

PERTAHANAN AWAM

BUKU PANDUAN KECEMASAN

 EDISI SEMBILAN





SCDF
The Life Saving Force

... for a safer Singapore

Untuk pertanyaan dan maklum balas, anda boleh hubungi kami di saluran-saluran yang disenaraikan di bawah.

Alamat	HQ Singapore Civil Defence Force, Volunteer and Community Partnership Department 91 Ubi Avenue 4, Singapore 408827
Nombor telefon	6848 1524
Nombor faks	6289 4401
E-mel	scdf_feedback@scdf.gov.sg
Laman web	www.scdf.gov.sg

Isi Kandungan

2

PRAKATA

BAB 1

BANTUAN KECEMASAN

3

Kit bantuan kecemasan	4
Pendarahan	5
Keretakkan/kepatahan tulang	6
Luka kebakaran dan kelecuman	8
Sawan	9
Strok	10
Terseliuh	11
Tercekik	12
Pemulihan Kardiopulmonari (CPR)	15
Defibrilator Luaran Automatik (AED)	20

BAB 2

KESELAMATAN KEBAKARAN

Panduan am tentang keselamatan kebakaran	24
Senarai semak keselamatan kebakaran di rumah	25
Gas petroleum cair (LPG)	26
Gas Bandar Berpaip	27
Kebocoran gas	28
Alat Penggera Kebakaran Rumah	29
Bahaya kebakaran di tempat-tempat awam	30
Apabila kebakaran berlaku	31
Alat pemadam api	33
Titik panggilan manual dan gelendong hos	34
Menyelamatkan diri menembusi asap	35
Pemindahan mangsa	36
Jika pakaian anda terbakar	38
Tips mencegah kebakaran kenderaan	39
Jika kereta anda terbakar	40
Kebakaran Kenderaan Elektrik (EV)	41
Kebakaran panel solar Foto-voltan (PV)	42
Kebakaran Alat Mobiliti Aktif (AMD)	43

23

BAB 3

KECEMASAN DALAM KEADAAN AMAN

45 Beg Persediaan
47 Simpanan bekalan
48 Kilat
49 Banjir
50 Gegaran bumi
52 Tanah runtuh
54 Gangguan Bekalan Kuasa
55 Taufan Dan Ribut Tropika
57 Tsunami
59 Gempa Bumi
61 Jika Anda Terperangkap Di Bawah Timbunan Runtuhan
62 Jika Anda Berhadapan Dengan Orang Ramai Yang Tidak Terkawal

44

BAB 4

KECEMASAN SEMASA PEPERANGAN

64 Catuan dan pendermaan darah
66 Sistem Amaran Awam (PWS)
67 Tempat perlindungan
72 Langkah-langkah defensif

63

BAB 5

PENGGANASAN

74 Ancaman kimia
77 Ancaman biologi
80 Anthrax
81 Ancaman bom
84 Sekiranya letupan berlaku
86 Ancaman bom kotor
88 Perlindungan dalaman
90 Prosedur dekontaminasi
91 Keselamatan pengangkutan awam
92 SGSecure

73

97

JADILAH SEORANG PENGGERAK BALAS PERTAMA MASYARAKAT & BUAT PERBEZAAN SEMASA KRISIS

Pembaca yang Dihormati,

Visi transformasi SCDF 2025 untuk *A Nation of Lifesavers* pertama kali dibangkitkan pada tahun 2015. Pada tahun 2020, SCDF menandakan pertengahan jalan menuju visi hebat ini. Antara perkembangan yang telah dilancarkan pada peringkat awal perjalanan transformasi ini termasuk program sokongan seperti Inisiatif Save-A-Life (SAL) yang bertujuan menjadikan Defibrillator Luaran Automatik (AED) lebih mudah diakses oleh orang ramai. Pada April 2021, lebih daripada 5,200 AED telah dipasang di bawah inisiatif ini, dengan AED digunakan pada satu di setiap dua blok HDB di seluruh pulau. Menjelang 2025, tujuan SCDF adalah untuk menyediakan satu AED untuk setiap radius 250m di kawasan bandar.

Sudah tentu, visi transformasi ini tetap menjadi hasrat sehingga kita melihat masyarakat lebih menonjolkan diri sebagai **Penggerak Balas Pertama Masyarakat (CFR)**. CFR adalah rakan kongsi yang tidak ternilai bagi SCDF untuk tampil ke hadapan dan memberikan bantuan penting dalam masa kecemasan. Mereka adalah jambatan genting di antara masa kejadian yang berlaku sehingga kedatangan kru SCDF.

Walaupun wabak ini mencabarkan, SCDF gembira kerana lebih ramai lagi orang awam yang telah memuat turun aplikasi myResponder dan mendaftar sebagai CFR. Sejak pelancaran aplikasi myResponder sebagai sebahagian daripada inisiatif SAL, 29 nyawa telah diselamatkan kerana intervensi yang tepat masanya oleh para CFR.

Sekiranya anda belum memuat turun aplikasi myResponder, saya ingin menggesa anda melakukannya hari ini. Anda mungkin dapat membuat perbezaan dan memberi bantuan kepada mereka yang berada dalam kecemasan di sekitar anda. Walaupun anda belum dilatih, anda boleh mengikuti

arahan daripada pakar panggilan 995 SCDF yang bersedia membimbing anda melalui telefon dengan memberikan Arahan Pra-Ketibaan. Intervensi anda yang cepat dapat mengelakkan keadaan dari menjadi lebih buruk yang boleh membezakan keadaan antara hidup dan mati.☑

Kita semua mempunyai peranan dalam kesediaan kecemasan. Ini tetap menjadi pegangan asas Buku Panduan Kecemasan Pertahanan Awam (CD), dalam memberikan rujukan berguna bagi orang ramai, sama ada yang terlatih atau tidak terlatih, mengenai kemahiran menyelamatkan nyawa yang mungkin terbukti berguna dalam kehidupan seharian mereka. Dalam edisi ke-9 terbaru ini, anda akan mendapat maklumat yang telah dikemas kini mengenai topik yang ada dan juga topik baharu seperti SGSecure. Anda boleh memuat turun versi digital edisi terkini Buku Panduan Kecemasan CD di laman web SCDF dan juga melalui aplikasi myResponder.

Perjalanan SCDF terhadap visi transformasi **“Sebuah Negara Penyelamat”**, terutama sekali dengan cabaran yang tidak diketahui yang mungkin kita hadapi di masa depan, hanya dapat direalisasikan sepenuhnya melalui perkongsian dengan wira-wira masyarakat yang sentiasa bersedia. Tiada sesiapa yang boleh melakukan segalanya tetapi semua orang boleh melakukan sesuatu, jadi jangan tangguh lagi untuk membawa perubahan.

Eric Yap

Pesuruhjaya

Pasukan Pertahanan Awam Singapura



BAB 1

BANTUAN KECEMASAN

- 4 Kit bantuan kecemasan
- 5 Pendarahan
- 6 Keretakan/kepatahan tulang
- 8 Luka kebakaran dan kelecuman
- 9 Sawan
- 10 Strok
- 11 Terseliuh
- 12 Tercekik
- 15 Pemulihan Kardiopulmonari (CPR)
- 20 Defibrilator Luaran Automatik (AED)



Kecemasan perubatan yang timbul daripada penyakit dan kecederaan boleh menyebabkan kematian atau komplikasi serius jika tidak dirawat dengan segera. Anda boleh membantu menyelamatkan mangsa jika anda menghulurkan bantuan kecemasan yang sesuai di tempat kejadian sebelum bantuan perubatan tiba. Ingat, anda harus menghubungi 995 hanya sekiranya berlaku kes kecemasan. Sebaliknya, hubungi 1777 untuk perkhidmatan ambulan bukan kecemasan.

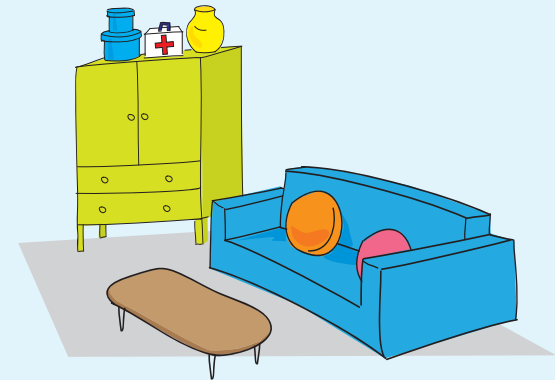


Kit Bantuan Kecemasan

Adalah amat disyorkan setiap rumah dilengkapi dengan sebuah kit bantuan kecemasan. Anda boleh membelinya di kedai ubat atau farmasi. Jangan lupa untuk mengawasi tarikh luput bekalan di dalam kit bantuan kecemasan anda secara tetap dan menggantikannya apabila perlu. Kit bantuan kecemasan perlu diletakkan di tempat yang senang dicapai oleh orang dewasa tetapi jauh daripada jangkauan kanak-kanak.

ALAT-ALAT BIASA DI DALAM KIT BANTUAN KECEMASAN

ALAT	KEGUNAAN
Penyepit kecil	Mengeluarkan sengatan dan objek asing kecil lain yang terlekat pada kulit/luka
Gunting	Menggunting pembebatan luka dan pembalut
Pelindung muka pemulihan	Bertindak sebagai lapisan perlindungan semasa CPR (Pemulihan Kardiopulmonari)
Termometer	Mengukur suhu tubuh manusia
Sarung tangan pakai buang	Melindungi penyelamat daripada jangkitan yang disebarkan melalui darah dan cecair badan
Pita pelekat	Melekatkan pembalut
Pembebatan luka	Melindungi luka daripada terdedah kepada kotoran dan lain-lain sumber jangkitan; jenis-jenis pembalut luka termasuk pembalut bantuan kecemasan, pembalut mata steril, plaster berperekat dan pad kain kasa steril.
Pembalut	Pembalut segitiga untuk menyandang dan pembalut krep untuk menyaluti luka (cth. luka pada lengan)



Kit bantuan kecemasan di atas almari di ruang tamu





MENGHENTIKAN PENDARAHAN:

1

Gunakan sarung tangan atau buat halangan di antara anda dan darah mangsa.

2

Periksa jika ada sebarang objek asing (cth. serpihan kaca) pada luka.

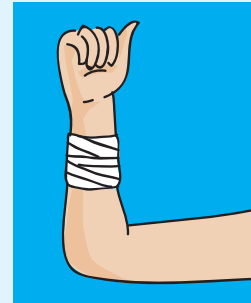
3

Jika tiada objek asing pada luka:

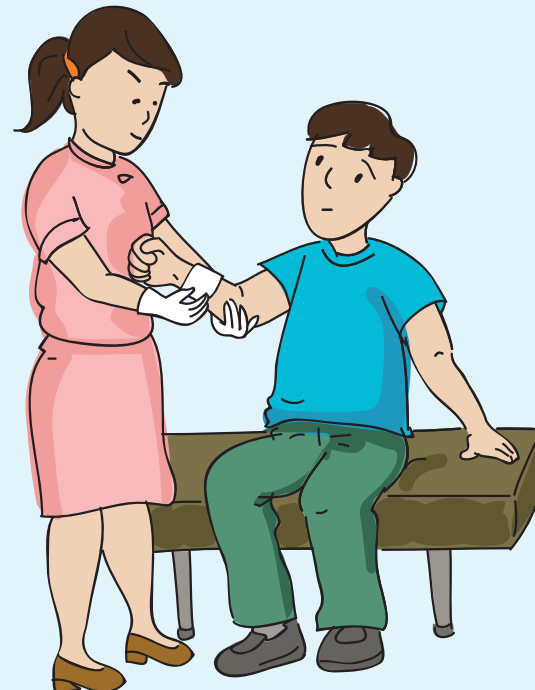
- a. Naikkan lengan atau kaki yang cedera di atas paras jantung.
- b. Letakkan pad kasa yang steril di atasnya.
- c. Tekan langsung dan kuat di atas luka menggunakan tapak tangan atau jari-jari anda.
- d. Kukuhkannya dengan pembalut.

Jika ada sebarang objek asing (cth. serpihan kaca) pada luka, jangan tekan objek itu. Elak daripada menggunakan tekanan langsung pada objek dengan mengumpul pelapik di sekelilingnya sebelum membalut.

Barang-barang asing yang besar, jika terlihat, tidak patut dikeluarkan kerana tindakan itu boleh mencederakan tisu sekitarnya. Segera dapatkan rawatan perubatan. Barang-barang asing kecil seperti serpihan boleh dikeluarkan dengan penyepit.



Lengan yang cedera diangkat di atas paras jantung





Keretakkan/Kepatahan Tulang

Kepatahan tulang melibatkan tulang yang retak atau patah dan kulit di sekitarnya berada dalam keadaan utuh atau terkoyak.

TANDA-TANDA KEPATAHAN TERMASUK:

- Sakit dan nyeri
- Bentuk atau kedudukan bahagian patah luar biasa
- Tidak dapat menggerakkan anggota yang patah
- Bengkak
- Lebam
- Luka terbuka untuk kepatahan terbuka, cth. apabila kulit di sekitar tempat yang patah terkoyak



Kepatahan tertutup



Kepatahan terbuka

RAWATAN KEPATAHAN:

1

Tenangkan mangsa.

2

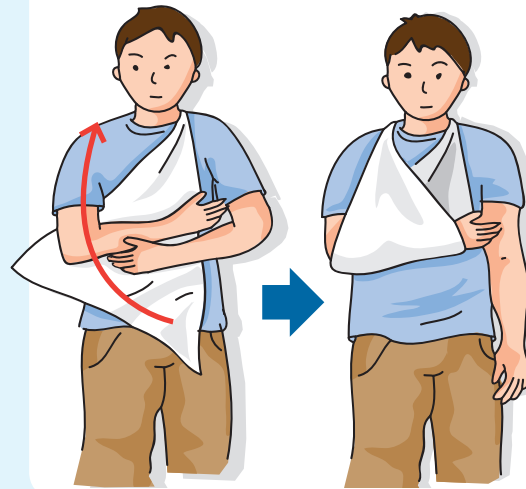
Rawat luka yang berdarah, jika ada. Jika kepatahan terbuka, hentikan pendarahan (ms 5) dan tutup tulang terdedah.

3

Rehatkan, sokong dan hentikan penggerakan bahagian yang tercedera dalam posisi paling selesa buat mangsa.

3a

Jika bahu mangsa terkehel, lengan atas, lengan bawah atau pergelangan tangan patah, gunakan sandang lengan terbuka seperti yang ditunjukkan.

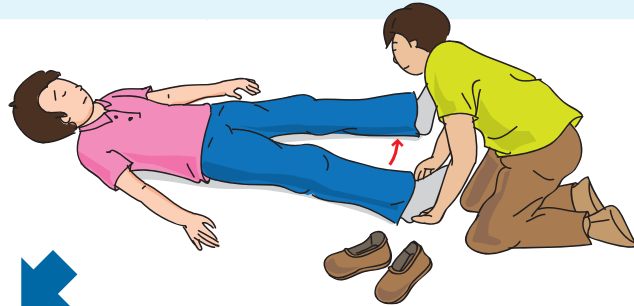


Sandang tangan terbuka dalam dua langkah

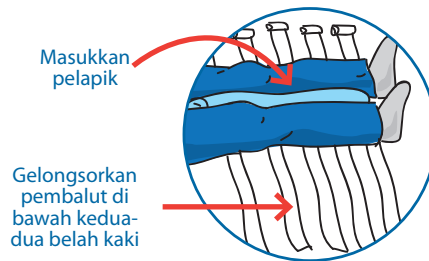


3b

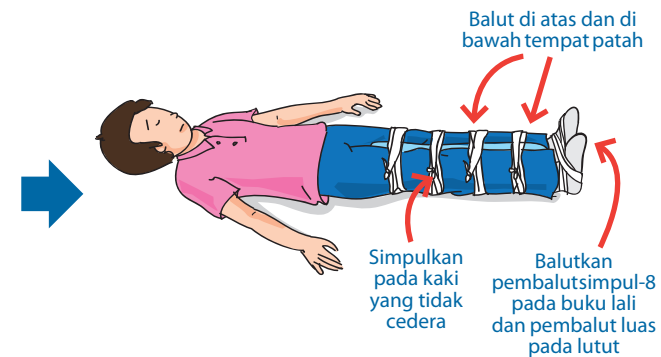
Jika mangsa mengalami kepatahan pada bahagian kaki, luruskan kaki yang tercedera dan dekatkan kaki yang tidak cedera (yang bertindak sebagai penganduh) kepada kaki yang tercedera.



Gelongsorkan pembalut di bawah kedua-dua kaki seperti ditunjukkan dan masukkan pelapik di antara lutut dan buku lali.



Balut kaki bersama-sama seperti ditunjukkan dan simpulkan pada bahagian kaki yang tidak cedera.



4

Dapatkan bantuan perubatan atau hubungi 995 untuk ambulans.



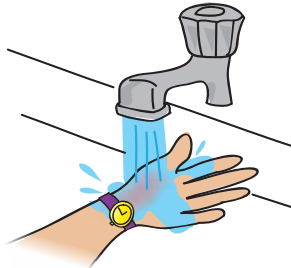
Luka Kebakaran Dan Kelecuran

LUKA KEBAKARAN YANG TERUK MENJEJASKAN:

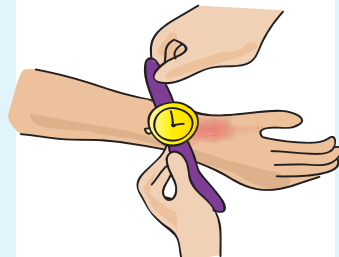
- Lebih daripada 5% permukaan badan mangsa, cth. kawasan permukaan melebihi lima kali saiz tapak tangannya
- Mulut, tekak, mata, telinga dan/atau alat kelamin mangsa

CARA RAWATAN LUKA KEBAKARAN ATAU KELECURAN, GUNAKAN EMPAT C

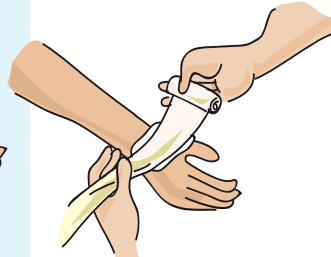
Cool (Sejukkan) bahagian yang terjejas di bawah air sejuk yang mengalir atau rendamkannya di dalam air sejuk sekurang-kurangnya 10 minit; untuk kelecuran bahan kimia, basuh bahan kimia sehingga bersih



Constricting (Pencegahan) aksesori seperti gelang tangan, cincin, jam atau pakaian ditanggalkan secara perlahan-lahan dari kawasan yang tercedera sebelum ia mula membengkak



Cover (Tutup) kawasan luka kebakaran /kelecuran dengan pembalut steril



Consult (Dapatkan nasihat) doktor jika luka kebakaran/kelecuran tidak teruk; sebaliknya, hubungi 995 untuk khidmat ambulans



PERKARA YANG PERLU DIBERI PERHATIAN KETIKA MERAWAT LUKA KEBAKARAN DAN KELECURAN

- Jangan guna ubat gigi, losyen, salap atau lemak ke kawasan yang terjejas
- Jangan tutup kawasan yang terjejas dengan kapas
- Jangan pecahkan sebarang lepuh atau buang apa-apa yang melekat pada luka kebakaran

Sawan merupakan episod pergerakan badan yang tidak terkawal.

TANDA-TANDA SAWAN

- Pergerakan tidak terkawal atau kekejangan badan
- Mangsa jatuh
- Gigi menggetap
- Mata berpusing/terbeliak
- Ketidakupayaan untuk menghalang pembuangan air kencing atau najis
- Mangsa tertidur sebaik sahaja sawan reda



APABILA SESEORANG MENGALAMI SAWAN

- Jauhkan objek yang berbahaya daripada sisi mangsa (cth. gunting dan bahan tajam lain)
- Jangan hadkan pergerakan mangsa
- Jangan letakkan apa-apa dalam mulut mangsa
- Rawat sebarang kecederaan sebaik sahaja serangan sawan berakhir
- Hubungi 995 supaya mangsa dapat menerima rawatan perubatan





Strok berlaku apabila bekalan darah ke otak tersekat dan ia boleh membawa kecacatan jangka panjang terhadap mangsa. Oleh itu adalah penting untuk mendapatkan bantuan perubatan secepat mungkin apabila seseorang rebah akibat strok.

TANDA-TANDA STROK

Percakapan – Mangsa tidak mampu bercakap dengan jelas atau orang lain tidak memahami apa yang dituturkan



Lengan – Mangsa tidak berupaya untuk mengangkat kedua-dua lengan



Muka – Mangsa tidak berupaya untuk senyum dan mata atau mulut mungkin senget sebelah



HUBUNGI 995 DENGAN SEGERA UNTUK MENDAPATKAN KHIDMAT AMBULANS JIKA ANDA MENGESYAKI SESEORANG DISERANG STROK.



Terseliuh

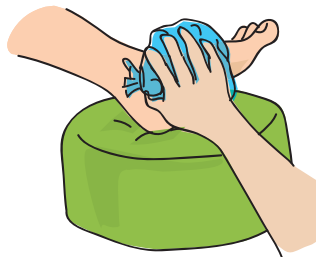
Terseliuh adalah kecederaan pada sendi dan melibatkan ligamen. Ia paling kerap terjadi pada buku lali. Manakala ketegangan ialah kecederaan kepada otot dan tendon terutama sekali apabila ia diregang.

RAWATAN TERSELIUH (DAN KETEGANGAN) MENGGUNAKAN R.I.C.E.

Rest (Rehatkan) sendi yang terseliuh



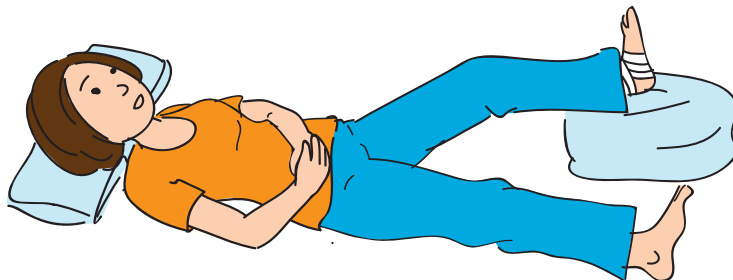
Ice (letakkan ais) atau pek sejuk kepada bahagian yang terseliuh selama 15-20 minit.



Compress (Mampatkan) sendi yang terseliuh menggunakan pembalut atau pelapik lembut



Elevate (Tinggikan) sendi yang terseliuh



Tercekik

Salur pernafasan yang terhalang sepenuhnya boleh mengakibatkan kematian dalam beberapa minit jika rawatan segera tidak diberikan. Seseorang yang tercekik akan menunjukkan tanda kecemasan universal dan beliau tidak akan mampu untuk bercakap, bernafas dan batuk.



Tanda kecemasan universal apabila tercekik

JIKA MANGSA TERCEKIK SEMASA SEDAR, LAKUKAN MANUVER HEIMLICH

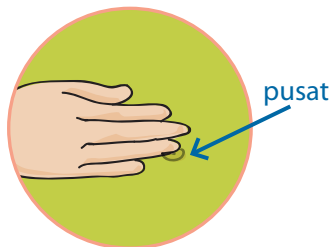
1

Berdiri di belakang mangsa dan letakkan satu kaki di antara kaki mangsa, pastikan kaki mangsa terbuka seluas bahu.



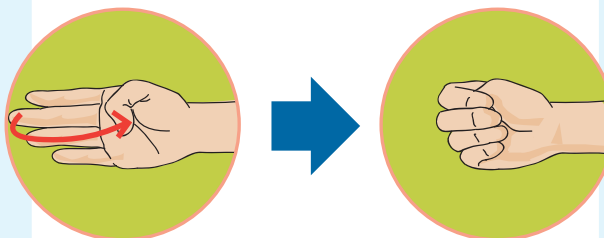
2

Menggunakan satu tangan, cari pusat mangsa menggunakan jari manis dan letakkan dua jari di atas pusat seperti mana ditunjukkan.



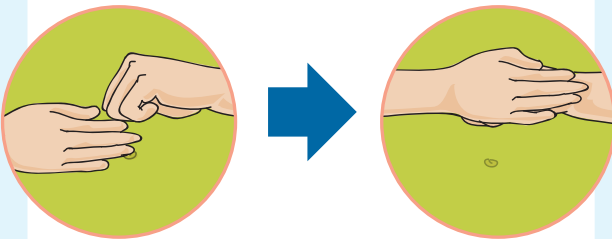
3

Menggunakan satu lagi tangan anda, selit ibu jari anda ke dalam tapak tangan anda dan bengkokkan jari anda ke bentuk penumbuk.



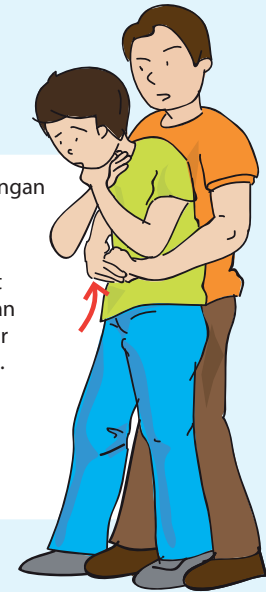


- 4 Letakkan penumbuk 2 jari di atas pusat. Tetapkan penumbuk di tempat dan gunakan sebelah tangan untuk membongkokkan mangsa ke depan dan menutup penumbuk untuk melakukan tujahan abdomen seperti yang ditunjukkan dalam gambar ini.



- 5 Berikan tujahan ke dalam dan ke atas dengan cepat dalam satu gerakan ke abdomen mangsa.

