atas alam sekitar dalam proses pembuatan, penggunaan dan pelupusan barang atau perkhidmatan.

Dalam mengamalkan penggunaan lestari, pengguna dan keluarga hendaklah memperoleh maklumat yang lengkap mengenai penggunaan lestari. Ini adalah supaya mereka dapat membuat pilihan bijak yang selari dengan penggunaan lestari dalam pembuatan keputusan harian dan keseluruhan kehidupan mereka.

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,
Aras 4, Lot 2G3, Presint 2,
Pusat Pentadbiran Kerajaan Persekutuan,
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!!*



Gambar Majlis Pelancaran Bulan Kewangan Berhemat 2012



Ucapan perasmian oleh Encik Abu Hassan Alshari Yahaya,
Penolong Gabenor Bank Negara Malaysia.



Tetamu dan media yang hadir



Pelancaran Bulan Kewangan Berhemat. Turut sama Datuk Marimuthu Nadason, Presiden FOMCA



Modul dan Kit "Ringgit Pertama Saya" untuk
Kanak-kanak Tadika.



Kanak-kanak bergambar bersama VVIP.



Kanak-kanak "Tadika Saya" yang mengambil bahagian dalam
Bengkel Ringgit Pertama Saya.