Setiap tujahan harus dibuat dengan kuat dan jelas dengan tujuan untuk melegakan halangan sehingga benda asing terkeluar atau mangsa menjadi tidak sedarkan diri.



- 6 Sekiranya mangsa tidak sedarkan diri, sokong dan baringkan mangsa. Baringkan dia dengan belakangnya di atas permukaan yang rata dan kukuh.

Jerit untuk mendapatkan bantuan, minta seseorang menghubungi 995 untuk ambulans dan seseorang lagi untuk mendapatkan Defibrilator Luaran Automatik (AED). Lakukan langkah-langkah berikut:

1. Mulakan 30 tekanan dada (ms 18, langkah 6).
2. Lakukan angkat-dagu-dongak-kepala untuk membuka jalan udara. Tarik dagu untuk memeriksa jika ada sebarang benda asing di mulut. Keluarkan sebarang objek yang boleh dilihat dengan jari telunjuk anda yang dibengkokkan.
3. Periksa jika mangsa bernafas normal. Jika mangsa bernafas, pantau pernafasannya sepanjang masa sehingga ambulans tiba. Jika tidak ada pernafasan spontan, cuba lakukan satu hembusan nafas mulut-ke-mulut (hembusan pertama).
4. Sekiranya terdapat rintangan (dada tidak naik), ini menunjukkan bahawa saluran udara mungkin tersekat. Letakkan semula kepala mangsa dengan prosedur angkat-dagu-dongak-kepala. Cuba (hembusan kedua) sekali lagi.
5. Sekiranya terdapat rintangan (dada masih tidak bergerak) lagi, ulangi dari Langkah 1 sehingga anda dapat memberikan 2 hembusan mulut ke mulut atau sehingga bantuan tiba.





JIKA MANGSA TERCEKIK GEMUK ATAU HAMIL, LAKUKAN TUJAHAN DADA

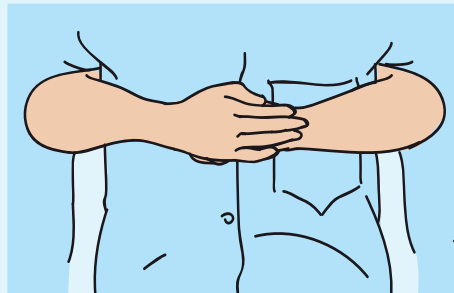
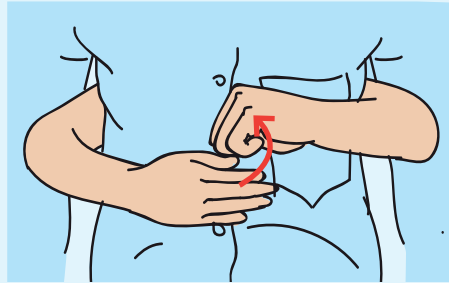
1

Berdiri di belakang mangsa dan letakkan satu kaki di antara kaki mangsa, pastikan kaki mangsa terbuka seluas bahu.



2

Gelongsor kedua-dua lengan di bawah lengan mangsa, buat penumbuk dengan ibu jari anda diselit (ms 12, Langkah 3) dan letakkannya ke tengah tulang dadanya. Tutup penumbuk anda dengan satu lagi tangan anda.



3

Berikan lima tujahan dalam gerakan ke dalam dan ikuti langkah 5 dan 6 Manuver Heimlich (ms 13).

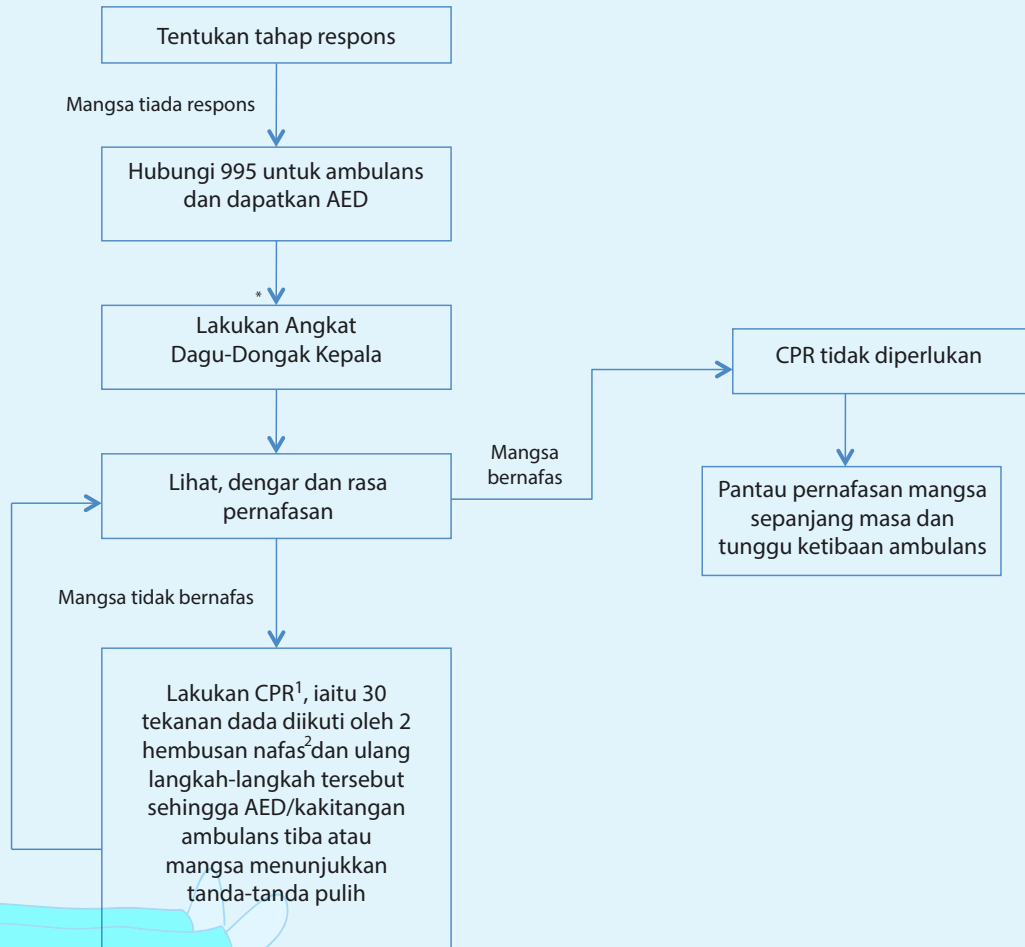
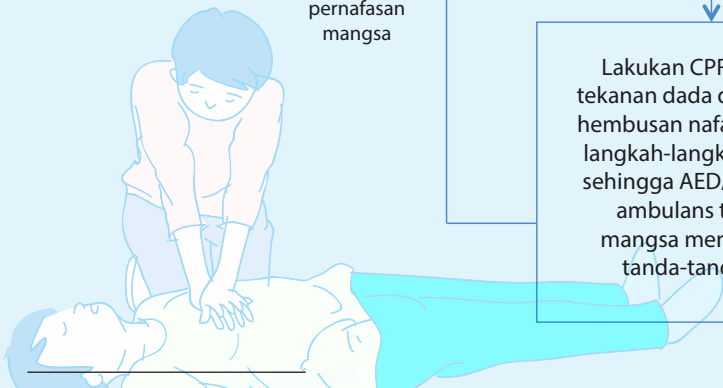


Pertama
tempatkan
tangan di
bahagian
tengah
tulang
dada

SEPINTAS LALU PEMULIHAN KARDIOPULMONARI (CPR)

CPR ialah satu teknik penyelamat-nyawa untuk menyelamatkan mangsa yang rebah akibat serangan jantung. CPR boleh mengembalikan fungsi jantung mangsa dan meningkatkan peluang untuk terus hidup jika dilakukan dengan segera dan mengikut caranya. Anda digalakkan untuk menghadiri Program Kesediaan Kecemasan Masyarakat kami (ms 99) untuk mendapatkan pemahaman lebih baik tentang prosedur CPR.

Periksa semula pernafasan mangsa



* Semua pakar Pusat Operasi 995 SCDF dilatih untuk menyediakan arahan CPR melalui telefon. Ikut nasihat perubatan dan arahan yang diberikan oleh pakar 995 untuk melaksanakan prosedur CPR.

¹ Untuk dilengkapi dengan penggunaan AED apabila ia tersedia.

² Orang ramai juga dapat melakukan "CPR tangan sahaja" - tekanan dada berterusan tanpa memerlukan pernafasan dari mulut ke mulut. Bila dilakukan awal, "CPR tangan sahaja" didapati mempunyai kesan yang sama dalam meningkatkan peluang mangsa untuk bertahan hidup seperti CPR konvensional.

APABILA SESEORANG REBAH AKIBAT SERANGAN JANTUNG

1

Tepuk bahu mangsa dan tinggikan suara untuk mendapatkan perhatiannya; jika mangsa tidak memberi respons, mara ke Langkah 2.



2

Suruh seseorang yang berdekatan menghubungi 995 untuk ambulans dan seorang yang lain untuk mendapatkan AED, jika ada.



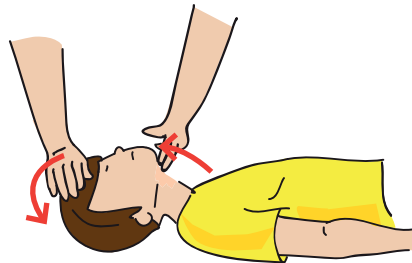
3

Jika mangsa tidak terbaring dengan rata, betulkan kedudukannya disamping menyokong dan mengalihkan kepala, leher dan badan beliau pada masa yang sama.



4

Buka saluran pernafasan mangsa dengan melakukan manuver mengangkat dagu dan dongakkan kepala seperti mana ditunjukkan; ini akan mengeluarkan lidah dari belakang tekak.



5

Kekalkan saluran pernafasan yang terbuka untuk mangsa dan letakkan telinga anda di atas mulut dan hidungnya. Untuk melihat sama ada mangsa bernafas atau tidak:

- **Perhatikan** jika dada naik dan turun
- **Dengar** bunyi udara keluar apabila mangsa menghembuskan nafas
- **Rasa** aliran udara dari mulut dan hidung mangsa

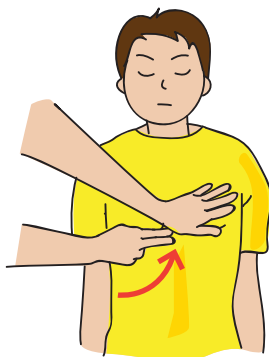
Jika mangsa **bernafas**, pantau pernafasannya sepanjang masa dan tunggu untuk kakitangan ambulans tiba.

Jika mangsa **tidak bernafas**, terus ke Langkah 6 dan mulakan tekanan dada.



6

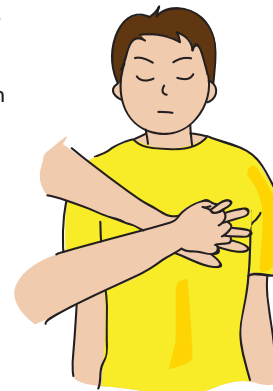
Gunakan tangan anda yang lebih dekat dengan kaki mangsa, cari takuk seperti yang ditunjukkan dengan menyurih tepi bawah tulang rusuk dengan jari hantu anda. Letakkan jari telunjuk anda di sebelah jari hantu dan letakkan tumit tangan sebelah anda di atas tulang dada sehingga jari telunjuk bertemu, seperti yang ditunjukkan.



Surih tepi rusuk bawah menggunakan jari tengah anda.

7

Angkat dua jari dan letakkan tangan ini di atas tangan yang sebelah lagi, menyilangkan jari-jari anda untuk memantapkan kedudukan. Pastikan jari-jari tidak berada di atas dada.



8

Luruskan kedua-dua belah siku dan letakkan bahu anda secara langsung di atas dada mangsa.

Bongkok ke depan dan gunakan berat badan anda untuk melakukan



9

Lakukan **30 tekanan**. Mampatan perlu dilakukan pada kadar sekurang-kurangnya 100 mampatan seminit dan setiap mampatan harus sedalam kira-kira 5 cm.

(Nota: Kadang-kadang anda boleh mendengar bunyi retak. Jangan cemas. Bunyi disebabkan oleh tulang rawan atau tulang rusuk retak. Walaupun ini berlaku kerosakan adalah tidak serius. Risiko melambatkan CPR atau tidak melakukan CPR adalah jauh lebih besar daripada risiko tulang rusuk yang patah.)

Berikan **dua hembusan nafas mulut-ke-mulut**. Kekalkan posisi angkat dagu-dongak kepala untuk membuka saluran pernafasan. Picit hidung mangsa dengan ibu jari dan jari telunjuk anda bagi mencegah udara daripada keluar. Tutup mulut mangsa dengan bibir anda. Berikan dua hembusan nafas pendek dengan pantas, satu demi satu. Perhatikan dada bergerak naik dengan setiap hembusan. Lepaskan hidung selepas setiap hembusan. Tempoh setiap hembusan adalah satu saat dan isipadu hembusan nafas hendaklah di antara 400 ml hingga 600 ml.

Ulang turutan 30 tekanan dan 2 hembusan nafas sehingga kakitangan ambulans/AED tiba atau mangsa menunjukkan tanda-tanda semakin pulih. Selepas itu, periksa semula pernafasan mangsa, lakukan CPR atau gunakan AED bila ia tiba jika perlu.

Anda boleh mengira tekanan dalam set 5:

1 dan 2 dan 3 dan 4 dan 5 dan

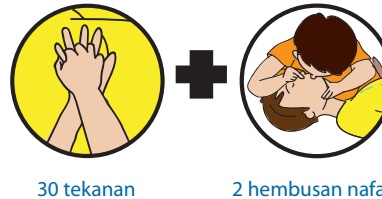
1 dan 2 dan 3 dan 4 dan 10 dan

1 dan 2 dan 3 dan 4 dan 15

1 dan 2 dan 3 dan 4 dan 20

1 dan 2 dan 3 dan 4 dan 25

1 dan 2 dan 3 dan 4 dan 30



Orang ramai juga dapat melakukan “CPR tangan sahaja” - tekanan dada berterusan tanpa memerlukan pernafasan dari mulut ke mulut. Bila dilakukan awal, “CPR tangan sahaja” didapati mempunyai kesan yang sama dalam meningkatkan peluang mangsa untuk bertahan hidup seperti CPR konvensional.

Untuk keselamatan anda, pakai pelitup muka semasa memberi pertolongan. Rujuk laman web Majlis Resusitasi dan Bantuan Kecemasan Singapura (SRFAC) [h_https://srfac.sg/news](https://srfac.sg/news), untuk ketahui lebih lanjut tentang langkah berhati-hati yang anda patut amalkan sewaktu menghulurkan pertolongan.

Lawati aplikasi telefon bimbit SCDF ‘myResponder’ untuk demonstrasi video mengenai prosedur CPR dan penggunaan AED (maklumat lanjut pada ms 101).



Defibrilator Luaran Automatik (AED)

Defibrilasi meningkatkan peluang mangsa untuk terus hidup sekiranya berlaku serangan jantung dan satu-satunya rawatan yang boleh menghidupkan dan mengembalikan semula rentak normal jantung yang telah berhenti berdegup.

Defibrilator Luaran Automatik (AED) telah dipasang di pelbagai premis awam seperti kelab komuniti, pusat membeli-belah dan kemudahan majlis sukan untuk meningkatkan kadar survival mangsa serangan jantung. Inisiatif Selamatkan Nyawa (SAL) SCDF yang dilancarkan pada bulan Ogos 2015 termasuk pemasangan lebih daripada 5,200 AED - satu untuk setiap dua blok HDB. SCDF menyasarkan untuk mengadakan sekurang-kurangnya satu AED dalam setiap 250 meter di kawasan bandar Singapura pada tahun 2025.

AED tidak akan memberi kejutan jika seseorang itu sudah jelas meninggal dunia, mempunyai nadi dan/atau bernafas.

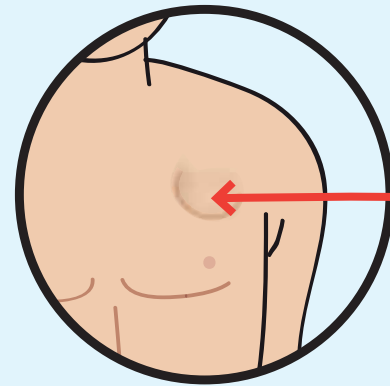
Untuk kanak-kanak berumur di antara satu hingga lapan tahun, atau berat badannya kurang daripada 25 kg, pad defibrilasi kanak-kanak (yang mempunyai output kuasa yang direndahkan) hendaklah digunakan. Namun, jika pad sedemikian tiada, pad defibrilasi orang dewasa masih boleh digunakan.





MENYEDIAKAN MANGSA UNTUK DEFIBRILASI

- 1** Dedahkan dada mangsa secukupnya kerana pad defibrilasi perlu ditampal langsung pada kulit; koyakkan atau potong sebarang kain jika perlu.
- 2** Tanggalkan/ketepikan sebarang barang kemas atau aksesori yang ada di dada mangsa. Tanggalkan sebarang tampalan (contohnya, koyok) jika ia mengganggu kedudukan pad defibrilasi.
- 3** Cukur bulu berlebihan pada dada mangsa bagi memastikan pad defibrilasi melekat sepenuhnya ke kulit. (Nota: Terdapat pencukur pakai buang dalam kit AED).
- 4** Keringkan kawasan dada mangsa daripada peluh dan lembapan kerana ia boleh mengurangkan kontak di antara pad defibrilasi dan kulit.
- 5** Jika ada perentak jantung, letakkan pad defibrilasi sejauh 4 jari dari perentak jantung itu. Sementara itu, pastikan CPR yang berkualiti dilaksanakan.



Sentiasa letakkan pad defibrilator dengan jarak empat jari dari perentak jantung

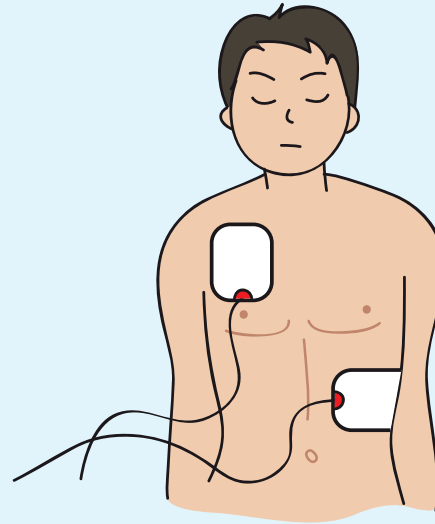


Defibrilator Luaran Automatik (AED)

MENGGUNAKAN PAD DEFIBRILASI:

- Ikut arahan pada paket dan tanggalkan pad sewajarnya
- Koyak bahagian belakang pad dan tampal pad seperti mana ditunjukkan; pastikan ia ditampal kemas tanpa lompong udara

Sekarang anda boleh memasang AED. Ikut arahan yang diberikan oleh AED dan lakukan CPR (halaman 16) seperti yang diperlukan sehingga kakitangan ambulans tiba atau mangsa menunjukkan tanda-tanda semakin pulih. Sebaik sahaja mangsa menunjukkan tanda-tanda semakin pulih, periksa pernafasan dia. Jika mangsa tidak bernafas, teruskan dengan CPR dan gunakan AED. Jika mangsa bernafas, pantau pernafasannya sepanjang masa sehingga kakitangan ambulans tiba.



Tampal pad defibrilasi pada badan mangsa seperti ditunjukkan.

Apa yang berlaku apabila anda mendengar arahan 'Change Batteries' semasa anda menggunakan AED*:

Harus Dibuat	Jangan Dibuat
Tetap Tenang	Jangan panik dan cuba menukar bateri
Terus gunakan AED dan tunggu bantuan tiba	Jangan tanggalkan pad defibrilasi yang sudah ditampal pada badan mangsa
	Jangan berhenti lakukan CPR

* Untuk ZOLL AED di lobi lif HDB. Ambil perhatian bahawa jenama AED yang lain mungkin mempunyai arahan yang berbeza.

BAB 2

KESELAMATAN KEBAKARAN

- 24 Panduan am tentang keselamatan kebakaran
- 25 Senarai semak keselamatan kebakaran di rumah
- 26 Gas petroleum cair (LPG)
- 27 Gas Bandar Berpaip
- 28 Kebocoran gas
- 29 Alat Penggera Kebakaran Rumah
- 30 Bahaya kebakaran di tempat-tempat awam
- 31 Apabila kebakaran berlaku
- 33 Alat pemadam api
- 34 Titik panggilan manual dan gelendong hos
- 35 Menyelamatkan diri menembusi asap
- 36 Pemindahan mangsa
- 38 Jika anda terperangkap dalam kebakaran
- 39 Jika pakaian anda terbakar
- 40 Tips mencegah kebakaran kenderaan
- 41 Jika kereta anda terbakar
- 42 Kebakaran Kenderaan Elektrik (EV)
- 43 Kebakaran panel solar Foto-voltan (PV)

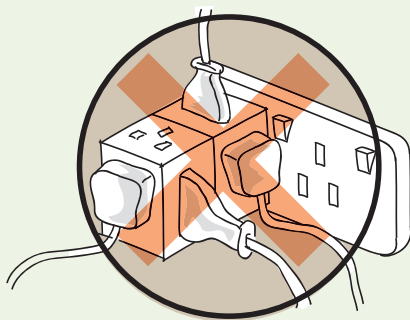
23

Kebakaran boleh menyebabkan kehilangan nyawa dan harta benda yang besar jika langkah-langkah pencegahan tidak diamalkan. Risiko berlakunya kebakaran boleh dikurangkan dengan mengetahui dan mengenal pasti bahaya kebakaran dan bertindak untuk mengelakkannya.



PENCEGAHAN KEBAKARAN PALING BAIK ADALAH DENGAN MENGHINDARI BAHAYA KEBAKARAN

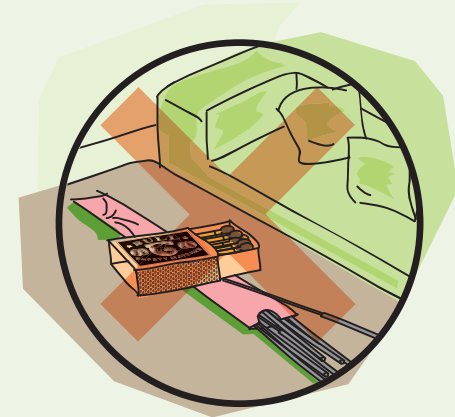
- Jangan tinggalkan masakan tidak berjaga; matikan semua peralatan memasak dan cabut palamnya apabila tidak digunakan
- Pastikan dapur, tukup dapur dan ketuhar bersih dan bebas daripada gris
- Simpan produk/bahan-bahan yang mudah terbakar (cth. minyak masak, wain, kertas dan bateri) jauh dari sumber haba seperti dapur.
- Jangan gunakan soket elektrik berlebihan
- Periksa wayar rosak dan wayar terdedah; jika ianya ditemui, gantikan wayar tersebut
- Jangan buang bara masih membakar (cth. arang panas) dan puntung rokok ke dalam gelongsor sampah tanpa dipadamkan sepenuhnya terlebih dahulu
- Jangan letakkan langsir atau mana-mana bahan-bahan mudah terbakar berhampiran altar berdoa, dapur atau bahan menyala
- Pastikan lilin yang menyala diletak jauh dari hiasan kertas atau kad bodi, langsir dan perabot; ia perlu diletakkan di dalam pemegang stabil pada permukaan yang tahan haba supaya ia tidak tumbang
- Pastikan mancis, pemetik api dan lilin jauh daripada jangkauan kanak-kanak
- Kanak-kanak yang bermain dengan bunga api mesti diawasi dengan teliti oleh orang dewasa; bunga api harus dinyalakan pada jarak yang sepanjang lengan dan bunga api yang belum digunakan perlu disimpan di dalam kotak dan jauh daripada sumber haba
- Jangan biarkan bateri atau peranti dicas tanpa pengawasan untuk jangka masa yang lama atau semalaman. Jangan mengganggu, mengubah, atau cuba membaiki bateri atau peranti anda sendiri. Sentiasa ikuti arahan pengeluar untuk mengecut dan menyimpan bateri. Berhenti menggunakan bateri jika anda melihat kerosakan atau kecacatan.





Senarai Semak Keselamatan Kebakaran Di Rumah

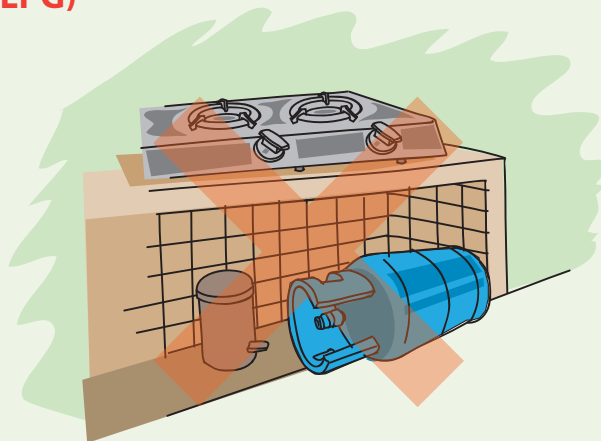
SENARAI SEMAK KESELAMATAN KEBAKARAN DI RUMAH		Ya	Tidak
Wayar elektrik dan komponen-komponennya	Adakah semua palam 3-pin mempunyai "SAFETY MARK"? 	☐	☐
	Adakah semua peralatan elektrik digunakan secara selamat dengan hanya satu hingga dua palam bagi setiap soket?	☐	☐
	Adakah semua suis dimatikan apabila peralatan dan perkakas tidak digunakan?	☐	☐
	Adakah semua wayar di rumah dalam keadaan baik? (cth. tanpa kerosakan penebatan dan wayar terdedah)	☐	☐
	Adakah semua wayar dipasang di kawasan terbuka tanpa melalui di bawah permaidani, di atas hud dan melalui pembukaan pintu?	☐	☐
	Adakah televisyen diletakkan jauh dari bahan yang mudah terbakar?	☐	☐
Kelalaian dan Penyelewengan	Adakah lilin dan lampu minyak diletakkan di permukaan stabil dengan langkah-langkah diambil bagi mencegahnya daripada dilanggar dengan mudah?	☐	☐
	Adakah mancis, pemetik api dan bunga api disimpan jauh daripada sumber haba dan kanak-kanak?	☐	☐
	Adakah cecair yang mudah terbakar (cth. minyak masak dan wain) dan bahan yang mudah terbakar disimpan jauh daripada sumber haba seperti dapur, peralatan panas, kayu colok dan lilin?	☐	☐
	Adakah peralatan memasak (cth. hud memasak) dan dapur bersih dan bebas daripada gris dan dalam keadaan baik?	☐	☐
	Adakah cecair yang mudah terbakar disimpan di dalam bekas yang diluluskan, dilabel dengan jelas dan disimpan dalam cara dimana ia tidak boleh dilanggar dengan mudah?	☐	☐
	Adakah silinder LPG (Gas Petroleum Cair) disimpan di kawasan berudara baik?	☐	☐
	Adakah hos bekalan yang menyambungkan silinder LPG ke dapur/ peralatan gas berada dalam keadaan baik, dipasang dengan ketat dan tiada kebocoran?	☐	☐
Menyediakan rumah anda mencegah kebakaran	Adakah koridor umum di luar rumah tidak terhalang oleh barangan terbuang (cth. tilam, perabot dsb.)?	☐	☐
	Adakah anda mempunyai sekurang-kurangnya satu alat pemadam api Serbuk Kimia Kering di rumah?	☐	☐
	Adakah semua ahli keluarga anda dan penghuni rumah mengetahui apa nombor untuk dihubungi sekiranya berlaku kebakaran atau kecemasan lain?	☐	☐



Jika anda menjawab 'tidak' kepada mana-mana soalan di dalam senarai semak, adalah disyorkan supaya anda dapat memperbetulkan perkara tersebut secepat mungkin bagi mencegah kebakaran daripada berlaku di rumah anda.

PENGENDALIAN SELAMAT BAGI GAS PETROLEUM CAIR (LPG)

- Beli aksesori LPG anda dengan SAFETY MARK hanya dari penjual yang sah.
- Pastikan pengedar LPG anda menjalankan pemeriksaan keselamatan 5-titik (termasuk hos, pengatur, klip hos, silinder dan sendi/sambungan) pada sistem LPG anda sekurang-kurangnya sekali setahun
- Pastikan silinder gas sekurang-kurangnya satu meter daripada nyalaan terbuka, sumber haba dan soket elektrik
- Pastikan tiada nyalaan terbuka berhampiran apabila menukar silinder gas
- Jangan simpan lebih dari satu silinder pada setiap masa dan simpanan tersebut mesti disimpan secara menegak di dalam kabinet yang mempunyai pengudaraan yang baik
- Pastikan tingkap terbuka dan dapur mempunyai pengudaraan yang baik sewaktu memasak; jangan sekali-kali tinggalkan masakan tidak berjaga atau meletakkan bahan yang mudah terbakar berhampiran nyalaan
- Matikan bekalan gas pada pengatur gas sebelum melancong ke luar negara
- Periksa semua sambungan gas secara tetap untuk mengesan kebocoran; terdapat kebocoran jika buih muncul apabila larutan pencuci atau sabun disapu pada hos gas
- Menggantikan tiub gas/hos apabila tarikh luput yang ditandakan pada tiub/hos
- Menggantikan pengatur setiap 10 tahun bermula dari tarikh pembuatan yang ditandakan pada pengatur.
- Jika anda gagal menyalakan dapur setelah menghidupkan injap gas, ia disarankan untuk padamkan injap gas dan membuka semua pintu dan tingkap untuk mengudarakan dapur sebentar sebelum mencuba untuk menyalakan lagi. Ini akan mencegah penyalan awan wap LPG yang mudah terbakar yang mungkin menyelubungi anda.
- Untuk melaporkan kebocoran LPG yang disyaki atau kebakaran LPG, hubungi SCDF di 995.



Pemeriksaan Keselamatan Visual 5-Perkara

Pastikan pengedar LPG anda melakukan pemeriksaan visual sistem LPG anda secara sistematik dan menyeluruh. Pemeriksaan Keselamatan Visual 5 Perkara hendaklah merangkumi:

PENGATUR

- Periksa jika sudah lusuh atau tamat tempohnya.

HOS GETAH

- Periksa jika sudah lusuh dan gantikan segera jika rosak.
- Ganti dengan set baru berdasarkan tarikh luput yang tertera pada hos.

SILINDER

- Sentiasa pastikan silinder gas tegak dan jangan sekali-kali membaringkannya. Periksa setiap silinder untuk kerosakan.

KLIP HOS

- Pastikan klip hos tidak longgar atau terlalu ketat (ia boleh menyebabkan hos getah lekuk atau terpotong).

UJIAN KEBOCORAN/SAMBUNGAN

- Periksa semua sambungan antara dapur dan silinder LPG untuk sebarang kerosakan.
- Terdapat kebocoran jika buih muncul ketika bahan pencuci atau larutan sabun disapukan.



Gas Bandar Berpaip

Gas bandar paip adalah gas paip yang dibekalkan ke premis domestik, komersial dan perindustrian di Singapura.

UNTUK PENGENDALIAN GAS BANDAR BERPAIP YANG SELAMAT

- Sentiasa beli dapur/periuk gas dengan label 'SAFETY Mark'.
- Jangan biarkan masakan tanpa diawasi.
- Jauhkan cecair mudah terbakar dan bahan mudah terbakar dari peralatan gas.
- Pasang peralatan gas di kawasan yang mempunyai pengalihan udara yang baik dan kekalkan pengalihan udara yang mencukupi.
- Pastikan tidak ada bau gas sebelum menyalakan ketuhar.
- Biarkan pintu ketuhar terbuka sedikit sebelum menggunakan ketuhar panggang.
- Anda harus hanya menggunakan City Gas atau pekerja servis gas yang berlesen (licensed gas service worker) untuk pemasangan atau perubahan paip gas.
- Padamkan injap kawalan meter gas anda apabila anda tidak menggunakan peralatan gas untuk jangka masa yang panjang cth. semasa anda pergi untuk percutian yang panjang. Sila hubungi City Gas di talian 1800 752 1800 untuk hidupan bekalan gas apabila kembali.
- Pengguna disarankan untuk anda melakukan penyelenggaraan peralatan gas dengan betul.



PELUPUSAN SILINDER LPG TERPAKAI & PENGGUNAAN SILINDER LPG DI TEMPAT AWAM

Untuk pelupusan silinder LPG terpakai anda atau penggunaan LPG untuk acara luar, sila hubungi pembekal berikut:

Esso LPG	6455 1169
SingGas	6863 4292
SunGas	6565 6565
Union Energy	6333 5555
LPG Association	6280 6612

JIKA ANDA BAU KOBOCORAN GAS:

- Padamkan semua api dan matikan dapur gas, injap gas dan pengatur.



- Buka semua tingkap dan pintu supaya udara dapat mengalir.



- Pastikan anda berada di jarak yang selamat dari kawasan kebocoran gas.



- Jangan gunakan api yang terdedah.



- Jangan menghidupkan/mematikan sebarang suis atau peralatan.



- Jangan gunakan telefon bimbit di kawasan tersebut.



- Buat panggilan kepada pengedar sah anda dari jarak yang selamat untuk melaporkan kebocoran gas dengan segera. Jika anda menggunakan gas paip, hubungi 1800-752-1800 dari jarak yang selamat.



JIKA KUALI ATAU PERALATAN MEMASAK LAIN ANDA TERBAKAR

- Tutupnya dengan kain basah dan api akan dipadamkan; jangan jirus air ke dalamnya kerana api akan merebak.
- Matikan bekalan gas serta-merta.

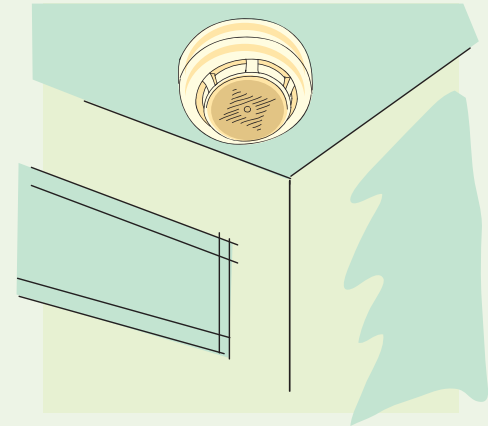
Alat Pengesan Asap

HFAD (Home Fire Alarm Device) adalah pengesan asap atau haba automatik yang memberikan amaran awal kebakaran dengan membunyikan penggera untuk memberi amaran kepada penghuni. Pengesan asap lebih berkesan dalam memberikan amaran awal tentang kebakaran berbanding dengan pengesan haba. Oleh itu, ia disyorkan untuk perlindungan utama rumah.

HFAD harus dipasang di siling di sepanjang laluan keluar di dalam rumah (misalnya ruang tamu, koridor dalaman atau pintu masuk tangga). HFAD tambahan boleh dipasang di bilik tidur atau ruang lain untuk meningkatkan perlindungan.

PANDUAN MENGENAI ALAT PENGESAN ASAP

- Pasang alat pengesan asap di siling berhampiran bilik tidur dan tempat-tempat lain di mana kebakaran berkemungkinan berlaku
- Periksa alat pengesan asap anda secara tetap berdasarkan pada arahan pengilang
- Ikut arahan pengilang tentang cara membersihkan alat pengesan asap secara tetap
- Pastikan bahawa bateri alat pengesan asap ditukar setiap tahun atau apabila ditunjukkan amaran oleh alat tersebut, mengikut mana yang terdahulu



Jenis rumah	Number and locations of detectors
Rumah satu tingkat: - Flat HDB - Pangsapuri/Kondominium - Kediaman bertanah satu tingkat	- Minimum 1 pengesan asap - Dipasang di sepanjang kawasan peredaran*/ laluan melarikan diri - Pilihan: Pengesan tambahan boleh dipasang di ruang lain untuk meningkatkan perlindungan *Kawasan peredaran merujuk kepada kawasan umum seperti ruang tamu, koridor, ruang makan atau pelantar tangga. Ia tidak termasuk ruang seperti bilik tidur, bilik stor atau bilik mandi.
Rumah Bertingkat - Kediaman yang bertanah/tidak bertanah - Flat HDB - Pangsapuri/Kondominium	- Minimum 1 alat pengesan asap setiap tingkat - Untuk tingkat dengan kawasan peredaran > 70m ² , sekurang-kurangnya 2 alat pengesan asap perlu dipasang di tingkat itu - Pasangkan di sepanjang kawasan peredaran/laluan melarikan diri cth. ruang tamu, koridor, dan/atau pelantar tangga - Pilihan: Pengesan tambahan boleh dipasang di ruang lain untuk meningkatkan perlindungan



Bahaya Kebakaran Di Tempat-tempat Awam

Bahaya kebakaran adalah apa-apa sahaja yang meningkatkan kemungkinan berlakunya kebakaran. Anda boleh menjadikan kawasan persekitaran anda tempat yang lebih selamat untuk tinggal dan bekerja dengan memantau jika ada bahaya kebakaran, contoh-contohnya termasuk:

- Kotak dan barangan lain yang disusun di sepanjang koridor, laluan kecemasan dan tangga
- Surat khabar, perabot, kotak dan barangan lain yang dibuang

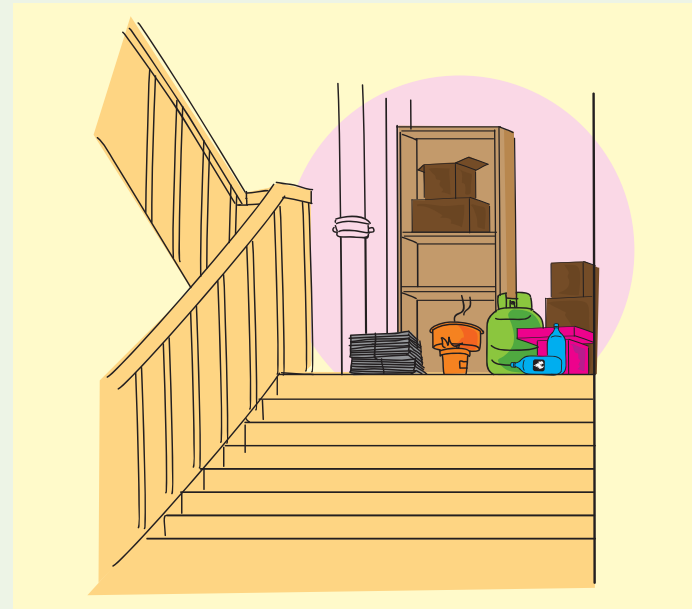
Bahaya kebakaran ini juga boleh menghalang usaha memadam kebakaran, pemindahan kebakaran dan mengangkut pesakit secara serius semasa kecemasan perubatan.

Jika anda seorang pemilik, pengendali atau sebahagian daripada pengurusan pusat beli-belah, premis hiburan awam dan pasar raya, elakkan bangunan anda daripada melebihi muatan penghuni yang dibenarkan kerana orang yang terlalu ramai akan menjejaskan prosedur kecemasan semasa berlakunya kecemasan dengan buruk.

JIKA ANDA MENEMUI BAHAYA KEBAKARAN

Anda boleh laporkannya kepada SCDF melalui:

- Talian Laporan Bahaya Kebakaran di 1800 280 0000
- Borang Laporan Bahaya Kebakaran boleh didapati di www.scdf.gov.sg di halaman utama di bahagian 'Feedback'.
- Modul Maklum Balas Keselamatan Kebakaran dalam aplikasi telefon bimbit **myResponder** (maklumat lanjut di muka surat 101).



Apabila Kebakaran Berlaku

JIKA ANDA TERNAMPAK KEBAKARAN

- egera lari dan selamatkan diri jika anda berada di aras kebakaran atau dalam lingkungan dua tingkat di atasnya.
- ika anda berada di aras lain, adalah lebih selamat untuk berada di dalam unit anda dengan semua tingkap dan pintu ditutup, melainkan diarahkan sebaliknya oleh pihak berkuasa.

JIKA RUMAH ANDA TERBAKAR

- Padamkan api hanya jika anda dapat melakukannya tanpa membahayakan diri sendiri atau orang lain.
- ika anda tidak dapat memadamkan kebakaran, lari dan selamatkan diri dari rumah anda dengan segera dan hubungi 99 untuk mendapatkan bantuan.
- ika boleh, tutup pintu bilik yang terjejas dan atau pintu utama apabila anda keluar bagi mengawal kebakaran tersebut.

JIKA ANDA TIDAK DAPAT LARI MENYELAMATKAN DIRI

- Pastikan anda kekal dalam posisi rendah dan dekat dengan lantai kerana asap naik ke atas semasa kebakaran.
- Lari ke bilik yang paling jauh dari api, jerit minta bantuan untuk memberi amaran kepada orang lain dan hubungi 99 sekiranya boleh.
- utup pintu di belakang anda dan tutup elah di bawah pintu dengan tuala atau ambal basah untuk men egah asap daripada masuk.
- Bertenang dan jangan uba untuk melompat keluar dari bangunan.

Padamkan api hanya jika anda dapat melakukannya dan tanpa membahayakan diri sendiri atau orang lain. ara- ara memadamkan kebakaran termasuk:

- Menggunakan air pada kertas, kayu dan fabrik yang terbakar, tetapi bukan pada e air mudah terbakar seperti minyak, kerana ini akan menyebabkan api merebak.
- Menggunakan alat pemadam api yang sesuai (ms 33).
- Menggunakan kekili hos (ms 34).





Kebakaran Di Bangunan Kediaman Yang Amat Tinggi

BAGAIMANA JIKA KEBAKARAN BERLAKU DI BANGUNAN KEDIAMAN YANG AMAT TINGGI?

Bangunan kediaman yang amat tinggi merujuk kepada sebuah bangunan dengan lebih daripada 40 tingkat.

Jika kebakaran kecil, padamkan ia. Jika tidak,

- Beri amaran kepada yang lain.
- Hubungi 995 untuk maklumkan SCDF.
- Aktifkan penggera kebakaran yang terdekat.

Sentiasa kekal selamat:

Jangan gunakan lif. Berpindah dari kawasan tersebut melalui tangga keluar sertamerta. Jika anda terlalu jauh dari tingkat pertama, teruskan ke tingkat perlindungan yang terdekat.

Apakah tingkat perlindungan?

Tingkat perlindungan adalah tingkat khas yang berfungsi sebagai sebuah kawasan yang selamat supaya penduduk tidak perlu menurun tangga yang banyak untuk ke tingkat bawah semasa berpindah dalam kes kebakaran.

Reka bentuk unik tingkat perlindungan termasuk:

- Pengudaraan semula jadi.
- Diperbuat daripada bahan kalis api.
- Secara umumnya satu tingkat perlindungan disediakan pada selang tidak melebihi 20 tingkat.

Anda boleh mengenal pasti tingkat perlindungan dengan tanda “**Evacuee Holding Area**” yang dipaparkan di dinding di luar tangga tingkat perlindungan dan di tangga.

Apakah itu lif bomba?

Sebuah lif bomba adalah lif khas yang direka untuk menyokong operasi pemadaman kebakaran dan pemindahan oleh ahli bomba semasa kebakaran. Dilengkapi dengan bekalan kuasa kecemasan, ia boleh dikendalikan secara manual oleh anggota bomba SCDF semasa kecemasan kebakaran.

Bangunan kediaman yang bertingkat amat tinggi harus mempunyai sekurang-kurangnya dua lif bomba. Keperluan ini telah diperbadankan dalam Kod Kebakaran pada tahun 2013. Sekiranya berlaku kebakaran, jangan gunakan sebarang lif kecuali anda dibimbing oleh anggota bomba atau penggerak balas pertama terlatih. Anda harus berpindah melalui tangga keluar.



Alat Pemadam Api

JENIS-JENIS ALAT PEMADAM API

	BERKESAN TERHADAP KEBAKARAN MEMBABITKAN:		
JENIS ALAT PEMADAM API	Bahan mudah terbakar biasa, cth. kertas, kain, kayu, plastik, getah	Cecair mudah terbakar, cth. minyak, cat, pencair cat	Peralatan elektrik atau elektronik
Air	Ya	Tidak. Tidak boleh digunakan untuk melawan kebakaran minyak kerana ini akan menyebabkan api merebak	Tidak
Karbon dioksida	Tidak	Ya, tetapi kurang berkesan di kawasan terbuka.	Ya
Serbuk kimia kering	Ya	Ya	Ya

PELUPUSAN PEMADAM KEBAKARAN

Di atas sebab-sebab keselamatan, jangan buang alat pemadam api di gelongsor sampah /tong sampah. Anda dinasihatkan supaya menghubungi pengeluar atau pembekal alat pemadam api untuk memastikan sama ada mereka dapat membuang barang tersebut.

Maklumat untuk berurusan dengan pengeluar atau pembekal biasanya terdapat di alat pemadam api. Sebagai alternatif, anda boleh lungsur ke laman web TÜV SÜD PSB Pte Ltd di <https://www.tuvsud.com/en-sg/resource/certificate-finder/product-listing-scheme/fire-extinguishers> untuk senarai syarikat yang berdaftar untuk servis, penyelenggaraan, dan pelupusan alat pemadam api mudah alih.

Nota: Bayaran nominal akan dikenakan oleh pengeluar atau pembekal untuk mengumpulkan alat pemadam api untuk dilupuskan.

UNTUK MENGGUNAKAN PEMADAM API, GUNAKAN KAEDAH P.A.S.S.

Pull (Tarik) keluar pin keselamatan seperti diarahkan pada label



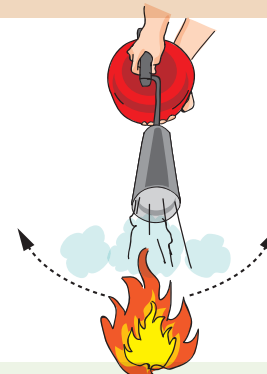
Aim (Hala) muncung pada pangkal kebakaran



Squeeze (Tekan) tuil



Sweep (Sapu) api dengan menggunakan buangan yang keluar dari alat pemadam api



Setiap rumah disarankan untuk mempunyai sekurang-kurangnya satu alat pemadam api Serbuk Kimia Kering yang diperakui oleh Badan Pensijilan yang diiktiraf oleh Majlis Pertauliah Singapura. Alat pemadam api seperti itu dapat digunakan untuk memadamkan banyak jenis kebakaran di rumah. Senarai peniaga alat pemadam api dan bengkel servis yang sah disenaraikan di laman web SCDF www.scdf.gov.sg.

Nota: SCDF tidak menjalankan kerjasama dengan mana-mana pengedar alat pemadam api dan tidak menyokong jualan alat pemadam api dari rumah ke rumah.



Titik Panggilan Manual Dan Gelendong Hos

Sekiranya berlaku kebakaran, pecahkan kaca titik panggilan manual terdekat menggunakan objek tajam (cth. kunci) untuk mengaktifkan sistem penggera kebakaran yang akan berbunyi di seluruh bangunan. Ini akan memberi amaran kepada semua penghuni terhadap kebakaran dan mengarahkan mereka agar mengosongkan premis.

Untuk memadamkan api, anda boleh menggunakan alat pemadam api (ms 30) atau gelendong hos.



Apabila diaktifkan, titik panggilan manual akan membunyikan penggera kebakaran

CARA PENGENDALIAN GELUNG HOS

1

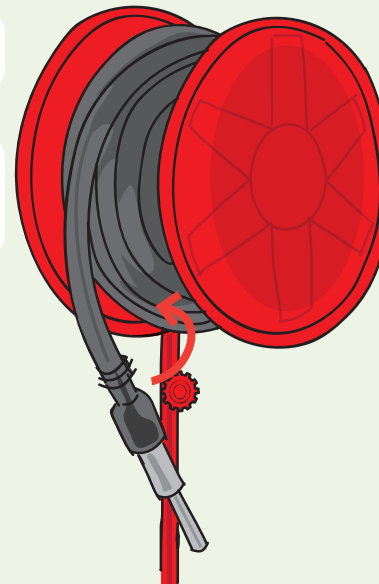
Buka injak gelung hos mengikut arah yang ditunjukkan.

2

Tarik hos dan uji kalau ada air. Lari ke arah api.

3

Buka air di muncung dan arahkanya pada pangkal kebakaran.



Nota: Pemindahan tepat pada masanya dalam situasi kebakaran adalah penting. Apabila penggera kebakaran dibunyikan, seseorang itu perlu memberi perhatian serius dan segera mengosongkan premis.



Menyelamatkan Diri Menembusi Asap

Dalam kebakaran yang membawa maut, kebanyakan orang mati akibat terhidu asap.

JIKA ANDA TERPERANGKAP DI DALAM BILIK YANG DIPENUHI ASAP

- Tutup hidung dan mulut anda dengan sehelai kain basah dan elakkan bernafas melalui mulut
- Tiarap hampir dengan permukaan lantai; kemudian merangkak ke arah keselamatan, dengan kepala anda sentiasa di bawah asap



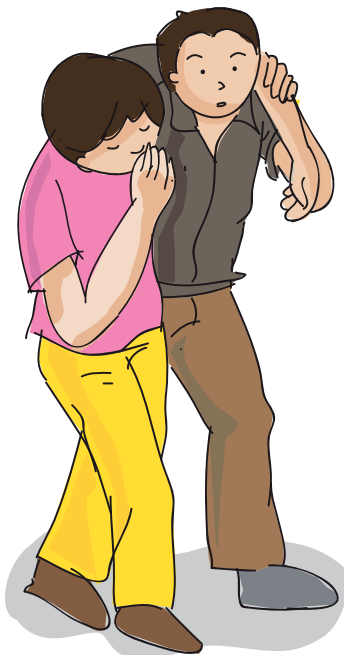


Pemindahan Mangsa

Apabila alat usungan tiada dan tidak boleh diubahsuai, anda mungkin perlu memindahkan mangsa, dengan kaedah-kaedah yang disenaraikan di bawah. Anda disyorkan untuk mengikuti Program Kesediaan Kecemasan Masyarakat kami (ms 100) untuk pemahaman lebih baik mengenai kaedah-kaedah pemindahan mangsa. Anda berkemungkinan mencederakan diri sendiri dan rakan latihan anda jika anda mencuba beberapa teknik ini sendiri tanpa latihan yang betul.

KAEDAH MENONGKAT

Digunakan apabila mangsa sedar dan mampu berjalan dengan sedikit bantuan. Pegang dia dengan erat di pinggang dan gunakan bahu anda untuk menampung lengannya sementara biarkan berat badannya bersandar pada anda.



PIKULAN KAEDAH AHLI BOMBA

Digunakan untuk mangsa berbadan ringan. Tunduk dan letakkan mangsa melintang di atas bahu anda dan angkat dia. Untuk lebih mantap, peluk kakinya dengan tangan anda dan pegang tangannya.





GENDONG

Digunakan jika mangsa berbadan ringan, sedar dan mampu berpaut pada anda.



DUKUNG

Digunakan apabila mangsa ialah seorang kanak-kanak atau orang dewasa berbadan ringan. Selitkan tangan anda di bawah bahu dan lututnya untuk memastikan mangsa dalam kedudukan paling selesa.





BERHENTI, REBAHKAN BADAN DAN BERGOLEK

1

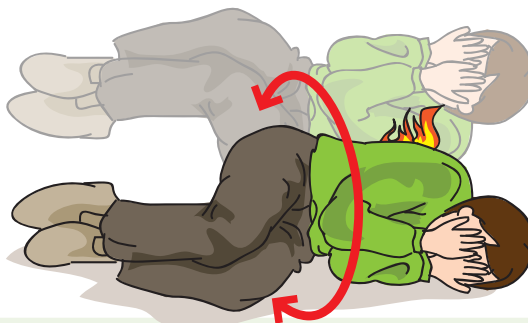
Berhenti berlari dan tenangkan diri.

**2**

Rebahkan badan ke lantai serta-merta.

**3**

Bergolek berulang kali sambil menutup muka anda dengan tangan anda untuk memadamkan api.





PUNCA UTAMA KEBAKARAN KENDERAAN

Punca utama kebakaran kendaraan di Singapura adalah disebabkan oleh sumber nyalaan seperti:

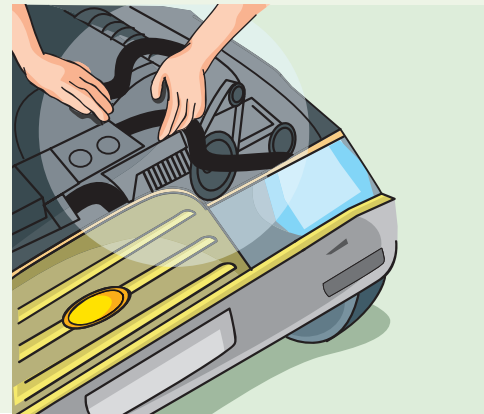
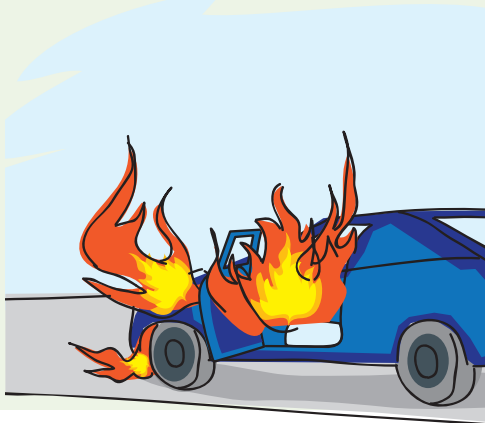
- Pemanasan lampau.
- Kerosakkan elektrik dalam ruang enjin.

LENGKAPKAN KENDERAAN ANDA DENGAN PEMADAM API

- Kebanyakan kebakaran kendaraan bermula kecil tetapi berkembang dengan pesat disebabkan oleh kehadiran bahan mudah terbakar seperti petrol, diesel dan pelincir.
- Lengkapi kendaraan anda dengan alat pemadam api supaya anda akan dapat memadamkan api yang baru terjadi sebelum ia merebak.
- Untuk panduan langkah demi langkah bagaimana untuk mengendalikan alat pemadam api, sila lihat muka surat 33 buku panduan ini, layari laman web SCDF @ www.scdf.gov.sg atau muat turun aplikasi telefon bimbit 'myResponder'.

TIPS PENCEGAHAN

- Elakkan kendaraan anda daripada terbakar dengan memberi servis secara tetap di bengkel kendaraan yang dibenarkan.
- Semasa setiap sesi servis, pastikan bahawa sistem elektrik, enjin dan sistem bahan api kendaraan diperiksa untuk apa-apa kecacatan.
- Di luar tempoh servis yang dijadualkan, anda digalakkan untuk membuat pemeriksaan visual untuk sebarang tanda kebocoran minyak.





Jika Kereta Anda Terbakar

APABILA ANDA LIHAT ASAP ATAU NYALAAN KELUAR DARI KENDERAAN

1

Perlahankan kereta, beri isyarat dan pandu ke tepi jalan raya.

2

Matikan enjin dan keluar dari kereta dengan segera.

3

Hubungi 995 untuk minta bantuan.

4

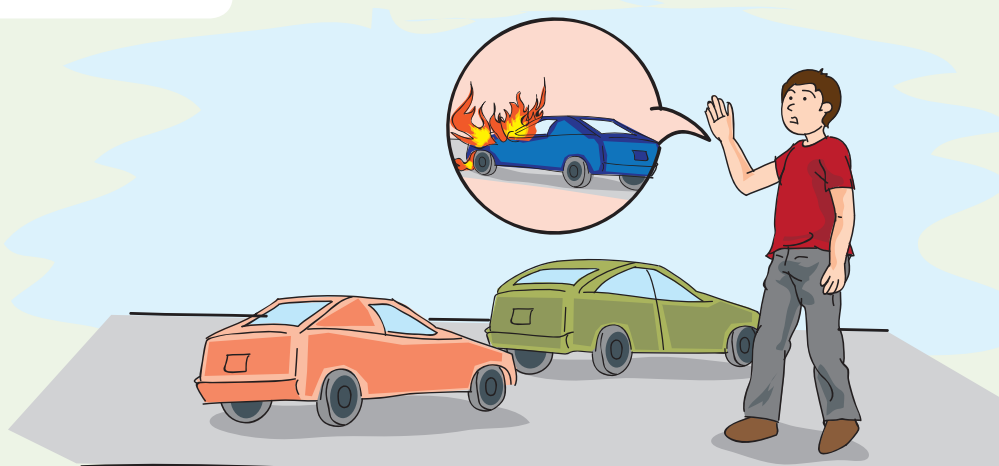
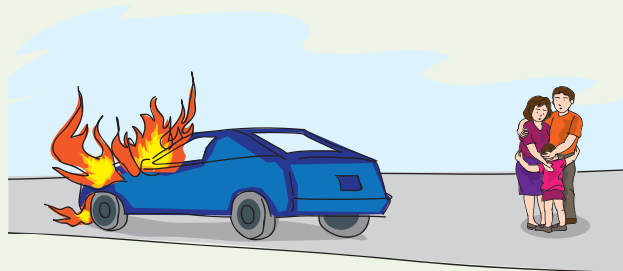
Jika dalam kereta anda ada alat pemadam api, anda boleh cuba memadamkan api ketika ia masih kecil tanpa membahayakan diri anda atau orang lain.

5

Jika api marak terlalu besar, jauhkan diri anda dari kenderaan dan tunggu ketibaan SCDF di tempat yang selamat.

6

Beri amaran kepada trafik yang mendatang tentang kereta yang terbakar. Pastikan orang yang mengerumuni menjauhi tempat kebakaran.





Kebakaran Kenderaan Elektrik (EV)

Oleh kerana EV (baik EV tulen dan EV hibrid) menggunakan elektrik dari bateri Voltan Tinggi (High Voltage), ini menimbulkan cabaran yang berbeza berbanding dengan kebakaran yang melibatkan kenderaan Enjin Pembakaran Dalam (Internal Combustion Engine) (contohnya risiko letusan elektrik dan haba yang melampau dari bateri HV yang terjejas jika mengalami 'Thermal Runway'¹).

Anda tidak sepatutnya berusaha memadamkan api yang telah melanda EV sepenuhnya kerana larian terma mungkin sedang berlangsung. Sebaliknya, anda harus pergi ke jarak yang selamat sekurang-kurangnya 15 meter dari kenderaan dan hubungi 995 untuk mendapatkan bantuan.

Semasa menelefon 995, anda harus memberikan nombor plat kenderaan atau model EV dan penerangan ringkas mengenai bahagian yang terbakar (contohnya bonet depan, bahagian tengah EV, 'undercarriage' EV).

	Mengenal pasti EV tulen dan EV Hibrid	Bateri Voltan Tinggi EV (HV) biasanya terletak di:	
EV hibrid	 Tanda "Hybrid"	 But atau Bawah/Belakang Kerusi Belakang	
EV Tulen	 Tiada paip ekzos	 'Undercarriage' (bahagian yang berada di bawah badan utama kenderaan)	 'Transmission Hump' (Bahagian transmisi kereta)

- ¹ 'Thermal Runaway' merujuk kepada keadaan apabila suhu sel elektrokimia meningkat dengan tersendiri dengan cara yang tidak terkawal dan menjadi bertambah teruk apabila penjana haba sel berada pada kadar yang lebih tinggi daripada yang dapat hilang. Ini berpotensi menyebabkan gas terlepas, api, atau letupan. Penyebab biasa 'Thermal Runaway' adalah impak fizikal dan pengecasan bateri yang berlebihan.



Kebakaran Panel Solar Foto-Voltan (PV)

Panel-panel solar foto-voltan (PV) biasanya dipasang di bangunan dan struktur untuk penuaian tenaga. Di Singapura, panel solar PV biasanya terdapat di bumbung bangunan.

Walaupun mereka sangat efisien dalam penuaian cahaya matahari untuk tenaga, panel-panel itu juga mungkin boleh terus menghasilkan tenaga pada waktu malam jika terdapat sumber cahaya yang kuat. Oleh itu, adalah lebih selamat untuk menganggap bahawa panel solar PV itu terus bertenaga dan ambil langkah berjaga-jaga di sekitarnya.

Sekiranya berlaku kebakaran solar PV, ianya akan membantu sekiranya anda mengetahui lokasi suis pengasingan utama dan dapat memadamnya. Ini akan membantu mengasingkan bangunan dengan selamat dari sebarang potensi lonjakan tenaga disebabkan oleh sistem solar PV yang terjejas yang boleh mengakibatkan kebakaran sekunder di bahagian lain bangunan.

Namun, jangan cuba memadamkan api yang melibatkan panel PV kerana akan selalu terdapat risiko kejutan elektrik.

Anda harus berundur ke jarak yang selamat dan menghubungi 995 untuk mendapatkan bantuan.



Kebakaran Alat Mobiliti Aktif (AMD)

Alat mobiliti aktif¹ yang ditadbir di bawah Akta Mobiliti Aktif (AMA) termasuk Basikal Dibantu Kuasa (PAB), Alat Mobiliti Peribadi (PMD) bermotor dan tidak bermotor dan Alat Bantuan Mobiliti Peribadi (PMA).

NASIHAT TENTANG ALAT MOBILITI AKTIF (AMD)

Kebakaran yang melibatkan AMD dengan bateri litium-ion boleh menjulang dengan pantas. Apabila lonjakan suhu daripada bateri litium-ion menjadi tidak terkawal, bateri boleh meletup, dan mengeluarkan gas toksik. Api boleh merebak dengan pantas, dan masa untuk melarikan diri menjadi sempit dalam beberapa saat. Lantas, penting untuk kita ketahui apa yang perlu dilakukan apabila AMD terbakar di rumah, tempat kerja atau di kawasan umum.

APA PERLU DILAKUKAN BILA BERHADAPAN DENGAN AMD YANG TERBAKAR

Apabila AMD terbakar di rumah, di tempat kerja atau di kawasan umum:

- erit untuk memberi amaran kepada orang lain yang mungkin berada di sekeliling anda, tinggalkan unit dengan segera, tutup pintu untuk menyekat api daripada merebak. Jika anda berada di kawasan terbuka, jauhi AMD yang terbakar.
- ubungi 99 untuk mendapatkan bantuan.
- angan padamkan api. Api litium-ion merebak dengan pantas dan boleh menyebabkan letupan.

JIKA ANDA TIDAK DAPAT MELARIKAN DIRI

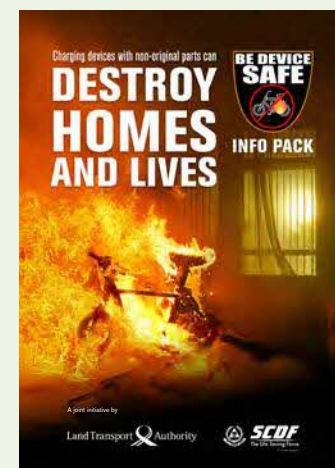
- egera lari ke bilik yang paling jauh dari api, jerit minta bantuan untuk memberi amaran kepada orang lain dan hubungi 99 sekiranya boleh.
- utup pintu di belakang anda dan tutup elah di bawah pintu dengan tuala atau ambal basah untuk men egah asap daripada masuk.
- Bertenang dan jangan uba untuk melompat keluar dari bangunan.

PANDUAN KESELAMATAN KEBAKARAN DI DALAM RUMAH TEMPAT KERJA KAWASAN UMUM

- leh kerana laluan untuk melarikan diri adalah penting apabila berlaku kebakaran:
 - Pastikan laluan untuk keluar dari rumah atau tempat kerja anda lapang dan tidak terhalang.
 - aj AMD jauh dari pintu keluar rumah atau tempat kerja.
 - angan aj AMD di kawasan umum ontohnya koridor umum.
 - Ajarkan orang di rumah atau tempat kerja tentang langkah-langkah yang perlu diambil untuk kebakaran AMD serta prosedur pemindahan.
- Alat Penggera Kebakaran umah (AD):
 - AD memberi amaran awal sekiranya berlaku kebakaran yang membantu mengurangkan ke ederaan dan kematian berkaitan kebakaran.



Imbas kod QR untuk
ketahui lebih lanjut



Imbas kod QR untuk
ketahui lebih lanjut

¹ujuk laman web LTA di <https://www.lta.gov.sg> untuk maklumat lanjut di bawah Getting Around > Active Mobility > Rules & Public Education > Rules & Code of Conduct

BAB 3

KECEMASAN DALAM KEADAAN AMAN

45 Beg Persediaan

47 Simpanan bekalan

48 Kilat

49 Banjir

50 Gegaran bumi

52 Tanah runtuh

54 Gangguan Bekalan Kuasa

55 Taufan Dan Ribut Tropika

57 Tsunami

59 Gempa Bumi

61 Jika Anda Terperangkap Di Bawah Timbunan Runtuhan

62 Sekiranya anda menemui orang ramai yang tidak terkawal

44

Walaupun kebanyakan malapetaka dan bencana semulajadi (cth. banjir, kilat, ribut dan tsunami) adalah di luar kawalan, kita masih mampu meningkatkan peluang kita untuk terus hidup dengan cara mempelajari pengetahuan dan kemahiran yang diperlukan bagi memastikan keselamatan kita dalam menghadapi saat-saat kecemasan tersebut.

Beg Persediaan mengandungi bahan-bahan penting yang akan membantu anda dalam kes kecemasan dan anda perlu bawa bersama jika anda diarahkan berpindah dari rumah anda. Setiap ahli keluarga anda perlu mengetahui di mana Beg Persediaan disimpan dan adalah disyorkan supaya tempat simpanan mudah dicapai meskipun dalam keadaan gelap (cth. semasa terputus bekalan kuasa).



BEG PERSEDIAAN PERLU MENGANDUNGI BAHAN-BAHAN BERIKUT:

BARANGAN PENTING	KEGUNAAN
Lampu suluh tanpa bateri	Jika berlaku gangguan bekalan kuasa dan apabila pemindahan berlaku dalam keadaan gelap
Bateri	Untuk bekalan kuasa lampu suluh dan radio; bungkus bateri tambahan dan jangan pasang bateri ke dalam alat hingga diperlukan, kerana membiarkannya dalam alat tersebut boleh menyebabkan kebocoran
Ubat-ubatan peribadi yang penting dan bekalan penjagaan kesihatan	Untuk sebarang keadaan perubatan wujud untuk anda dan keluarga anda, cth. asma, masalah jantung dsb. Pelitup muka ganti dan pembersih tangan untuk perlindungan
Fail kalis air yang mengandungi salinan dokumen penting cth. kad pengenalan, pasport, polisi insurans	Untuk tujuan pentadbiran jika dokumen asal musnah dalam kebakaran
Buku Panduan Kecemasan Pertahanan Awam	Sebagai rujukan mengenai bantuan kecemasan dan prosedur pertahanan awam
Radio transistor tanpa bateri	Untuk mengikuti perkembangan siaran kecemasan
Wisel	Digunakan untuk meminta bantuan atau memberi amaran kepada orang lain; menjerit boleh memenatkan, tidak berkesan dan boleh menyebabkan anda menyedut asap dan habuk berbahaya dalam sesetengah kes
Kit Bantuan Kecemasan	Untuk merawat sebarang kecederaan di sepanjang jalan; sebuah alat kecil mengandungi beberapa pembalut bantuan kecemasan, pengelap antiseptik, dan plaster sudah mencukupi
Bekalan penjagaan kanak-kanak dan barangan penjagaan khas lain	Untuk memenuhi keperluan khas dalam keluarga, cth. bayi
Topeng N95	Untuk melindungi anda dan keluarga anda daripada pendedahan berlebihan kepada pencemaran dan jangkitan udara.

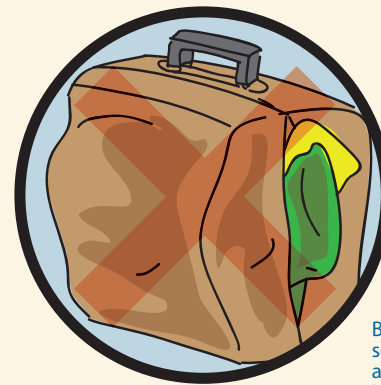


BARANGAN PILIHAN UNTUK BEG PERSEDIAAN TERMASUK:

- Senarai kenalan peribadi, termasuk nombor telefon ahli keluarga
- Wang tunai
- Air botol dan barangan makanan kering
- Satu set pakaian tambahan, cth. Kemeja T dan seluar sukan
- Bahan menulis
- Senarai nombor kecemasan, cth. 995, 999, nombor telefon syarikat utiliti, insurans dll.

PERKARA YANG PERLU DIBERI PERHATIAN TENTANG BEG PERSEDIAAN:

- Anda mungkin mempunyai lebih daripada satu Beg Persediaan, cth. satu bagi setiap ahli keluarga;
- Jangan letak barangan berat ke dalam Beg Persediaan kerana ia akan mengganggu pergerakan semasa kecemasan
- Periksa tarikh luput barangan yang mudah rosak di dalam beg dan gantikannya apabila perlu
- Gantikan bateri yang lama dengan yang baru secara tetap kerana sesetengahnya mungkin bocor apabila tidak digunakan dan jangan letakkannya di dalam alat



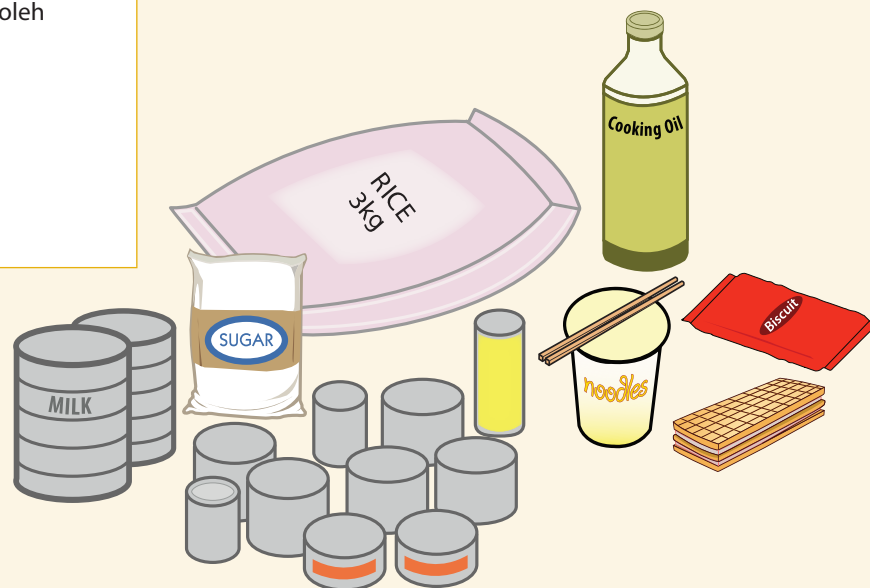
Beg Persediaan seharusnya mudah di alih dan tidak terlalu berat atau besar.

Simpanan Bekalan

Menyimpan bekalan barangan keperluan boleh membantu anda dan orang tersayang bertahan dalam waktu kecemasan. Tambah bekalan barangan secara rutin mengikut keperluan dan keutamaan anda; guna dan gantikan barangan yang menghampiri tarikh luput. Senarai barang yang disyorkan ditunjukkan di bawah.

BARANG YANG DISARANKAN UNTUK SETIAP RUMAH

Minyak dan Karbohidrat	- Nasi - Mie Segera - Pasta yang belum dimasak - Minyak Masak
Daging dan Makanan Laut	- Daging Beku dan Dalam Tin - Makanan Laut Beku dan Dalam Tin
Sayuran	Sayuran Beku dan Dalam Tin
Bekalan Kesihatan	- Pelutup Muka (Jenis pembedahan atau yang boleh diguna semula) - Pembersih Tangan - Pembasmi kuman - Termometer Lisan - Ubat-ubatan tanpa preskripsi



Apabila berlaku ribut petir kekal di dalam bangunan, dapatkan perlindungan di dalam mana-mana bangunan atau kenderaan dan jauhi daripada objek dan perkakas berlogam untuk keselamatan anda.

JIKA ANDA BERADA DI RUMAH

- Usah mandi; kerja memperbaiki paip dan alat-alat di bilik mandi boleh mengalirkan arus elektrik
- Elakkan daripada mengguna telefon bertali melainkan ada kecemasan; telefon tanpa tali dan telefon bimbit adalah selamat digunakan
- Cabut palam peralatan elektrik, penyaman udara dan barangan elektronik lain termasuk komputer; kuasa disebabkan oleh kilat boleh merosakkan barangan ini



JIKA ANDA BERADA DI TEMPAT TERBUKA

- Jangan berada di kawasan tinggi
- Dapatkan perlindungan di dalam bangunan atau kenderaan; jika itu tidak mungkin, berlindunglah di kawasan rendah seperti di bawah pokok kecil yang rendah dan mendekam di tanah
- Jangan menunggang basikal, motosikal atau kereta golf; jika anda sedang berbasikal, menaiki motor atau kereta golf, turun dan tinggalkan kenderaan anda dan cari tempat perlindungan
- Bersurai jika anda dalam satu kumpulan
- Elakkan daripada memegang objek berlogam dan berdiri di bawah pohon tinggi atau berhampiran pagar besi, paip dan landasan keretapi
- Elakkan daripada menggunakan telefon, peralatan elektrik dan elektronik
- Menuju ke pantai jika anda berada di kawasan air terbuka



Untuk maklumat lebih lanjut mengenai kilat, hujan lebat, gempa bumi, pencemaran udara, data persekitaran, sila lungsururi laman www.weather.gov.sg, www.nea.gov.sg dan muat turun aplikasi myEnv.

Apabila berlaku banjir, berpindahlah ke kawasan yang lebih tinggi.

JIKA ANDA BERADA DI RUMAH

- Tunggu di dalam rumah, tetapi dapatkan Beg Persediaan anda (ms 45) dan bersedia untuk berpindah dengan segera apabila diarahkan oleh pihak berkuasa
- Jika anda fikir ianya berbahaya untuk terus berada di rumah, hubungi 999 untuk khidmat Polis (berikan nama dan alamat anda) dan berpindah dengan segera, pergi ke kawasan yang lebih tinggi jauh dari kawasan terbuka, sungai dan longkang besar
- Ikuti perkembangan terkini daripada pihak berkuasa melalui radio



JIKA ANDA BERADA DI DALAM KENDERAAN

- Berjaga-jaga terhadap tanda-tanda banjir
- Jangan memandu di sekitar perintang kerana ia dipasang bagi keselamatan diri anda
- Jika kenderaan tersekat dalam air yang sedang naik dengan pantas, tinggalkan ia dengan segera dan pergi ke kawasan yang lebih tinggi
- Jangan berjalan melalui air yang deras kerana dengan hanya ketinggian air sebanyak 15cm boleh menyebabkan anda terjatuh; jika perlu, gunakan sebatang kayu untuk memeriksa kedalaman air di hadapan anda dan cuba berjalan dalam air bertakung
- Hubungi 995 untuk SCDF atau 999 untuk khidmat Polis jika memerlukan bantuan





Sehingga kini, gegaran bumi yang dirasakan di Singapura adalah kesemuanya disebabkan oleh gempa bumi di sekitar rantau dan tiada rekod mengenai impak serius yang menimpa pulau ini. Bahagian Perkhidmatan Meteorologi, SCDF dan pihak Polis akan mengambil tindakan segera jika terdapat petunjuk pergerakan tanah berkenaan yang boleh mengancam Singapura.

JIKA ANDA BERADA DI DALAM RUMAH ATAU BANGUNAN

1

Bertenang dan jauhi dari tingkap, rak perhiasan, lampu atau apa-apa yang boleh menghempap anda dan menyebabkan kecederaan.

2

Berlindung di bawah meja tegap, sebaiknya dibuat daripada kayu dan bahan-bahan teguh.

3

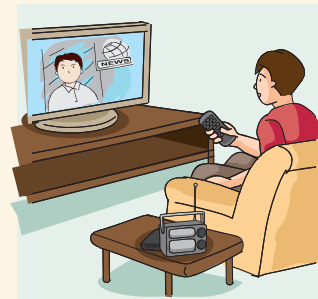
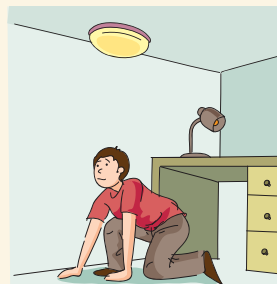
Apabila gegaran berhenti, keluar dan tutup semua peralatan gas dan elektrik; jangan sentuh wayar elektrik yang rosak.

4

Jangan gunakan mancis pada nyalaan terbuka kerana mungkin terdapat kebocoran gas disebabkan oleh gegaran bumi. Hubungi 1800 752 1800 untuk melaporkan kebocoran paip gas jika anda menghidunya.

5

Periksa persekitaran anda untuk sebarang retakan baru dan kerosakan struktur lain pada elemen bangunan seperti dinding, tiang dan alur. Pemindahan hanya perlu jika ada kelihatan tanda-tanda kerosakan struktur pada elemen bangunan (cth. retakan baru).



6

Jika berlaku keretakan baru:

- Hubungi Pihak Berkuasa Bangunan & Pembinaan (BBP) 1800 342 5222 atau pejabat pengurusan Bangunan bukan HDB
- Hubungi Unit Perkhidmatan Penyelenggaraan Penting (EMSU) yang menjaga kawasan anda jika anda di dalam perumahan HDB; nombor itu boleh ditemui di lobi lif anda.

7

Ikuti perkembangan terkini gegaran bumi melalui radio atau televisyen.

8

Elakkan daripada menghubungi 995 atau 999 bagi mencegah kesesakan talian kecemasan; hubungi SCDF atau Polis hanya jika terdapat kes kecemasan.

JIKA ANDA BERADA DI LUAR RUMAH ATAU BANGUNAN

- 1 Jauhi dari bangunan dan kabel elektrik yang tergantung.
- 2 Terus berada di kawasan terbuka hingga gegaran berhenti.
- 3 Jika anda memandu, berhenti secepat yang mungkin apabila keadaan mengizinkan dan terus berada di dalam kenderaan anda. Elakkan daripada berhenti berdekatan pokok, bangunan, jambatan, laluan atas atau kabel elektrik yang tergantung.

JIKA TERDAPAT KEPERLUAN UNTUK BERPINDAH

- 1 Matikan semua lampu dan peralatan elektrik.
- 2 Tutup semua peralatan gas dan paip air.
- 3 Kumpulkan semua ahli keluarga.
- 4 Dapatkan Beg Persediaan anda.
- 5 Kunci rumah anda.
- 6 Tinggalkan bangunan dalam keadaan teratur melalui tangga; jangan gunakan lif.

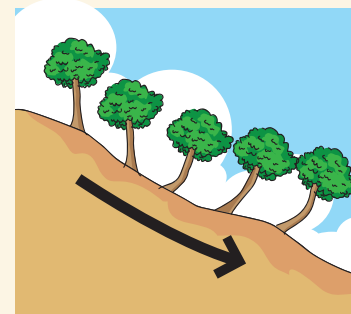




Tanah runtuh biasanya didahului oleh ketaksekatan dalam profil cerun. Jika anda perasan sebarang tanda kegagalan cerun yang disenaraikan di bawah, adalah disyorkan agar anda mendapatkan khidmat jurutera profesional untuk memeriksa, mengakses dan mencadangkan penyelesaian bagi membetulkan masalah yang terjadi.

TANDA-TANDA KEGAGALAN CERUN

- Retakan baru dan bonjol atau salah jajaran bumi
- Pokok, pagar dan tiang utiliti condong di sepanjang cerun
- Pengumpulan air di belakang dinding penahan atau air yang memasuki permukaan tanah di lokasi baru
- Hakisan atau tumbuhan dan bahagian atas tanah dihanyutkan di kawasan cerun
- Pergolakan permukaan pada atau berhampiran bawah cerun



APABILA TANAH RUNTUH DAN RUNTUHAN BERLAKU

- Jika selamat melakukannya, matikan bekalan, elektrik dan air kerana ia boleh menyebabkan kerosakan tambahan
- Maklumkan jiran anda
- Dapatkan Beg Persediaan anda dan berpindah dengan segera jika keselamatan mengizinkan; jauhkan diri dari laluan tanah runtuh
- Jika anda memandu, sentiasa berhati-hati dan perhatikan turapan yang runtuh, lumpur, batu yang jatuh dan tanda-tanda aliran runtuhan yang berkemungkinan
- Jika anda atau orang lain terperangkap, hubungi 995 atau 999 untuk SCDF dan jika mungkin dan dapatkan situasi terkini tentang tanah runtuh melalui radio atau televisyen
- Tunggu misi penyelamat dan bertenang serta berjaga-jaga



SELEPAS TANAH RUNTUH

- Dial 995 atau 999 untuk melaporkan sebarang keadaan kecemasan.
- Jauhkan diri dari kawasan yang terjejas, struktur bangunan dan kabel elektrik kerana mungkin terdapat lebih banyak tanah runtuh.
- Arahkan penyelamat ke lokasi orang yang cedera dan terperangkap berhampiran kawasan yang terjejas; jangan memasuki kawasan bahaya.
- Dapatkan izin dan ikuti arahan dari pihak berkuasa yang berkenaan sebelum kembali ke rumah yang terjejas.
- Laporkan kecacatan struktur kepada:
 - Pihak Berkuasa Bangunan & Pembinaan (BBP) di 1800 342 5222 atau pejabat pengurusan bangunan bukan HDB
 - Unit Perkhidmatan Penyelenggaraan Penting untuk blok HDB; nombor telefon boleh didapati di lobi lif blok HDB.
- Tonton radio atau televisyen untuk maklumat terkini mengenai keadaan.



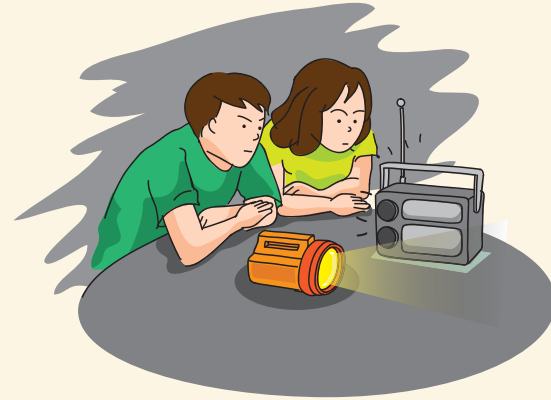


Gangguan Bekalan Kuasa

Adalah disyorkan agar anda menyimpan lampu suluh, radio dan bateri tambahan di dalam Beg Persediaan anda (ms 45) sekiranya berlaku gangguan bekalan kuasa. Mancis dan lilin tidak digalakkan kerana ia mungkin sukar untuk dikendalikan tanpa pencahayaan yang mencukupi. Seterusnya, Beg Persediaan perlu disimpan di sesuatu tempat yang mudah dicapai meskipun dalam gelap.

APABILA GANGGUAN BEKALAN KUASA BERLAKU

- Keluarkan Beg Persediaan anda, hidupkan lampu suluh dan buka radio untuk maklumat keadaan terkini
- Jika ada orang yang terperangkap di dalam lif semasa gangguan bekalan kuasa:
 - Jangan hubungi 995 atau 999 melainkan ada situasi mengancam nyawa memerlukan khidmat ambulans kecemasan
 - Hubungi Unit Khidmat Penyelenggaraan Penting untuk bantuan (nombor telefon boleh ditemui di lobi lif);
 - Untuk kondominium dan bangunan bukan HDB, hubungi pejabat pengurusan
- Jika anda terperangkap di dalam lif, sila bertenang, tekan butang kecemasan dan tunggu bantuan tiba; jangan cuba membuka pintu lif secara paksa
- Jika anda berada di jalan raya dan lampu jalan tertutup, pastikan lampu kereta anda terbuka pada setiap masa dan pandu secara perlahan





Taufan Dan Ribut Tropika

Elakkan daripada mengembara ke luar negara semasa musim taufan di negara destinasi anda. Adalah disyorkan agar anda mendapat status terkini laporan cuaca negara tersebut bagi mengelakkan situasi di mana anda terperangkap dalam taufan atau ribut tropika semasa berada di luar. Anda juga mungkin perlu menyimpan makanan dan air sekiranya anda terperangkap di dalam bangunan disebabkan oleh ribut.

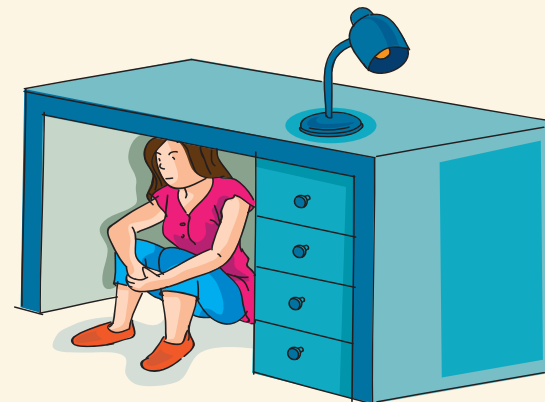
APBILA TAUFAN ATAU RIBUT TROPIKA MELANDA KAWASAN ANDA



- Berpindah jika diarahkan oleh pihak berkuasa tempatan; jika tidak, dapatkan perlindungan dalam tempat tertutup dengan segera
- Jaga atau pindahkan barangan di luar seperti alat mainan, basikal, pasu bunga dan objek berat ke dalam pangsapuri dan jauhi dari tingkap
- Tutup semua pintu dan tingkap; labuhkan langsir menutupi tingkap bagi mengurangkan serpihan kaca daripada terbang sekiranya tingkap berkecai
- Letakkan tilam terhadap bahagian yang tingkap yang telah pecah dan tolak perabot berat bagi menampungnya



- Pastikan lampu suluh dan kit bantuan kecemasan disediakan untuk sebarang gangguan bekalan kuasa dan kecederaan disebabkan oleh ribut
- Set suhu peti sejuk anda ke suhu terendah untuk mengurangkan kerosakan makanan sekiranya bekalan kuasa terputus
- Ikuti perkembangan terkini melalui radio mudah alih
- Jika boleh, periksa jika ada bahaya kebakaran, elektrik (ms 25) di dalam pangsapuri semasa ribut
- Jika ribut semakin buruk, berpindahlah ke kawasan di dalam pangsapuri yang paling kurang terdedah kepada tingkap kaca luar dan tunduk atau berlindung di bawah meja
- Jangan melangkah ke luar apabila ribut kelihatan telah berhenti; ia mungkin datang kembali selepas tempoh tenang yang pendek
- Apabila ribut diisytiharkan berakhir, periksa kaca yang pecah, pokok tumbang, kabel kuasa yang rosak dan bahaya lain di kawasan anda
- Hubungi ambulan kecemasan kawasan jika terdapat kes kecederaan yang teruk

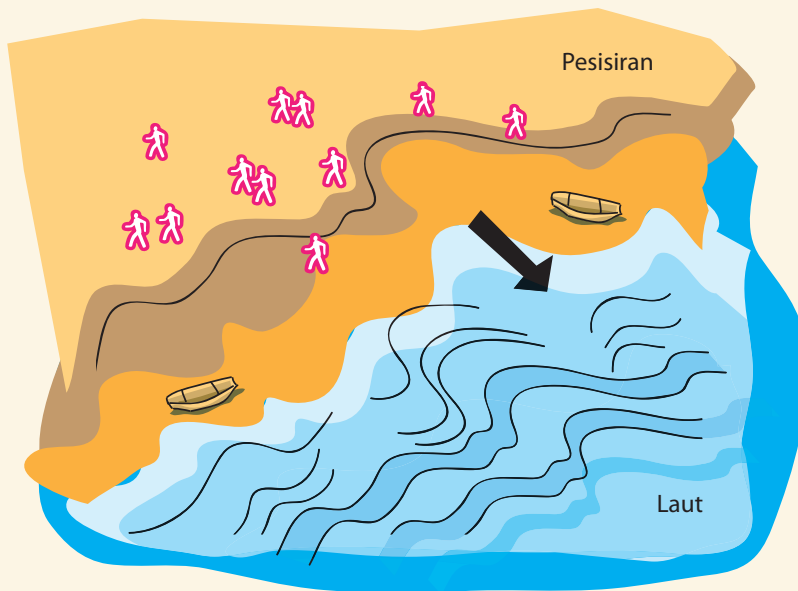


Tsunami

Kebanyakan tsunami terjadi akibat gempa bumi di laut yang menyebabkan pergerakan di lantai laut. Risiko Singapura terjejas secara langsung oleh tsunami adalah sangat rendah disebabkan perlindungan yang disediakan oleh tanah-tanah luas yang mengelilinginya seperti Semenanjung Malaysia di utara dan Borneo di timur. Walau bagaimanapun, Singapura telah menubuhkan sebuah sistem pengawasan seismik semenjak pertengahan 1990-an. Sistem ini diuruskan oleh Bahagian Perkhidmatan Meteorologi untuk memberi amaran kepada penduduk Singapura sekiranya berlaku keadaan kecemasan.

TANDA-TANDA AMARAN TSUNAMI YANG MENDATANG

- Gegeran bumi dan pergerakan bawah tanah di pantai atau berhampiran laut
- Permukaan laut atau perairan pesisir surut secara mendadak dari pantai, kadang-kadang sejauh satu kilometer atau lebih.



JIKA ANDA BERHADAPAN DENGAN TSUNAMI

- Sebaik sahaja anda mengalami tsunami atau tanda-tanda kedatangan tsunami, lari ke bahagian lebih tinggi dengan segera; jangan hampiri kawasan pantai untuk menyalut atau menunggu amaran tsunami diberi
- Jika anda dinasihat untuk berpindah, lakukannya dengan segera
- Jangan terus berada di bangunan rendah di kawasan pantai jika amaran tsunami diaktifkan
- Berpindah dengan segera ke kawasan lebih tinggi; jika tiada masa melakukannya, dapatkan perlindungan di tingkat lebih atas di bangunan tinggi dan bangunan konkrit bertetulang
- Jika anda berada di dalam bot atau kapal yang jauh dari pantai, pindahnya ke kawasan air lebih dalam; jika anda berhampiran jeti, ia adalah lebih selamat untuk meninggalkan kapal di sana dan berpindah ke kawasan lebih tinggi
- Jangan anggap bahawa ianya selamat untuk keluar ke tempat terbuka selepas gelombang pertama kerana mungkin berlaku gelombang berikutnya



Semasa gempa bumi, kebanyakan kecederaan berlaku apabila orang ramai berusaha melarikan diri atau bergerak di sekitar bangunan ketika tanah masih bergegar. Malah, dinding yang runtuh, kaca yang berterbangan dan objek yang jatuh adalah penyebab utama kecederaan dan kematian semasa gempa bumi. Walaupun Singapura tidak pernah mengalami gempa bumi, adalah penting agar anda mengikuti garis panduan di bawah bagi meningkatkan peluang untuk terus hidup anda jika anda menghadapi gempa bumi di luar negara.

JIKA ANDA DI KAWASAN DALAMAN

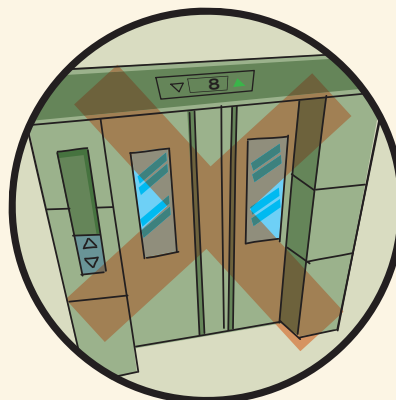
- Apabila gegaran bermula, rebahkan diri ke bawah dan dapatkan perlindungan di bawah meja atau perabot kukuh dengan segera; bertahan sehingga gegaran berakhir
- Jika tiada perabot yang boleh dijadikan tempat berlindung, pindah ke tempat selamat berhampiran (cth. sudut di dalam bangunan atau dinding sebelah dalam jauh dari tingkap, rak sangkut atau apa-apa yang boleh menghempap dan mencederakan anda) dan mendekam disamping melindungi muka dan kepala anda dengan lengan anda
- Tinggal di dalam rumah atau bangunan sehingga gegaran berhenti dan anda pasti ianya selamat untuk keluar; jika anda mesti meninggalkan bangunan selepas gegaran berhenti, jangan guna lif sekiranya berlaku gempa bumi, terputus bekalan kuasa atau kerosakan lain

JIKA ANDA DI LUAR

- Kurangkan pergerakan anda dan jauhi dari bangunan, lampu jalan dan wayar utiliti
- Tinggal di tempat terbuka sehingga gegaran berhenti
- Jika anda memandu:
 - Berhenti sebaik sahaja keselamatan mengizinkan dan jauhi dari bangunan, pokok, jejantas dan kabel elektrik
 - Tinggal di dalam kenderaan dan dengar radio untuk situasi terkini



Mendekam di tempat selamat disamping melindungi muka dan kepala anda.



Jangan gunakan lif kerana ia mungkin rosak disebabkan gempa bumi



APABILA GEMPA BUMI BERHENTI

- Jangkakan gempa susulan bila-bila masa dari beberapa jam kemudian hingga ke beberapa bulan selepas gelombang kejutan permulaan; setiap kali anda merasakannya, membongkok ke bawah di tepi dinding pedalaman yang selamat atau di sudut sebelah dalam dan lindungi muka dan kepala anda dengan lengan anda
- Lakukan satu pemeriksaan pantas di kawasan anda untuk kerosakan dan pastikan setiap orang berpindah jika terdapat kerosakan struktur yang boleh dilihat
- Bantu orang yang tercedera dan terperangkap, jika perlu dan hubungi nombor khidmat kecemasan setempat bagi mendapatkan bantuan dan mengarahkan penyelamat kepada mereka
- Jika mungkin, tutup sumber gas dan elektrik dan berjaga-jaga terhadap bau kebocoran gas, tumpahan bahan kimia dan cecair mudah yang terbakar
- Perhatikan tanda-tanda kebakaran; jika boleh padamkan api kecil
- Berhati-hati terhadap talian kuasa yang tumbang atau paip gas yang pecah dan jauhi dari kawasan dan bangunan yang rosak
- Ikuti perkembangan melalui radio



Jangan bergerak ke sekeliling semasa bumi masih bergegar.

Jika Anda Terperangkap Di Bawah Timbunan Runtuhan

UNTUK MENINGKATKAN PELUANG ANDA UNTUK TERUS HIDUP:

- Merangkak ke bawah perabot yang kukuh (cth. meja atau katil) yang akan memberikan anda ruang untuk bernafas dan perlindungan terhadap objek yang jatuh. Jika itu tidak boleh dilakukan, bersiap sedia dengan bersandar pada dinding tanpa tingkap kaca atau rak sangkut dan cuba gunakan selimut, kotak dan bahan semacam yang lain untuk perlindungan daripada serpihan kaca dan runtuhan kecil
- Jika boleh, jauhi diri dari kawasan atau objek yang tidak stabil, dan pakai sepasang kasut yang tahan lasak bagi melindungi kaki anda daripada serpihan kaca
- Jangan kemana-mana jika anda berada di dalam sebuah tempat selamat; jangan cuba menggunakan tangga atau lif kerana ia akan mendedahkan diri anda kepada bahaya seperti runtuhan yang jatuh, tangga rosak dan gangguan bekalan kuasa di dalam lif
- Jangan hidupkan suis lampu atau nyalakan mancis, api dan dapur gas melainkan anda pasti bahawa tiada kebocoran gas terjadi
- Sentiasa bertenang, berjaga-jaga dan responsif terhadap panggilan daripada penyelamat
- Jangan menjerit tanpa sebab kerana anda boleh tersedut sejumlah habuk yang berbahaya disamping melemahkan diri anda
- Jika boleh, gunakan wisel, lampu suluh atau salur pada paip atau dinding untuk menarik perhatian penyelamat
- Jika anda tersepit di bawah runtuhan, gerakkan jari tangan dan kaki anda sekerap yang mungkin untuk menggalakkan peredaran darah dan mencegah darah beku
- Kuatkan semangat anda dengan mengingati orang yang tersayang
- Ambil makanan dan air dari peti sejuk jika ia berhampiran anda; perhatikan kaca yang hancur dan serpihan lain jika anda perlu makan dan minum dari sumber terbuka dalam runtuhan



ORANG RAMAI YANG TIDAK TERKAWAL

Jika anda melihat orang ramai berkumpul dan mereka menjadi sukar untuk dikawal

- Bertenang dan bergerak jauh dari kawasan tersebut.
- Jangan mendekati atau berhadapan dengan kawasan tersebut.
- Hubungi 999 dengan segera dan laporkannya kepada Polis dengan memberikan butiran seperti:
 - a. Jumlah (berapa ramai orang berkumpul?)
 - b. Aktiviti (apa yang mereka sedang lakukan?)
 - c. Lokasi kejadian (di mana mereka berhimpun?)
 - d. Butiran lanjut mengenai situasi tersebut (Cth Apakah emosi mereka? Adakah mereka membawa senjata?)
- Jika anda cedera dan memerlukan rawatan perubatan, hubungi 995 untuk SCDF.



BAB 4

KECEMASAN SEMASA PEPERANGAN

- 64 Catuan dan derma darah
- 66 Sistem Amaran Awam (PWS)
- 67 Tempat perlindungan
- 72 Langkah-langkah defensif

63

Apabila bencana menimpa, kehidupan seharian kita akan terganggu dan barangan serta perkhidmatan penting mungkin sukar diperolehi. Apabila ia berlaku, prosedur kecemasan akan dikuatkuasakan bagi membantu anda mendapatkan bekalan asas supaya kehidupan dapat diteruskan seperti biasa. Walau bagaimanapun, peluang anda untuk terus hidup boleh terjejas sekiranya anda tidak biasa dengan prosedur keselamatan. Ambillah peluang mempelajari prosedur ini secara praktikal apabila SCDF dan agensi kerajaan lain menjalankan Latihan Kecemasan di kawasan anda.





Catuan Dan Pendermaan Darah

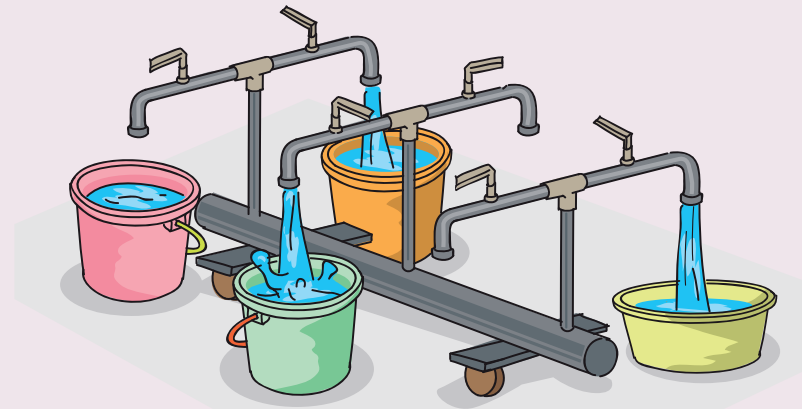
CATUAN AIR

Apabila bekalan air terganggu, tempat pengagihan akan didirikan di tempat berdekatan dengan kediaman anda. Anda perlu membawa bekas sendiri (contohnya baldi dan botol) ke tempat pengagihan berhampiran dan mengambil air dengan cara yang teratur

CATUAN MAKANAN DAN MINYAK

Dapatkan dan gunakan kupon-kupon catuan makanan dan minyak:

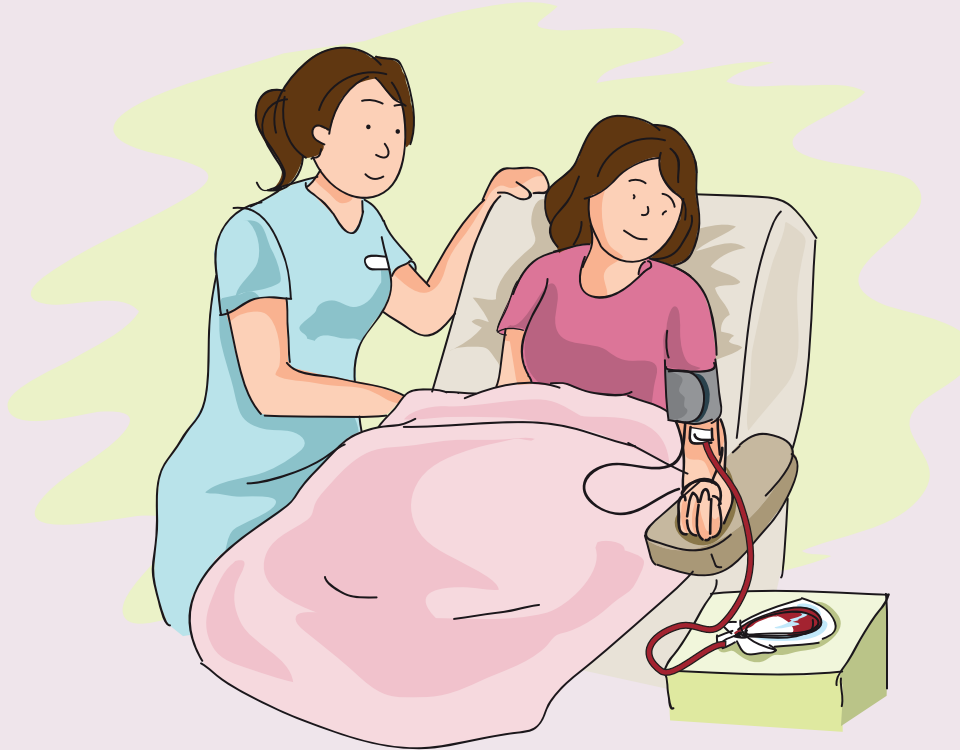
- 1 Terlebih dahulu anda akan menerima Notis Pendaftaran (untuk kupon makanan) dan jika bersesuaian, Kad Pengenalan (untuk kupon minyak).
- 2 Bawa Notis Pendaftaran atau kad Pemberitahuan dan dokumen pengenalan keluarga anda (contohnya Kad Pengenalan atau sijil-sijil kelahiran) ke pusat yang ditentukan untuk mengambil kupon.
- 3 Gunakan kupon tersebut untuk membeli barangan makanan atau minyak yang dicatu daripada peruncit-peruncit berlesen. Sebelum menggunakan kupon makanan, anda perlu mengisi nama dan nombor Kad Pengenalan seluruh ahli keluarga anda pada setiap kupon.





PENDERMAAN DARAH

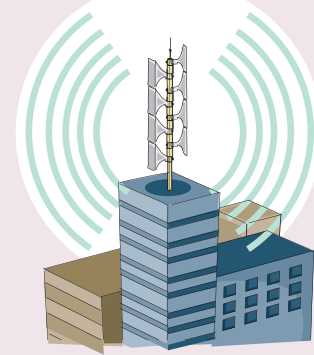
Darah adalah amat penting untuk merawat pelbagai penyakit dan kecederaan, dan permintaannya dijangka meningkat dengan mendadak semasa waktu peperangan. Oleh itu, kami menggalakkan anda untuk menderma darah sekiranya mampu. Apabila anda mendengar rayuan untuk menderma darah semasa peperangan, bawa Kad Pengenalan anda ke pusat menderma darah terdekat untuk pendaftaran dan seorang profesional perubatan akan melayan anda.





Sistem Amaran Awam

Sistem Amaran Awam (PWS) ialah satu rangkaian siren yang diletakkan oleh SCDF di tempat-tempat strategik seluruh Singapura untuk memperingatkan orang awam tentang ancaman-ancaman yang boleh membahayakan nyawa dan harta benda. PWS akan digunakan untuk mengingatkan orang awam mengenai serangan ketenteraan dan malapetaka, sama ada semula jadi atau buatan manusia. Semasa masa aman, PWS juga mungkin boleh dibunyikan semasa ancaman kimia toksik perindustrian yang mungkin akan menjejaskan sebahagian penduduk.



Rajah di bawah menunjukkan isyarat-isyarat berbeza dan apa yang perlu dilakukan apabila mendengarnya.

ISYARAT	BAGAIMANA BUNYINYA	SITUASI	APA YANG PERLU ANDA BUAT
Isyarat "kecemasan"	Semboyan Melaung	Terdapat serangan udara atau bahaya menghampiri	Pindah ke tempat perlindungan Pertahanan Awam segera
Isyarat "aman"	Semboyan Berpanjangan	Ancaman sudah berakhir	Tinggalkan tempat perlindungan dengan cara teratur
Isyarat Maklumat Penting	Semboyan Bergetar	Siaran "Mesej Penting" akan disiarkan melalui stesen radio dan TV saluran percuma tempatan	Ikuti siaran stesen radio FM atau stesen TV saluran percuma tempatan dengan segera

NOTA:

- Kami sangat menggalakkan anda untuk mendengar rakaman audio pelbagai isyarat PWS dengan log masuk ke www.scdf.gov.sg di bahagian 'Civil Defence Shelter' > 'Public Warning System'
- Isyarat "Maklumat Penting" biasanya kedengaran pada 15hb Februari (sempena pemerhatian Hari Pertahanan Mutlak) dan 15hb September setiap tahun. Apabila anda mendengar isyarat berkenaan, sila ikuti siaran stesen-stesen radio FM tempatan atau stesen TV saluran percuma untuk mesej penting dari SCDF.

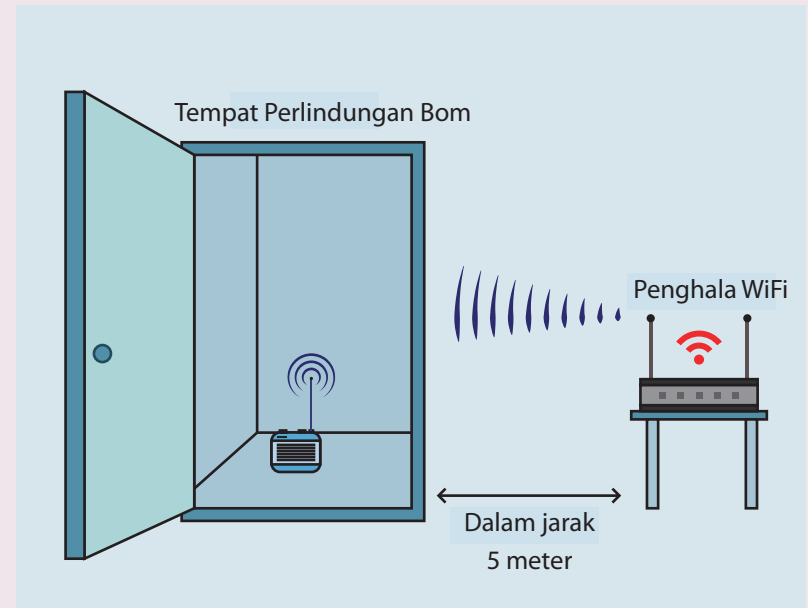


TEMPAT PERLINDUNGAN KELUARGA DAN BERTINGKAT

Tempat perlindungan rumah dan tingkat adalah bentuk perlindungan utama penduduk awam semasa Kecemasan Masa Perang.

Tempat perlindungan keluarga merujuk kepada unit-unit kediaman masing-masing, contohnya rumah-rumah pangsa HDB, manakala Tempat Perlindungan Bertingkat ialah versi lebih besar dan ianya ditempatkan di satu kawasan umum pada setiap tingkat. Dalam beberapa pembangunan kediaman, tangga keluar tertutup direka untuk bertindak sebagai Tempat Perlindungan Tingkat tersebut. Semasa kecemasan waktu peperangan, SCDF akan memaklumkan penduduk-penduduk untuk menyediakan Pusat Perlindungan Keluarga untuk didiami dengan:

- 1 Menanggalkan semua lengkapan dan rak sementara di dalam tempat perlindungan.
- 2 Menutup semua bekalan gas dan air sebelum menuju ke tempat perlindungan.
- 3 Melengkapkan tempat perlindungan dengan radio
- 4 Memindahkan penghala WiFi anda sedekat mungkin dalam jarak 5 meter (hanya untuk Tempat Perlindungan Isi Rumah)





LUBANG-LUBANG PENGUDARAAN

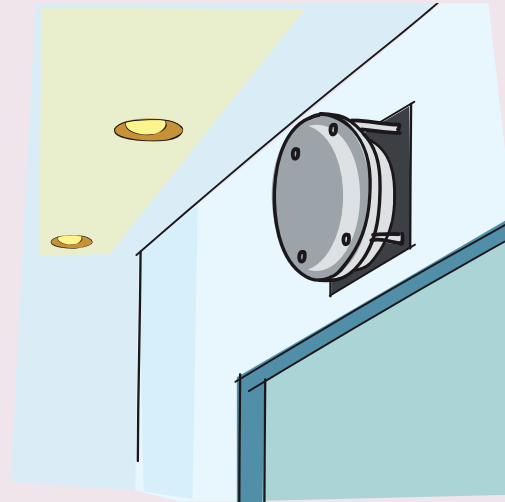
Selain daripada lampu dan soket yang disediakan di Pusat Perlindungan Keluarga dan Bertingkat, terdapat dua lubang pengudaraan pada dindingnya.

SEMASA WAKTU AMAN

Biarkan sekurang-kurangnya 25% daripada lubang pengudaraan terbuka sekiranya terdapat seseorang terperangkap di dalam tempat perlindungan (bukan untuk tempat perlindungan di tangga).

SEMASA KECEMASAN WAKTU PEPERANGAN

- Menggunakan perkakas-perkakas rumah, tutup lubang-lubang pengudaraan dengan ketat menggunakan kepingan keluli yang disediakan bagi memastikan tempat perlindungan kedap udara; ini akan melindungi anda sekeluarga daripada menghidu udara yang tercemar dari luar
- Dengan kedua-dua lubang pengudaraan ditutup ketat, anda boleh berlindung di dalam tempat perlindungan untuk beberapa jam bergantung kepada faktor-faktor seperti bilangan penghuni serta umur, jantina dan keadaan fizikal mereka
- Sekiranya terdapat keperluan untuk memanjangkan tempoh tinggal atau menampung lebih ramai orang di dalam tempat perlindungan, SCDF akan memaklumkan kepada anda untuk melekapkan peralatan yang ditentukan kepada lubang bagi meningkatkan pengudaraan





LANGKAH-LANGKAH YANG BOLEH DIAMBIL DI RUMAH BILA ANDA MENDENGAR ISYARAKAT 'KECEMASAN'

1

Matikan semua bekalan gas dan air sebelum menuju ke Tempat Perlindungan.

2

Bawa radio, telefon bimbit/peranti anda*, Beg Persediaan dan barang-barang seperti air dan makanan untuk masa tinggal anda di tempat perlindungan. Beg Persediaan harus disediakan terlebih dahulu.

3

Bergerak dengan pantas dan dengan tenang ke dalam pusat perlindungan dan tutup pintu.

4

Jauhi dari pintu dan dinding tempat perlindungan dan jangan bersandar.

5

Dengar saluran radio atau TV tempatan pecuma menggunakan set radio atau telefon bimbit/peranti untuk mesej penting yang dikeluarkan oleh SCDF; anda boleh meninggalkan tempat perlindungan setelah isyarat PWS "Aman" dibunyikan (ms. 65).



*Untuk telefon bimbit/peranti dengan penerimaan WiFi dan/atau rangkaian mudah alih.



TEMPAT PERLINDUNGAN AWAM

Tempat Perlindungan Awam dibina di tempat-tempat seperti stesen MRT, di kolong blok HDB, sekolah, pusat komuniti dan bangunan kerajaan. Untuk mengenal pasti pusat perlindungan awam, cari tanda tempat perlindungan Pertahanan Awam. Lokasi tempat perlindungan awam boleh didapati di www.onemap.sg bawah kategori "Safety and Security" (Tempat Perlindungan Pertahanan Awam).



APBILA ANDA TIADA DI RUMAH DAN MENDENGAR ISYARAT "KECEMASAN" SEJURUS BERADA DI DALAM TEMPAT PERLINDUNGAN AWAM

1

Bergerak dengan pantas ke arah Tempat Perlindungan Awam yang terdekat tetapi jangan berasak-asak; sekiranya anda berada di dalam kenderaan, hentikan kereta di tepi jalan, kunci dan tuju ke tempat perlindungan berhampiran.

2

Jika anda tidak dapat mencari Tempat Perlindungan dalam masa beberapa minit selepas isyarat "Kecemasan" kedengaran, anda boleh mencari perlindungan di dalam terowong, laluan bawah, tingkat bawah tanah, parit, salir pembentung dan longkang terbuka.

3

Ikuti arahan-arahan yang diberikan oleh kakitangan SCDF.

4

Jika anda bersama keluarga, bergerak sebagai satu unit untuk mengelakkan kebimbangan dan membantu kanak-kanak serta golongan yang kurang upaya dan warga tua.

5

Jangan membawa barangan yang besar dan mudah terbakar ke dalam tempat perlindungan.





MENINGGALKAN TEMPAT PERLINDUNGAN AWAM

1

Masuk menuju ke tengah tempat perlindungan dan jangan menghalang pintu masuk dan laluan.

2

Duduk bersama sebagai satu kumpulan dan jangan ke sana sini.

3

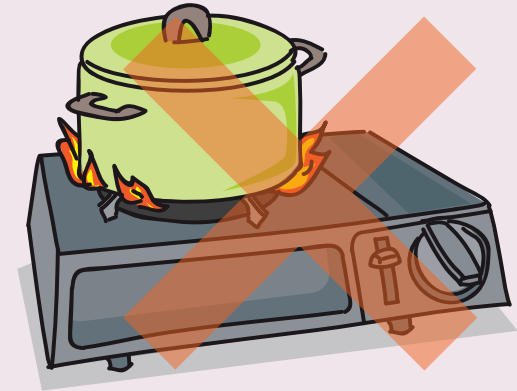
Jangan menyalakan api untuk memasak.

4

Berdiam diri dan dengar pengumuman radio dan televisyen yang dilakukan oleh SCDF.

5

Beritahu kakitangan SCDF jika anda berhadapan dengan sebarang masalah.



1

Tinggalkan tempat perlindungan hanya apabila diarahkan oleh pihak berkuasa.

2

Bergerak sebagai satu keluarga.

3

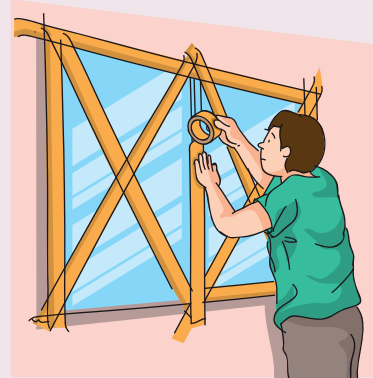
Bersabar; jangan bertolakan dan tergesa-gesa.



MENGELAKKAN KEROSAKAN

Walaupun kita tidak boleh menghalang penggunaan senjata-senjata (contohnya bom dan pelancar lain) yang mengakibatkan kerosakan semasa waktu peperangan, terdapat langkah-langkah yang boleh kita ambil untuk mengurangkan kerosakan terhadap harta benda, seperti:

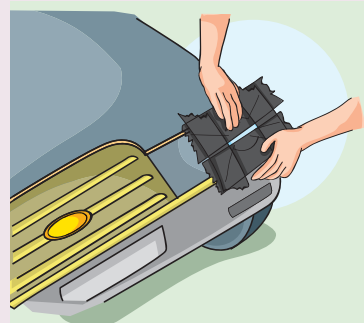
- Memperkuat semua permukaan kaca dengan pelekat bagi mengurangkan kemusnahan
- Menanggalkan semua objek yang tergantung di dinding dan yang terdapat di balkoni dan tingkap



JIKA TERDAPAT ANCAMAN SERANGAN UDARA ATAU PENEMBAKAN

Walaupun tindakan memadamkan lampu secara keseluruhan tidak boleh mencegah musuh daripada serangan udara atau menembak, ia boleh mengurangkan keupayaan musuh untuk mengenal pasti sasaran-sasarannya. Langkah-langkah yang patut diambil termasuk:

- Memadamkan semua lampu-lampu di bahagian luar
- Menutup semua tingkap dan pintu dengan langsir supaya cahaya tidak kelihatan dari luar
- Menutupi lampu kenderaan dengan pita hitam dan hanya meninggalkan sebahagian kecil sahaja terdedah



BAB 5

PENGGANASAN

- 74 Ancaman kimia
- 77 Ancaman biologi
- 80 Anthrax
- 81 Ancaman bom
- 84 Sekiranya letupan berlaku
- 85 Pemindahan dari kawasan letupan
- 86 Ancaman bom kotor
- 88 Perlindungan dalaman
- 90 Prosedur dekontaminasi
- 91 Keselamatan pengangkutan awam
- 92 SGSecure

73

Ekoran peristiwa serangan 11 September, kemungkinan peranti CBRE (Kimia, Biologi, Radiologi dan Bahan Letupan) digunakan dalam serangan pengganas terhadap orang awam yang tidak bersalah menjadi kebimbangan semua. Oleh itu, memahami dan mengetahui bentuk tindakan yang perlu diambil adalah penting dalam perjuangan kita menentang pengganasan.





Serangan agen kimia ialah pembebasan bahan-bahan kimia berbahaya yang sengaja dilepaskan untuk membunuh, mencederakan dengan serius dan melumpuhkan orang ramai. Banyak agen-agen kimia boleh disebarkan dalam serangan melalui alat letupan yang diubahsuai, alat-alat semburan, senjata ketenteraan dan juga cara-cara yang lain. Agen sedemikian termasuk agen saraf, pelepuhan, darah dan mencekik.

TANDA-TANDA KEMUNGKINAN TERJADINYA SERANGAN AGEN KIMIA

- Terdapat ramai orang di dalam kawasan yang sama mempamerkan gejala-gejala seperti:
 - Mata berair atau penglihatan kabur
 - Sakit kepala dan kepeningan
 - Sukar bernafas
 - Kekeringan tekak, batuk atau kerengsaan melampau kepada saluran pernafasan
 - Rasa mual atau muntah
 - Peliuran
 - Kesusakan dada
 - Kemerahan pada kulit serta kesakitan yang teruk dan pembentukan lepuh apabila tersentuh bahan
 - Renggutan otot, sawan dan kekejangan
 - Sifat tidak bertarak (Ketidakupayaan untuk mengawal pembuangan najis atau air kencing)
 - Ketidaksadaran
- Tiga atau lebih orang rebah tanpa sebarang sebab
- Banyak burung dan binatang kecil mati atau sakit di kawasan terlibat





SEKIRANYA BERLAKU SERANGAN AGEN KIMIA

- Jika boleh, tentukan dengan cepat kawasan yang terjejas atau dari mana datangnya pembebasan kimia
- Jika serangan berlaku di dalam bangunan, tutup mulut dan hidung anda dengan kain lembap (contohnya tuala basah) dan mengosongkan bangunan dengan segera tanpa melalui kawasan yang tercemar
- Jika serangan berlaku di luar dan anda terdedah kepadanya, tutup mulut dan hidung anda dengan sehelai kain dan beredar dari kawasan terlibat
- Cari perlindungan secepat mungkin dan melaksanakan prosedur Perlindungan Dalam (ms 88); jangan berjalan ke arah angin kerana ia boleh mengandungi kimia-kimia berbahaya.
- Jika anda berada di dalam kenderaan, memandu pergi dari kawasan yang terjejas, tuju ke rumah, pejabat atau bangunan awam dengan segera sekiranya berdekatan; jika tidak, lakukan Perlindungan Dalam di kenderaan anda (ms 89).
- Jangan meninggalkan tempat perlindungan untuk membantu orang lain sehingga pihak berkuasa mengatakan ia adalah selamat berbuat demikian





SEKIRANYA ANDA TELAH TERDEDIAH KEPADA AGEN KIMIA

Jika anda mengalami gejala luar biasa seperti yang disenaraikan pada ms 74, anda mungkin telah terdedah kepada agen kimia. Anda harus tunggu untuk didekontaminasikan oleh SCDF (ms 90). Jika tidak berkemungkinan:



1

Cari sumber air yang terdekat.

2

Tanggal dan potong pakaian tercemar dengan segera. Jika berkemungkinan, jangan tanggalkan pakaian yang tercemar melalui kepala dengan segera untuk mengelakkan terkena mata, hidung dan mulut. Ikatkan pakaian tercemar itu di dalam sebuah beg, jika ada, untuk pelupusan yang betul seperti diarahkan oleh pihak berkuasa.

3

Bilas diri anda dengan teliti; gunakan sabun jika ada.

4

Jika boleh cari bantuan perubatan dengan segera.

5

Hubungi 995 untuk SCDF, beritahu kepada mereka bahawa anda mungkin telah terdedah dengan agen kimia serta lokasi anda.

6

Bertenang dan tunggu bantuan dari SCDF.

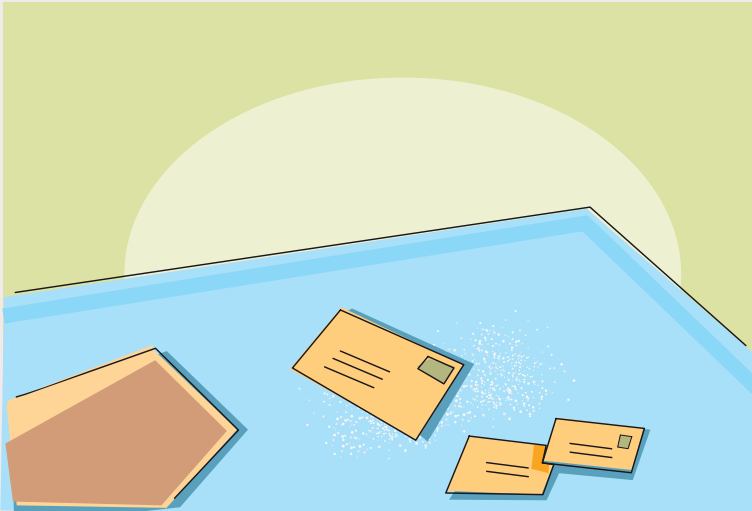
Prosedur dekontaminasi yang disebutkan di atas juga berlaku untuk pendedahan kepada Bahan Kimia Industri Beracun (TIC) sekiranya berlaku pelepasan secara tidak sengaja.

SEKIRANYA ANDA MENGESYAKI YANG SESEORANG ITU TELAH TERDEDIAH KEPADA AGEN KIMIA

- Jangan cuba untuk memberikan pertolongan kepada orang yang terlibat; anda boleh terjejas oleh kimia tersebut dan turut menjadi seorang mangsa
- Beredar dari kawasan terlibat dan hubungi 995 untuk SCDF



Serangan agen biologi ialah pembebasan agen-agen biologi yang sengaja dilepaskan dalam bentuk mikro-organisma hidup dan toksin-toksin biologi untuk membunuh atau melumpuhkan orang ramai. Agen sedemikian boleh dilepaskan ke dalam persekitaran oleh penyembur aerosol, makanan dan air serta pembawa jangkitan seperti nyamuk dan tikus. Terdapat beberapa agen biologi yang berjangkit (contohnya cacar).



TANDA-TANDA KEMUNGKINAN TERJADINYA SERANGAN AGEN BIOLOGI

Serangan agen biologi tidak segera ditunjukkan dengan jelas kerana terdapat tempoh inkubasi di mana kesan-kesan agen tidak dapat dilihat. Anda perlu mengenal pasti:

- Bahan-bahan berserbuk atau bahan-bahan seperti gel yang luar biasa dan barang-barang yang mencurigakan
- Laporan mengenai trend penyakit-penyakit luar biasa di dalam komuniti
- Bertubi-tubi orang sakit tanpa penjelasan yang mendapatkan rawatan perubatan



SEKIRANYA BERLAKU SERANGAN AGEN BIOLOGI

Disebabkan kesan-kesan terpendam agen-agen biologi, ia mengambil masa untuk mengenal pasti dan mengesahkan serangannya. Akibatnya, pegawai-pegawai kesihatan awam tidak dapat menyediakan maklumat ke atas tindakan segera yang perlu diambil bagi menentang serangan agen biologi. Anda disarankan mengambil langkah berjaga-jaga seperti berikut:

- Mengamalkan kebersihan diri dan kebersihan yang baik untuk mengelakkan penyebaran kuman-kuman
- Memantau berita dengan teliti untuk maklumat lanjut mengenai gejala-gejala agen biologi dan di mana untuk mendapatkan bantuan perubatan kecemasan sekiranya anda terjejas
- Jangan mengandaikan sebarang penyakit atau gejala-gejala yang didapati sebagai kecemasan biologi kerana terdapat banyak penyakit biasa yang mempunyai gejala-gejala yang sama; anda dinasihatkan mendapatkan nasihat perubatan jika kurang pasti





JIKA ANDA TELAH TERDEDAH KEPADA AGEN BIOLOGI

- Anda mungkin tidak mengalami mana-mana gejala dengan jelas, tetapi anda harus mengenal pasti segera di mana biologi yang disyaki dilepaskan, jika boleh, dan beredar dengan serta merta
- Tutup hidung dan mulut anda dengan sehelai kain lembap semasa beredar dari punca kawasan
- Jika anda berada di dalam bangunan, maklumkan kepada pengurusan bangunan dan hubungi 999 atau 995 untuk melaporkan bahawa anda telah terdedah kepada agen biologi yang disyaki; tinggalkan nombor telefon sekiranya perlu untuk menghubungi anda
- Secepat mungkin, mandi dengan teliti menggunakan air dan sabun dan tukarkan kepada pakaian bersih; ikatkan pakaian yang tercemar ke dalam beg untuk dilupuskan dengan betul seperti mana yang diarahkan oleh pihak berkuasa
- Jika anda atau ahli keluarga anda jatuh sakit, dapatkan nasihat perubatan di hospital yang dipilih oleh pihak berkuasa



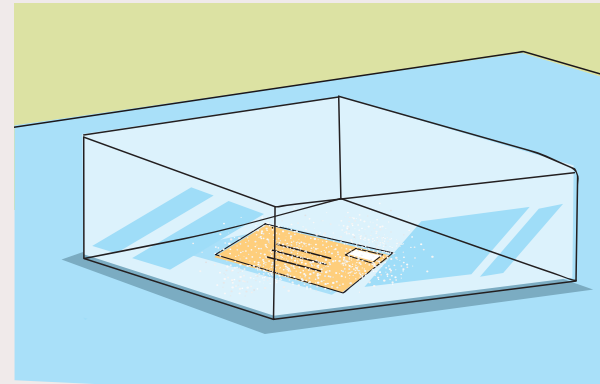
JIKA ANDA FIKIR SESEORANG ITU TELAH TERDEDAH KEPADA AGEN BIOLOGI

- Anda boleh membantu mangsa jika anda mempunyai perlindungan pernafasan yang mencukupi (contohnya topeng N-95). Jika sebaliknya, jauhi daripada orang terbabit dan elakkan sentuhan secara langsung
- Hubungi 995 untuk bantuan daripada SCDF atau 999 untuk Polis

Anthrax ialah satu penyakit yang disebabkan oleh bakteria dan ianya dalam bentuk serbuk. Walaupun tidak berjangkit, ia memberikan ancaman kepada keselamatan awam. Di Singapura, SCDF, Polis, Kementerian Kesihatan dan Pos Singapura telah mengambil langkah berjaga-jaga untuk menangani ancaman ini.

SEKIRANYA ANDA MENGESYAKI BAHAWA SEBUAH ARTIKEL MENGANDUNGI ANTHRAX

- Hubungi 995 atau 999 untuk bantuan daripada SCDF atau Polis; maklumkan kepada kakitangan dan/atau pengurusan keselamatan jika anda berada di dalam bangunan
- Jangan memegang artikel secara langsung, menghidu atau mendedahkan kandungannya, atau mencuba untuk membersihkan kandungan yang tertumpah, jika ada
- Jika artikel telah dibuka, tutup kandungan yang terdedah atau tertumpah dengan penutup plastik, kain, kertas atau tong sampah dengan segera; jangan mengalihkan penutup tersebut sehingga pihak berkuasa sampai
- Tutup semua unit kipas dan pengudaraan di dalam kawasan yang terlibat
- Tinggalkan bilik dan tutup pintu atau menyekat kawasan tersebut untuk menghalang daripada dimasuki
- Pergi ke tandas atau tempat membasuh dan basuh tangan dan mana-mana kulit yang terdedah dengan sabun dan air
- Sediakan senarai nama dan nombor telefon semua orang yang berada di sekitar artikel yang mencurigakan dan serahkannya kepada Polis untuk siasatan lanjut
- Secepat mungkin, buang semua pakaian (lihat ms 76, Langkah 2) mandi dengan teliti menggunakan sabun dan air serta tukarkan pakaian baru; jangan menggunakan peluntur atau bahan disinfektan yang kuat pada kulit anda
- Pakaian yang mungkin terdedah kepada anthrax perlu diikat ke dalam sebuah beg plastik dan dilupuskan dengan betul menurut garis panduan yang diberikan oleh pihak berkuasa





JIKA ANDA MELIHAT ARTIKEL YANG MENCURIGAKAN ATAU BOM YANG BELUM DILETUPKAN

1

Hubungi 999 dengan segera dan laporkannya kepada Polis; sediakan butiran seperti bentuk, saiz, warna dan lokasi bom yang disyaki.

2

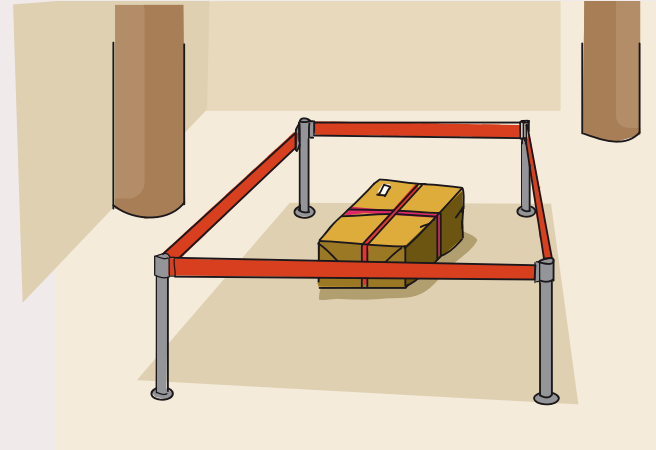
Jangan menyentuh atau mengalih bom yang disyaki.

3

Jauhi daripadanya dan memperingatkan orang di kawasan itu untuk jauhi daripada bom yang disyaki.

4

Untuk prosedur pemindahan, rujuk ms 85.





JIKA ANDA MENERIMA ANCAMAN BOM MELALUI TELEFON

1

Jangan cemas, dan jika boleh, berikan isyarat kepada seseorang berdekatan untuk membuat laporan Polis dan seseorang lagi untuk memberitahu kakitangan/pengurusan bangunan secepat mungkin.

2

Biarkan pemanggil berbual selama yang mungkin untuk melengahkan masa dan catatkan perkataan tepat yang digunakannya dalam ancaman.

3

Cuba dapatkan dari pemanggil:

- Bilakah bom itu akan meletup
- Di manakah bom itu diletakkan
- Apakah jenis dan bagaimanakah rupa bom itu
- Apakah yang mencetuskan bom untuk meletup
- Jika dia meletakkan bom sendiri dan mengapa
- Apakah pesanan yang cuba disampaikan dan kepada siapa
- Nama dan lokasi terkini

4

Perhatikan bagaimana suara pemanggil, contohnya:

- Ciri-ciri suara pemanggil, contohnya sama ada suara lelaki, wanita atau kanak-kanak, umur yang berkemungkinan dan lain-lain
- Bahasa dan loghat yang digunakan
- Artikulasi, contohnya pemanggil bertutur dengan lancar atau gagap
- Nada suara, contohnya emosional, marah atau tenang
- Bunyi bising di belakang seperti bunyi trafik, muzik, pengumuman dan lain-lain

5

Jangan menimbulkan kemarahan atau menghina pemanggil dalam apa cara sekalipun

6

Jangan menyebarkan khabar angin.

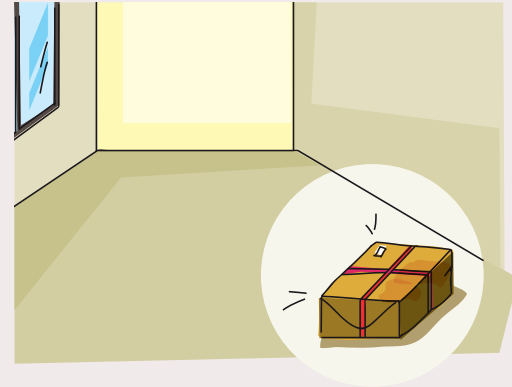


JIKA ANDA MENERIMA SURAT ATAU BUNGKUSAN YANG MENCURIGAKAN

1

Prihatin terhadap penunjuk-penunjuk di bawah ini dan ambil sikap berjaga-jaga dan berwaspada sekiranya bungkusan mempunyai:

- Bayaran pos berlebihan berbanding beratnya
- Terlalu banyak ikatan tali dan pita pelekat digunakan
- Bentuk, saiz yang ganjil dan berasa tegar
- Kesan-kesan minyak atau kelunturan pada bahan pembungkus
- Bau luar biasa yang berbau seperti badam
- Kandungan berlogam dimana guncangan secara perlahan artikel tersebut akan menghasilkan bunyi metalik
- Wayar atau kerajang aluminum melekat di luar artikel
- Tulisan tangan yang tidak dikenali
- Hanya nama penerima padanya atau tanda pembatas seperti "Peribadi", "Rahsia" dan "Untuk dibuka oleh penerima sahaja"



2

Jangan cuba membuka surat atau bungkusan jika anda mengesyaki ia mengandungi bahan letupan; kebanyakan bom direka untuk meletup apabila bungkusan luar dikoyakkan atau dipotong dan dibuka.

3

Jika anda tidak pasti asalnya dan anda ada sebab mengesyakinya sebutir bom, laporkan kepada pihak Polis secepat mungkin.

4

Letakkan surat atau bungkusan bom yang disyaki di sudut bilik jauh dari tingkap.

5

Kosongkan bilik dan bangunan jika perlu, sementara itu biarkan semua pintu dan tingkap terbuka bagi mengurangkan kesan-kesan taburan kaca jika bom meletup.

6

Maklumkan kepada pihak pengurusan bangunan dan kakitangan keselamatan, berikan butiran jelas tentang lokasi surat atau bungkusan bom.

7

Nantikan arahan lanjut daripada pihak berkuasa.



Sekiranya Letupan Berlaku

JIKA ANDA TERCEDERA:

1

Jangan menggunakan telefon bimbit anda untuk memanggil bantuan kerana ia boleh mencetuskan letupan yang kedua.

2

Jika anda mampu berpindah, beredar dari kawasan terlibat. Jika anda terperangkap, rujuk ms 61.

3

Jangan terlalu banyak bergerak kerana anda mungkin memburukkan kecederaan anda.



Jangan menggunakan telefon bimbit anda berhampiran dengan kawasan letupan atau ancaman bom.

- Jika anda tidak berada di dalam kawasan terlibat, jauhi dari tapak letupan dan jangan menghubungi 995 atau 999 melainkan anda berhadapan dengan kecemasan; ikuti perkembangan terkini melalui radio atau televisyen
- Selepas berlakunya letupan, berhati-hati terhadap bahaya letupan selepas itu seperti:
 - Struktur-struktur, dinding, galang, tiang yang rosak dan kepingan-kepingan tergantung
 - Lubang-lubang dalam tanah
 - Serpihan tajam dan kaca pecah
 - Asap, kebakaran dan wasap toksik
 - Kebocoran air dan gas disebabkan kerosakan paip utiliti dan terdedah kepada kabel-kabel elektrik hidup
 - Alat-alat bom sekunder yang berpotensi
- Memastikan keselamatan sendiri sebelum membantu yang lain
- Jika keselamatan mengizinkan dan anda adalah pembantu pertolongan kecemasan terlatih, rawat mangsa di mana mereka berada sehingga ketibaan penggerak balas kecemasan
- Jika anda bukannya terlatih dalam pertolongan cemas, beredar dari kawasan berbahaya; perhatikan lokasi-lokasi mangsa yang cedera parah dan maklumkan kepada para penyelamat untuk merawatnya

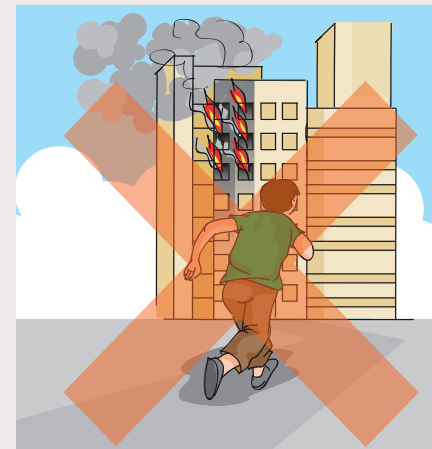


Pemindahan Dari Kawasan Letupan

- Bertenang dan jangan cemas
- Bawa keperluan asas sahaja dan berpindah dengan cara teratur
- Jangan menggunakan lif kerana ia mungkin rosak; gunakan tangga tetapi jangan biarkan pintu terbuka kerana ia akan membenarkan lebih banyak asap memasuki tangga
- Jangan berlari; berjalan dengan cepat dan bantu orang yang kurang upaya, kanak-kanak dan warga tua di sepanjang perjalanan itu
- Biarkan jalan dan lorong pejalan kaki kosong untuk kenderaan-kenderaan kecemasan dan para penyelamat ketika keluar mencari mereka
- Jangan menggunakan telefon bimbit, radio atau peralatan elektronik di tapak pengeboman kerana ianya mungkin mencetuskan letupan tahap kedua
- Dengan secepat mungkin, biarkan orang yang dikasihi tahu bahawa anda selamat
- Jangan menyebarkan khabar angin mengenai keadaan itu
- Jangan memasuki bangunan yang strukturnya telah rosak oleh letupan
- Tinggalkan kawasan tersebut dan bersurai secepat mungkin sekiranya berlaku serangan susulan; sekiranya serangan berlaku di tempat kerja, anda boleh menerokai cara-cara alternatif dengan mengambil kira kakitangan, rakan sekerja, penyewa dan pelanggan anda



Jangan menghalang jalan-jalan dan lorong pejalan kaki ketika berpindah. Berikan laluan kepada kenderaan kecemasan dan para penyelamat.



Jangan memasuki bangunan yang telah terjejas oleh letupan.



Bom kotor menggunakan bahan letupan konvensional yang dimasukkan bersama bahan-bahan radioaktif. Apabila diletupkan, bahan-bahan radioaktif berbahaya akan berselerakan ke dalam udara, menyebabkan pencemaran radiologi ke atas kawasan yang luas.

KESAN-KESAN RADIASI

Bergantung kepada takat pendedahan terhadap radiasi, kesan-kesan boleh dikategorikan daripada tiada sebarang kesakitan hingga kesakitan radiasi seperti rasa loya, muntah, keradangan di bahagian terdedah dan kulit terbakar. Dalam sesetengah kes, mereka yang terdedah kepada radiasi boleh menyebabkan pertumbuhan sel kanser yang tidak ketara sehingga beberapa tahun kemudian.

TANDA-TANDA KEMUNGKINAN SERANGAN BOM KOTOR

- Rupa dan letupan bom ini kelihatan dan kedengaran sama seperti letupan konvensional; dan mangsa-mangsa letupan sedemikian berkemungkinan mengalami kecederaan letupan termasuk kebakaran dan luka-luka serpihan
- Peralatan khas diperlukan untuk mengesan kehadiran bahan radioaktif dalam serangan bom ini; sebaliknya, ia adalah hampir mustahil untuk membezakannya dengan letupan bom konvensional





SEKIRANYA BERLAKU SERANGAN BOM KOTOR

- Jika anda berada di luar dan letupan/radiasi berlaku berdekatan:
 - Tutup mulut dan hidung anda dengan tuala lembap dan jauhi dari tempat berbahaya
 - Cari tempat perlindungan secepat mungkin dan jangan berjalan ke arah angin kerana ia boleh membawa zarah-zarah radioaktif
- Jika anda berada di dalam rumah dan letupan/radiasi berlaku berhampiran dengan bangunan:
 - Periksa dinding dan unsur-unsur bangunan untuk sebarang kerosakan
 - Jika kawasan anda tidak mengalami kerosakan, tunggu, tutup semua tingkap dan pintu dan padamkan alat hawa dingin dan sistem pengalihan udara yang lain.
 - Jika tidak pasti, pindah dari bangunan yang rosak dengan cara yang sama sebagaimana anda berada di luar (lihat di atas)
- Jika terdapat letupan/radiasi di dalam bangunan anda:
 - Tutup mulut dan hidung anda dengan sehelai kain lembap dan tinggalkan bangunan dengan segera
 - Jika anda telah terdedah, nantikan untuk didekontaminasi oleh kakitangan SCDF. Sebaliknya, beredar dari kawasan berbahaya dan elakkan berjalan ke arah angin
- Ikuti siaran saluran percuma radio tempatan atau saluran televisyen untuk nasihat daripada pihak berkuasa di mana anda boleh melaporkan diri untuk pemantauan radiasi dan ujian lain bagi menentukan sekiranya anda telah terdedah kepada radiasi; anda juga akan turut diberikan nasihat mengenai langkah-langkah menjaga kesihatan



Selepas berlakunya letupan berdekatan, periksa sebarang kerosakan pada dinding dan elemen bangunan.



Prosedur Perlindungan Dalam

Anda dikehendaki mematuhi Perlindungan Dalam (IPP) apabila bahan-bahan berbahaya dilepaskan ke dalam persekitaran dengan sengaja atau sebaliknya. IPP digunakan untuk mengurangkan penyerapan bahan berbahaya ke dalam tempat kediaman, sekolah atau tempat kerja anda. Jika anda berada di luar semasa bahan berbahaya dibebaskan, dapatkan perlindungan dan laksanakan IPP dengan segera.

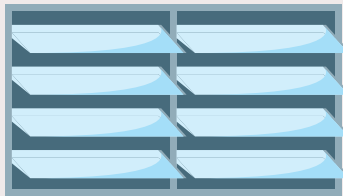
PROSEDUR IPP DI RUMAH

Apabila arahan diberikan oleh pihak berkuasa untuk menjalankan prosedur Perlindungan Dalam (IPP) melalui isyarat "Mesej Penting" yang dibunyikan menggunakan siren Sistem Amaran Awam (PWS), dan siaran "Mesej Penting" melalui saluran percuma stesen TV dan radio Mediacorp, lakukan langkah-langkah berikut:

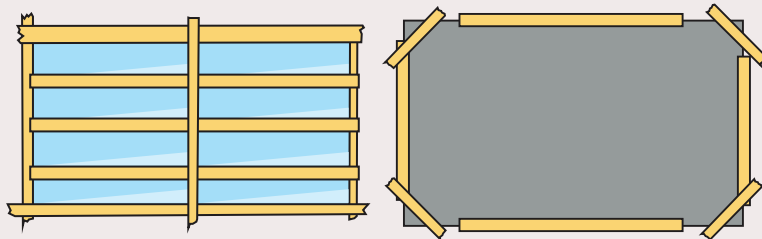
1

MASUK

- Masuk ke dalam rumah dengan segera;
- Tutup semua pintu dan tingkap, termasuk tirai dan langsir; dan
- Padamkan semua unit pengalihan udara dan alat hawa dingin.



Tingkap Louver



Contoh bagaimana tingkap louver boleh ditutup. Proses menampal dapat dilakukan dengan menggunakan barang-barang biasa yang terdapat di rumah seperti pakaian/ tuala atau pita pelekat.

2

DUDUK DI DALAM

- Ambil telefon bimbit anda, beberapa helai kain/tuala besar dan pita pelekat;
- Pilih bilik yang tidak banyak tingkap/ bukaan ke bahagian luar;
- Gunakan kain/tuala untuk tutup celah antara pintu dan lantai;
- Tutup semua tingkap di dalam bilik; dan
- Sekiranya terdapat tingkap louver (atau bukaan dengan reka bentuk yang serupa), tutup jarak dengan barang-barang biasa yang terdapat di rumah seperti kain/tuala atau pita pelekat.

3

DENGARKAN

- Ikuti saluran percuma stesen TV dan radio MediaCorp atau platform media sosial SCDF untuk maklumat terkini tentang keadaan berkenaan dan/atau tunggu arahan selanjutnya dari pihak berkuasa; dan
- Tinggalkan bilik hanya apabila diarahkan oleh pihak berkuasa.

Nota: Sebagai peraturan, prosedur IPP dijangka akan diamalkan selama setengah hari. Walau bagaimanapun, jangka masa ini mungkin berbeza bergantung pada kejadian.



PROSEDUR IPP DALAM SEKOLAH DAN TEMPAT KERJA

Sekiranya anak-anak anda bersekolah, mereka akan terlindung. Sekolah yang berada di kawasan yang terjejas akan diberitahu untuk menjalankan prosedur IPP. Kecuali diperintahkan oleh pihak berkuasa, jangan pergi ke sekolah untuk bawa anak-anak anda pulang. Membawa mereka pulang akan membahayakan anda semua.

Untuk tempat kerja, perancangan awal oleh pengurusan bangunan adalah penting dalam memastikan koordinasi yang baik dan pelaksanaan prosedur IPP dengan cepat. Panduan untuk menyediakan IPP untuk bangunan bukan kediaman boleh didapati di www.scdf.gov.sg di bahagian "Fire Safety->Downloads->Acts, Codes & Regulations->Others"

PROSEDUR IPP DALAM KENDERAAN ANDA

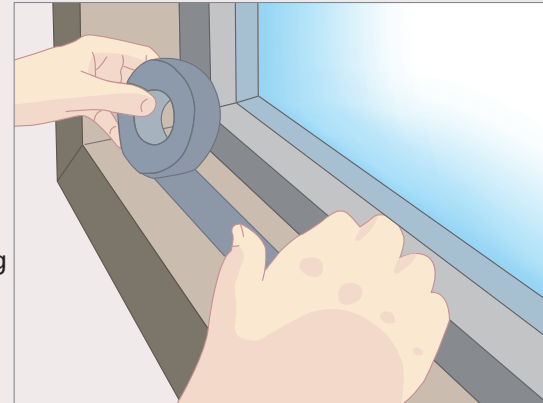
Sekiranya kenderaan terperangkap dalam kepulan kimia yang berbahaya:

- Tutup semua tingkap dan padamkan unit hawa dingin /sistem pengalihan udara. Pastikan lubang peredaran semula udara ditutup;
- Pandu keluar dari kawasan yang terjejas; dan
- Ikuti saluran percuma stesen radio MediaCorp untuk maklumat terkini mengenai situasi berkenaan dan/atau arahan dari pihak berkuasa
- Setelah keluar dari kawasan yang terjejas, buka unit hawa dingin/sistem pengalihan udara ke tahap tinggi dan buka saluran peredaran udara.

Sekiranya anda tidak dapat memandu keluar dari kawasan yang terjejas, tutup semua tingkap, matikan enjin dan duduk di dalam kenderaan atau bergerak ke premis dalaman terdekat dan jalankan prosedur IPP.

TAMAT PROSEDUR IPP

Anda akan dimaklumkan setelah kepulan kimia berlalu atau kepekatan kimia toksik di luar turun ke tahap yang selamat. Makluman akan dibuat oleh SCDF melalui bunyi isyarat "Mesej Penting" yang dibunyikan menggunakan siren Sistem Amaran Awam, dan siaran "Mesej Penting" melalui saluran percuma stesen TV dan radio Mediacorp. Ia akan memberitahu anda bahawa ancaman sudah berakhir dan ianya selamat untuk meninggalkan premis. Anda juga disarankan untuk mengudarakan premis dengan membuka pintu, tingkap, kipas, unit hawa dingin dan sistem pengalihan udara.



Gulungan pita pelekat boleh digunakan untuk menutup sebarang jarak yang jelas di sekitar tingkap dan pintu, dan untuk memasang lembaran plastik di atas tingkap/ventilasi



Prosedur Dekontaminasi

Sekiranya berlaku kejadian yang melibatkan bahan kimia, biologi atau radiologi, SCDF akan menyediakan kemudahan dekontaminasi di tempat kejadian untuk mendekontaminasikan orang-orang yang terjejas. Proses kritikal ini dapat menyelamatkan nyawa dan mencegah pencemaran silang. Proses dekontaminasi yang menyeluruh melibatkan langkah-langkah berikut:

1

PERSIAPAN

- Ambil pek pakaian yang disediakan oleh SCDF. Pek pakaian akan mengandungi barang-barang berikut:

- Beg Barangan Berharga
- Beg Sampah
- Tuala
- Baju
- Seluar
- Selipar

Letakkan barang-barang yang penting di dalam beg barangan berharga dan pastikan anda memilikinya sepanjang proses dekontaminasi

2

MENANGGALKAN PAKAIAN

- Tanggalkan semua pakaian kecuali seluar dalam dan kasut; ini akan menghilangkan sebahagian besar bahan cemar.
- Buangkan pakaian ke dalam beg sampah.



3

DEKONTAMINASI

Bergantung pada keadaan, anda mungkin diarahkan untuk menjalani dekontaminasi kering atau/dan basah.

DEKONTAMINASI KERING

- Gunakan bahan penyerap yang kering yang telah disediakan untuk menghilangkan bahan cemar dari bahagian rambut dan kulit.
- Bersihkan bahagian atas dan sisi kepala terlebih dahulu, diikuti dengan tangan dan kemudian bahagian kulit yang lain.
- Buang bahan penyerap yang telah digunakan ke dalam beg sampah.

DEKONTAMINASI BASAH

- Basahkan dan gosok badan anda dengan teliti, terutamanya kawasan ketiak dan pangkal paha.
- Keringkan diri anda dengan tuala dari pek pakaian dan buang ke dalam beg sampah.

4

PEMANTAUAN

- Angkat lengan ke sisi untuk membuat bentuk-T; ini akan membolehkan kakitangan SCDF mengimbas badan anda untuk mengetahui jika ada kesan pencemaran
- Sekiranya sisa bahan cemar dikesan, anda akan diarahkan untuk mengulangi langkah 3.

5

MENGENAKAN PAKAIAN

- Pakai pakaian yang disediakan di dalam pek pakaian setelah kakitangan SCDF menyatakan bahawa anda bebas dari bahan cemar.
- Tutup beg sampah dan serahkan kepada kakitangan SCDF sebelum bergerak ke kawasan menunggu. Tunggu arahan selanjutnya dari pihak berkuasa.

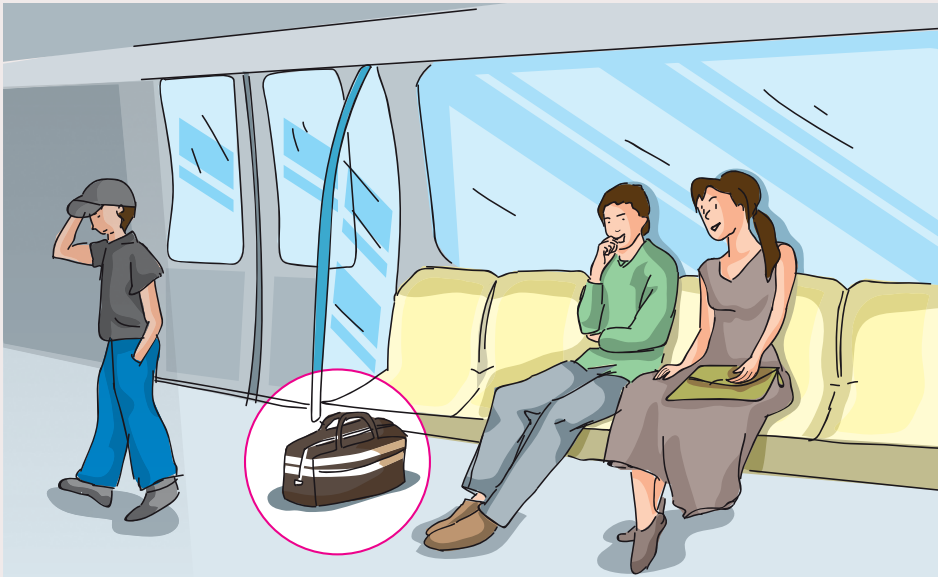


Keselamatan Pengangkutan Awam

Sistem pengangkutan awam adalah sasaran mudah untuk pegganas-pegganas. Oleh itu, kewaspadaan adalah penting untuk memastikan keselamatan. Jika anda melihat sesuatu atau seseorang yang mencurigakan, maklumkan kepada kapten bas, pengendali keretapi atau kakitangan keselamatan transit dengan segera. Sekiranya terdapat ancaman kepada nyawa atau kes-kes kecederaan, hubungi 999 untuk Polis dan 995 untuk SCDF.

APABILA MENINGGALKAN KERETAPI ATAU BAS

- Jangan cemas jika masalah berlaku semasa keretapi atau bas sedang bergerak
- Dengar dengan teliti pengumuman yang dibuat oleh kakitangan pengangkutan dan ikut arahan dengan teliti
- Utamakan keselamatan orang kurang upaya, kanak-kanak dan warga tua
- Untuk keretapi:
 - Jangan buka pintu secara paksa atau cuba melompat keluar dari keretapi
 - Bergerak ke arah salah satu penghujung keretapi dan keluar dengan cara teratur melalui pintu-pintu keluar kecemasan
 - Kuasa elektrik di landasan keretapi tidak akan berfungsi jadi anda boleh berjalan di atasnya dengan selamat; Lampu kecemasan dan pengudaraan akan disediakan di dalam kereta api dan terowong semasa pemindahan



SGSecure adalah tindak balas masyarakat Singapura terhadap ancaman pengganasan

Ini adalah gerakan nasional untuk memeka, melatih, dan mempersiapkan semua orang di Singapura untuk memainkan peranan untuk mencegah dan menangani serangan pengganas.

Ini adalah seruan kepada semua orang dalam masyarakat kita yang berbilang kaum dan beragama untuk bersama-sama melindungi Singapura dan cara hidup kita.

Fokus SGSecure adalah kepada tiga tindakan teras yang dapat dilakukan oleh setiap individu dalam memerangi keganasan.



Sentiasa Berwaspada

untuk mencegah serangan pengganas dan untuk menjaga keselamatan diri sekiranya berlaku serangan

Berwaspada terhadap persekitaran anda dan perhatikan apa sahaja yang tidak normal, tidak teratur, pelik atau luar biasa. Cth.

- Barang yang tidak dijaga di kawasan awam, terutamanya jika sebahagiannya tersembunyi
- Seseorang yang merayau-rayau secara mencurigakan
- Kenderaan menuju ke arah orang ramai tanpa mengurangkan kelajuan

Sekiranya anda melihat sesuatu yang mencurigakan, segera hubungi Polis. Anda juga boleh menggunakan aplikasi SGSecure untuk memberikan maklumat, gambar dan video kepada Polis.



Kekal Bersatu Padu

untuk saling membantu, terutamanya selepas serangan pengganas

Mari mainkan peranan kita untuk melindungi perpaduan sosial masyarakat kita dengan:

- Mempelajari lebih banyak mengenai budaya, bangsa dan amalan agama yang berbeza
- Tetap berhubung dengan jiran dan saling membantu
- Saling memahami, bertimbang rasa dan saling menghormati

Selepas berlakunya serangan:

- Tenangkan diri dan cari maklumat terkini dari sumber rasmi seperti laman web Polis
- Jangan sebar khabar angin
- Jangan hantar atau kongsi video atau gambar yang boleh menimbulkan rasa panik dan takut



Kekal Teguh

untuk melindungi perpaduan sosial masyarakat kita dan bangkit semula sebagai satu masyarakat

Ketahui cara untuk melindungi diri sendiri dan orang yang kita sayangi sekiranya serangan berlaku. Jika anda terperangkap dalam serangan, ingatlah untuk "Lari, Sembunyi, Beritahu".

Biasakan diri anda dengan kemahiran pertolongan cemas menggunakan barang-barang harian (Improvised First Aid Skills Plus) ms 94 dan kemahiran persediaan kecemasan seperti ilmu asas pertolongan cemas, kemahiran bantuan pernafasan kecemasan (CPR) dan cara menggunakan Defibrilator Luaran Automatik (AED) supaya anda dapat menolong orang lain yang cedera semasa serangan atau dalam keadaan kecemasan yang lain.

Selepas serangan, dorong keluarga dan rakan anda untuk kembali ke aktiviti harian mereka secepat mungkin.

SEKIRANYA BERLAKU SERANGAN PENGGANAS



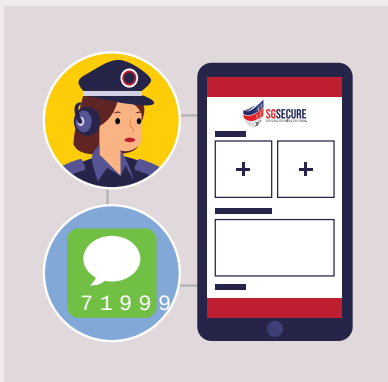
LARI

- Bergerak dengan cepat dan senyap dari bahaya menggunakan laluan paling selamat.
- Jangan menyerah atau berusaha untuk berunding dengan penyerang.



SEMBUNYI

- Jauhi dari pandangan, berdiam diri dan tukar telefon anda ke mod senyap.
- Kuncikan diri anda dan jauhi pintu.



BERITAHU

- Beri maklumat kepada Polis dengan menghubungi 999/SMS 71999 atau gunakan aplikasi SGSecure
- Berikan butiran mengenai penyerang dan lokasi mereka.

KETIKA BERSEMBUNYI DARI BAHAYA



TEKAN

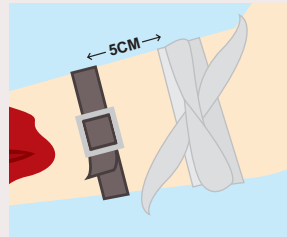
Langsung di atas luka untuk menghentikan pendarahan menggunakan benda seperti sapu tangan atau kain.



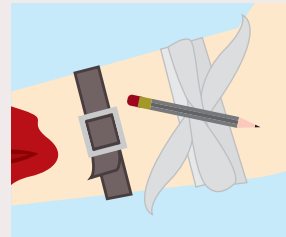
IKAT

Sekurang-kurangnya 5sm di atas bahagian luka menggunakan benda seperti tali leher, tali pinggang atau tali beg untuk menghentikan pendarahan yang berlebihan. Sekiranya pendarahan tidak berhenti, gunakan teknik 'windlass'.

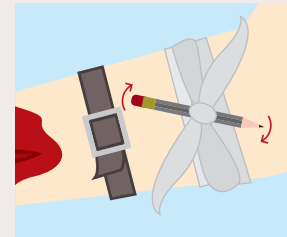
Langkah-langkah teknik 'windlass':



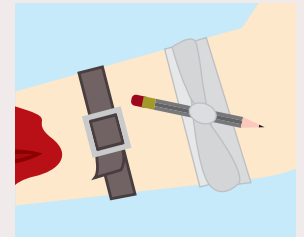
A. Ikat sekurang-kurangnya 5sm di atas ikatan pertama.



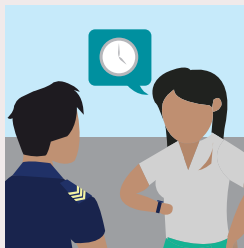
B. Letakkan batang (pen atau sebatang kayu) pada ikatan kedua dan ikatkan batang.



C. Putar batang ke satu arah sehingga pendarahan berhenti.



D. Ketatkan batang dengan mengikat simpulan.



BERITAHU

Pegawai kecemasan SCDF mengenai kecederaan tersebut dan masa ketika anda mengikat luka.

SELEPAS SERANGAN



Tenangkan Diri

Dapatkan maklumat dan nasihat terkini dari sumber-sumber rasmi



Jangan membuat spekulasi atau menyebarkan khabar angin

Jangan hantar atau kongsi video atau siaran yang boleh menyebabkan panik atau ketidakharmonian



Jaga satu sama lain

Galakkan keluarga dan rakan anda untuk bangkit semula dan kembali ke aktiviti harian mereka secepat mungkin.



Muat turun aplikasi SGSecure

Aplikasi SGSecure membolehkan anda untuk:

- Buat laporan kepada Polis jika terlihat sesuatu yang mencurigakan – halakan telefon, petik gambar dan hantar.
- Terima maklumat terkini dari pihak berkuasa sekiranya berlaku kecemasan yang teruk.
- Terima maklumat mengenai kes-kes serangan jantung atau kebakaran kecil yang berlaku berhampiran anda.

Untuk maklumat lebih lanjut mengenai SGSecure, sila lungsur www.sgsecure.gov.sg



Imbas kod QR untuk muat turun aplikasi

Aplikasi SGSecure

Soalan

Sekiranya saya sudah mendaftar sebagai penggerak balas untuk aplikasi SGSecure atau aplikasi myResponder, adakah saya juga perlu mendaftar di aplikasi yang lagi satu?

Jawapan

Anda tidak perlu mendaftar sebagai penggerak balas di kedua-dua aplikasi kerana kedua-duanya membolehkan anda menerima notifikasi/pemberitahuan mengenai kes-kes serangan jantung dan kebakaran kecil.

Salah satu aplikasi boleh digunakan untuk menghulurkan bantuan kepada sebarang kes serangan jantung/kebakaran kecil, dan semasa menangani kes, tindakan apa pun yang anda ambil (cth. laporkan anda sudah “tiba” di lokasi kes) akan dikemas kini di kedua-dua aplikasi.

Perluah saya memuat turun kedua-dua aplikasi SGSecure dan myResponder?

Walaupun kedua-dua aplikasi ini membolehkan anda menerima pemberitahuan dan menolong kes-kes serangan jantung dan kebakaran kecil yang serupa, setiap aplikasi mempunyai ciri uniknya sendiri yang mungkin berguna bagi anda.

Oleh itu, anda digalakkan untuk muat turun kedua-dua aplikasi tersebut.

Aplikasi SGSecure juga dapat digunakan untuk:

- Terima mesej siaran penting dari pihak berkuasa semasa berlakunya kecemasan yang teruk;
- Kirim video, gambar, mesej kepada pihak berkuasa untuk memberikan maklumat mengenai ancaman keselamatan yang telah anda saksikan;
- Dapatkan bantuan daripada pihak berkuasa semasa kecemasan; dan
- Terima maklumat terkini dari MFA tentang nasihat melancong yang berkaitan dengan keselamatan.

Aplikasi myResponder membolehkan pengguna untuk:

- Membuat panggilan 995 menggunakan geolokasi;
- Rujuk kepada panduan langkah demi langkah daripada SCDF untuk menangani kes kecemasan seperti serangan jantung atau usaha memadam kebakaran; dan
- Gunakan e-perkhidmatan SCDF seperti maklum balas keselamatan kebakaran.



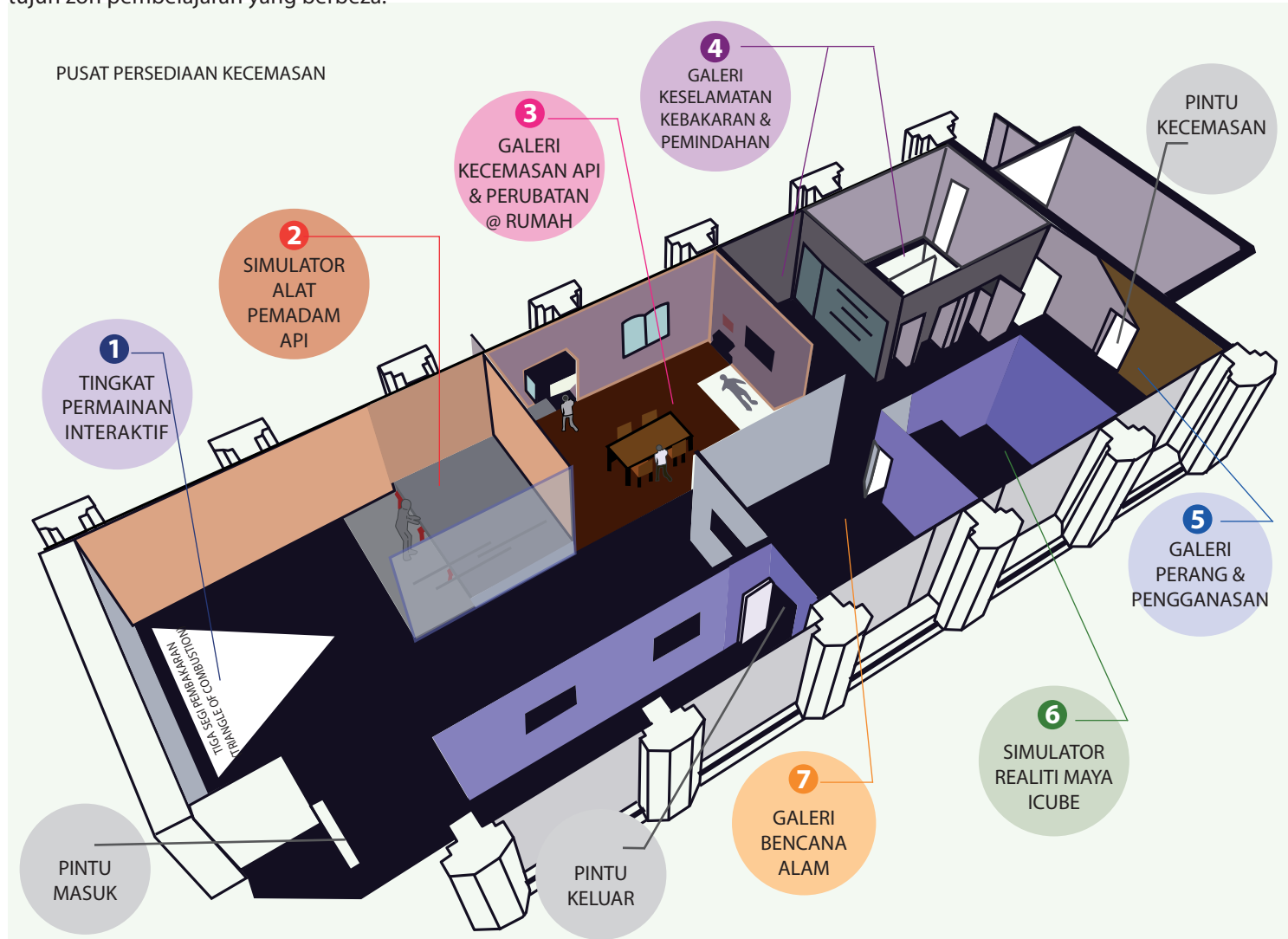
Jadilah seorang Penggerak Balas Pertama Masyarakat & Buat Perbezaan Semasa Krisis

97

Semasa kecemasan, anda boleh membuat perbezaan dengan menjadi Penggerak Balas Pertama Masyarakat dan memberi bantuan kepada mereka yang dalam kesusahan, sebelum ketibaan pasukan bantuan kecemasan SCDF. Berikut adalah beberapa cara di mana anda boleh memperoleh kemahiran persediaan kecemasan dan menyelamatkan nyawa untuk membantu orang-orang tersayang, jiran tetangga dan komuniti semasa kecemasan. Mari sama-sama kita jadikan Singapura sebuah negara penyelamat nyawa.

PUSAT PERSEDIAAN KECEMASAN (Emergency Preparedness Centre)

EPC menyediakan pengunjung dengan tips keselamatan kebakaran, pengetahuan persediaan kecemasan dan kemahiran menyelamatkan nyawa melalui pameran yang sangat visual dan interaktif. Sebahagian daripada pameran ini termasuk simulator alat pemadam api yang melepaskan air ke dinding video yang menggambarkan beberapa senario kebakaran serta patung untuk pelawat mencuba Perasat Heimlich dan prosedur CPR. Pameran utamanya adalah Icube yang menggunakan teknologi imersif realiti maya 3-D terkini untuk memberi pengunjung pengalaman realistik dalam bencana alam seperti taufan dan tsunami. EPC ini mempunyai tujuh zon pembelajaran yang berbeza.



PUSAT PERSEDIAAN KECEMASAN (EPC)

Waktu Pembukaan EPC

Selasa hingga Ahad (termasuk Cuti Umum), dari 10pg hingga 5ptg.

Alamat

Tingkat 2, SCDF Heritage Gallery di 62 Hill Street, Singapore 179367 (bersebelahan dengan Balai Bomba 'Central').

Umur Minimum

EPC ini disarankan untuk mereka yang berumur 10 dan ke atas.

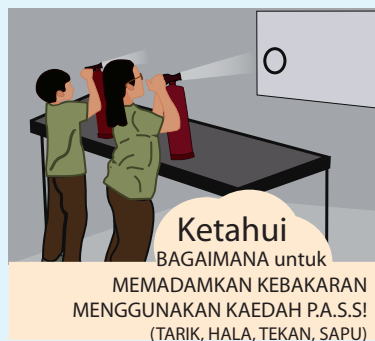
Pra-pendaftaran

Tempahan awal diperlukan untuk lawatan ke EPC. Semua lawatan adalah lawatan berpandu dan setiap lawatan satu jam boleh menampung saiz kumpulan tidak lebih dari 20 orang (termasuk dewasa dan kanak-kanak).

Untuk mengunjungi EPC, sila buat tempahan melalui borang Lawatan EPC di laman web kami www.scdf.gov.sg di bahagian "Community & Volunteers" > Visit SCDF Establishments".

Untuk pertanyaan

Untuk pertanyaan, sila hubungi 6332 2996 semasa waktu operasi EPC.



PROGRAM KESEDIAAN KECEMASAN MASYARAKAT (CEPP)

CEPP ialah program pendidikan untuk masyarakat umum yang memberi tumpuan kepada sesi amali praktikal. Ia melengkapkan peserta dengan kemahiran menyelamatkan nyawa dan pengetahuan asas untuk membolehkan peserta menangani situasi kecemasan, sebelum ketibaan SCDF.

CEPP terdiri daripada tiga peringkat:

Tahap 1: Modul Dalam Talian (online) "I AM SAFE"

URL: www.scdf.gov.sg/iamsafe

Modul mengandungi topik-topik berikut:

- Apa yang perlu dilakukan apabila api tercetus
- Kemahiran pertolongan cemas menggunakan barang-barang harian

Tahap 2: "RESPONSE READY" modul dalam talian (Teori) dan fizikal (Praktikal)

Tempoh masa: 3.5 jam

Modul mengandungi topik-topik berikut: Pengetahuan asas persediaan kecemasan, 'Triangle of Life' - Bantuan kecemasan peringkat asas, prosedur CPR & AED, kemahiran asas untuk memadam kebakaran, serta gambaran keseluruhan SGSecure iaitu gerakan nasional untuk menentang keganasan.

Untuk CEPP 'RESPONSE READY' sila ambil perhatian bahawa peserta harus melengkapkan bahagian teori melalui www.scdf.gov.sg/responseady sebelum mendaftar untuk kelas praktikal.

Tahap 3: "LIFESAVER" (Modul lanjutan setelah selesai Tahap 2) Modul Fizikal

Tempoh masa: 4 jam

Modul mengandungi topik-topik berikut: Bantuan kecemasan peringkat lanjutan, CPR menggunakan teknik 2 orang, CPR bayi, prosedur pemindahan kebakaran, pengetahuan keselamatan kebakaran yang lebih mendalam, IPP, sistem amaran PWS dan prosedur dekontaminasi

Modul fizikal CEPP dijalankan secara percuma untuk orang ramai di empat ibu pejabat divisyen SCDF

Untuk maklumat lanjut mengenai program ini dan urusan pendaftaran, sila hubungi SCDF di 6848 1525 (semasa waktu pejabat) atau lungsuri laman web (www.scdf.gov.sg) > di bahagian "Community & Volunteers > Community Emergency Preparedness Programme (CEPP)".





Aplikasi myResponder

Aplikasi myResponder memberi maklumat kepada pengguna mengenai kes serangan jantung dan kes kebakaran kecil di kawasan berhampiran mereka. Melalui aplikasi myResponder, orang ramai juga boleh mengakses pendaftaran AED nasional, yang merupakan pangkalan data lokasi AED di tempat awam.

Penggerak balas yang dapat memberikan bantuan boleh memilih untuk menerima pemberitahuan dan memberikan intervensi awal kepada mangsa, seperti melakukan CPR dan/atau menggunakan AED yang terdekat. Pusat Ops 995 SCDF juga boleh meminta penggerak balas untuk mengiringi kru ambulans ke lokasi kejadian.

Selain itu, ciri 'Dial 995' pada aplikasi myResponder (yang juga dapat disematkan sebagai widget di telefon) dapat digunakan untuk mengirim geolokasi seseorang ke Pusat Ops 995. Ini sangat berguna bagi SCDF untuk menghantar pertolongan kepada sesiapa sahaja yang mungkin berada dalam kesusahan di penyambung taman, jejak alam, atau di mana-mana tempat di Singapura di mana lokasinya mungkin tidak jelas.

Nota: Anda boleh mendaftar dengan Singpass anda atau melalui SMS satu masa (OTP). Sekiranya anda berumur di bawah 18 tahun, sila dapatkan persetujuan ibu bapa untuk penyertaan anda.

Imbas kod QR untuk muat turun aplikasi:



Modul Perubatan

Setiap detik itu penting!

Peluang untuk hidup turun sebanyak 7% hingga 10% untuk setiap minit tanpa intervensi CPR. Bantuan CPR yang diberikan orang awam/orang yang berada di tempat kejadian dapat meningkatkan kadar kehidupan sebanyak dua kali ganda.

Kita dapat meningkatkan kadar kehidupan mangsa serangan jantung melalui:

- **PEMBERITAHUAN AWAL** ke pusat panggilan SCDF 995 melalui fungsi geolokasi telefon bimbit;
- **CPR AWAL** oleh Penggerak Balas Pertama Masyarakat yang terlatih; dan
- **DEFIBRILASI AWAL** dengan menggunakan AED yang boleh diakses oleh orang awam.



Modul Kebakaran

Setiap tahun, SCDF menangani lebih daripada 1,000 kes kebakaran sampah. Kebakaran ini kecil **tanpa risiko merebak dan boleh dipadam dengan mudah oleh orang awam**.

Kita boleh membantu memadamkan api dengan menggunakan alat pemadam seperti bekas-bekas berisi air atau alat pemadam api. Dengan memadamkan api kecil, kita dapat membantu mengelakkan kerosakan daripada menjadi lebih teruk dan memastikan kejiranan kita terseleamatkan daripada kebakaran.

Ini juga akan membolehkan SCDF untuk menangani kes-kes yang mengancam nyawa.

Ciri-ciri aplikasi myResponder



Cara untuk muat turun?

Langkah 1:
Pergi ke Google Play/App store



Langkah 2:
Cari 'myResponder'



Langkah 3:
Muat turun aplikasi myResponder ke telefon anda



Langkah 4:

Lancarkan aplikasi myResponder dan klik 'daftar'

* Sekiranya anda ingin menjadi sukarelawan, anda boleh mendaftar melalui Singpass atau SMS OTP.

* Nombor telefon bimbit anda diperlukan agar SCDF dapat menghubungi anda semasa kecemasan.



Nombor-Nombor Penting

KHIDMAT AMBULAN, KEBAKARAN DAN KECEMASAN	995
KHIDMAT AMBULAN BUKAN KECEMASAN	1777
SMS KECEMASAN SCDF [dikhaskan bagi orang-orang yang pekak (Deaf) , sukar pendengaran (Hard-of-hearing) dan/atau mempunyai masalah pertuturan (Speech impairment) (DHS)]*	70995
TALIAN LAPORAN BAHAYA KEBAKARAN	1800 280 0000
PERTANYAAN UMUM SCDF	1800 286 5555
POLIS	999
TALIAN PENTING POLIS [untuk pertanyaan umum]	1800 255 0000
PUB, AGENSI AIR KEBANGSAAN [untuk hal-hal bekalan air]	1800 2255 782
SP POWERGRID [untuk melaporkan gangguan bekalan elektrik]	1800 778 8888
CITY GAS [untuk melaporkan perkara mengenai Gas Berpaip]	1800 752 1800
PIHAK BERKUASA BANGUNAN & PEMBINAAN [untuk melaporkan kecacatan struktur dalam bangunan bukan HDB]	1800 342 5222
UNIT PERKHIDMATAN PENYELENGGARAAN PENTING HDB (EMSU) [untuk melaporkan gangguan bekalan elektrik dan kecacatan struktur dalam bangunan HDB; nombor perkhidmatan untuk bangunan anda boleh didapati di luar lif]	1800 275 5555 1800 325 8888

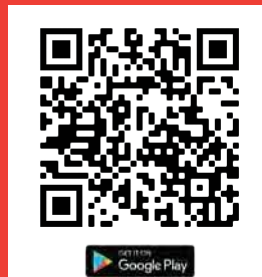
* Nombor ini khas untuk ahli-ahli komuniti DHS untuk menghantar SMS untuk meminta bantuan SCDF semasa kecemasan seperti kebakaran atau keadaan perubatan.



JADILAH SEORANG PENGGERAK BALAS PERTAMA MASYARAKAT DAN BUAT PERBEZAAN SEMASA KRISIS



Untuk belajar kemahiran menyelamatkan nyawa dan prosedur kecemasan, lungsuri www.scdf.gov.sg



Untuk menjadi Penggerak Balas Pertama Masyarakat, daftar melalui aplikasi myResponder.

Bersama-sama 
sebuah negara penyelamat



SEBUAH PROJEK PEMBANGUNAN
MASYARAKAT OLEH:



SCDF
The Life Saving Force
... for a safer Singapore



DENGAN KERJASAMA:

