EDISI Ke-10

PERTAHANAN AWAM

BUKU PANDUAN KECEMASAN



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

Untuk pertanyaan atau maklum balas, anda boleh hubungi kami di saluran-saluran yang tersenarai di bawah.

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

Copyright © 2026 Singapore Civil Defence Force. All rights reserved.

Isi Kandungan

2 **PRAKATA**
3 Pertahanan Mutlak: Bagaimana Anda Boleh Memainkan Peranan

4 *BAB 1*
BANTUAN KECEMASAN
5 Kit Bantuan Kecemasan
6 Pendarahan
7 Keretakan/Kepatahan Tulang
9 Luka Dan Lecur Kebakaran
10 Sawan
11 Strok
12 Terseliuh
13 Tercekik
16 Pemulihan Kardiopulmonari (CPR)
21 Defibrilator Luaran Automatik (AED)
24 Pilihan Penjagaan Alternatif Untuk Bukan Kecemasan

25 *BAB 2*
KESELAMATAN KEBAKARAN
26 Panduan Am Tentang Keselamatan Kebakaran
27 Senarai Semak Keselamatan Kebakaran di Rumah
28 Gas Petroleum Cecair (LPG)
29 Gas Bandar Berpaip
30 Kebocoran Gas
31 Alat Penggera Kebakaran Rumah (HFAD)
32 Bahaya Kebakaran Di Tempat-tempat Awam
33 Kebakaran Di Bangunan Tinggi
34 Apabila Berlaku Kebakaran
35 Menyediakan Rumah Untuk Kecemasan Kebakaran
36 Alat Pemadam Api
38 Selimut Pemadam Api
39 Titik Panggilan Manual Dan Gelung Hos
40 Pemindahan Mangsa
43 Jika Pakaian Anda Terbakar
44 Panduan Mencegah Kebakaran Kenderaan
45 Jika Kenderaan Anda Terbakar
46 Kebakaran Kenderaan Elektrik (EV)
48 Kebakaran Panel Solar Fotovoltaik (PV)
49 Kebakaran Alat Mobiliti Aktif (AMD)

107 **JADI PIHAK PERTAMA BERTINDAK DALAM MASYARAKAT & BUAT PERBEZAAN POSITIF SEMASA KRISIS**

50 *BAB 3*
KECEMASAN PADA MASA AMAN
51 Beg Persediaan
53 Amaran Kecemasan (SG Alert)
54 Simpanan Bekalan
55 Kilat
56 Banjir
57 Gegaran Bumi
59 Tanah Runtuh
61 Gangguan Bekalan Kuasa
62 Taufan Dan Ribut Tropika
64 Tsunami
66 Gempa Bumi
68 Jika Anda Terperangkap Di Bawah Timbunan Runtuhan
69 Jika Anda Berhadapan Dengan Orang Ramai Yang Tidak

70 *BAB 4*
KECEMASAN SEMASA PEPERANGAN
71 Gangguan Bekalan Air Dan Catuan Makanan
72 Pendermaan Darah
73 Sistem Amaran Awam (PWS)
74 Tempat Perlindungan
79 Perlindungan Yang Sedia Ada Di Rumah (ICAH)
80 Langkah-langkah Pertahanan

81 *BAB 5*
BAHAN BERBAHAYA DAN ANCAMAN KESELAMATAN
82 Ancaman Bahan Kimia
85 Ancaman Biologi
88 Antraks
89 Ancaman Bom
92 Sekiranya Berlaku Letupan
94 Ancaman Bom Kotor
96 Prosedur Perlindungan Dalaman
99 Pengisytiharan Darurat Pertahanan Awam (SoCDE)
100 Prosedur Dekontaminasi
101 Keselamatan Pengangkutan Awam
102 SGSecure

Prakata

Pembaca yang Dihormati,

Sambil SCDF maju ke arah visi Transformasi 2030 iaitu *Bersedia, Walaupun untuk Keadaan yang Tidak Dijangka*, kami berbangga dengan bagaimana usaha penglibatan masyarakat, latihan menyelamatkan nyawa, dan platform digital kami telah memperkasakan individu untuk menghulurkan bantuan semasa kecemasan, menyumbang kepada salah satu hasil yang diingini bagi *Masyarakat Berdaya Tahan*.

Peningkatan utama di bawah inisiatif Menyelamatkan Satu Nyawa (Save-A-Life) ialah Titik Kecemasan Penyelamat atau Lifesavers' Emergency Point (LEP). Dengan sokongan daripada Yayasan Temasek, Kementerian Pembangunan Negara, Lembaga Perumahan dan Pembangunan dan Majlis Bandaran, SCDF sedang menjalankan percubaan untuk memasang dan menyenggara alat pemadam api serbuk kering di lobi lif pada setiap dua blok HDB. Setiap LEP dilengkapi dengan AED dan alat pemadam api serbuk kering untuk memberi penduduk akses yang lebih baik kepada peralatan menyelamatkan nyawa semasa kecemasan. Program 'AED-on-Wheels' meluaskan jangkauan ini melalui kerjasama rapat dengan Yayasan Jantung Singapura, yang telah menaja AED untuk melengkapi kenderaan dalam sektor pengangkutan awam, sewa privet, logistik dan warga persendirian.

Kami juga berbesar hati dengan peningkatan bilangan Pihak Pertama Bertindak Dalam Masyarakat (CFR). Sehingga kini, CFR yang menggunakan aplikasi myResponder telah membantu menyelamatkan 150 nyawa melalui intervensi yang tepat pada masanya. Pembaikan terkini myResponder menawarkan ciri-ciri yang dipertingkat dan intuitif, memastikan CFR kekal terhubung dan disokong semasa bertindak. Untuk mengembangkan lagi kemahiran dan keyakinan bagi respons masyarakat yang berkesan, SCDF menawarkan Program Responders Plus, yang melengkapkan pelajar dengan kemahiran bantuan kecemasan, CPR-AED dan memadam kebakaran melalui gabungan latihan dalam talian dan amali. Pusat Lifesavers' Connect menawarkan ruang interaktif untuk CFR berlatih CPR-AED, Kemahiran Bantuan Kecemasan menggunakan barang-barang harian (IFAS+), dan pemesejan SGSecure, manakala Pusat Kesediaan Kecemasan menyediakan pengalaman interaktif operasi memadam kebakaran dan menyelamat.

Melalui Anugerah Pihak Pertama Bertindak Dalam Masyarakat dan Anugerah Penyelamat Masyarakat, kami memberikan penghormatan kepada keberanian anggota masyarakat kita – orang awam biasa yang telah memberikan impak luar biasa dengan menampilkan diri untuk menyelamatkan nyawa. Terdapat banyak contoh-contoh penting yang menggalakkan termasuk seorang budak lelaki berusia 15 tahun yang membantu dalam kes serangan jantung dan mendapatkan AED semasa bertindak.

Kita semua mempunyai peranan dalam kesediaan kecemasan. Buku Panduan Kecemasan Pertahanan Awam memberikan sokongan dengan menyediakan pengetahuan dan panduan penting kepada orang ramai tentang menyelamatkan nyawa dan kesediaan kecemasan. Dalam edisi ke-10 ini, kami memberikan nasihat tentang risiko yang semakin berkembang, termasuk kebakaran yang melibatkan Alat Mobiliti Aktif dan Kenderaan Elektrik, serta cuaca buruk dan bahaya semula jadi. Versi digital boleh didapati di laman web SCDF dan aplikasi myResponder.

Perjalanan transformasi SCDF ke arah *Masyarakat Berdaya Tahan tidak* dapat direalisasikan oleh SCDF sahaja. Ia memerlukan kerjasama teguh dengan masyarakat serta wira-wira masyarakat kita. Bersama-sama, kita boleh membina sebuah negara di mana setiap individu diperkasa untuk menyelamatkan nyawa, menjadikan tindakan menyelamatkan nyawa sebagai tanggungjawab bersama.

Eric Yap
Pesuruhjaya
Pasukan Pertahanan Awam Singapura

Pertahanan Mutlak: Bagaimana Anda Boleh Memainkan Peranan

Pertahanan Mutlak ialah strategi pertahanan yang melibatkan seluruh masyarakat Singapura, yang dibina berdasarkan enam tunggak: **Pertahanan Ketenteraan, Pertahanan Awam, Pertahanan Ekonomi, Pertahanan Sosial, Pertahanan Digital dan Pertahanan Psikologi.** Untuk mencapai Pertahanan Mutlak, setiap individu harus memainkan peranan untuk memastikan Singapura selamat dan bersedia, pada masa aman, krisis dan gangguan.

Buku Panduan Kecemasan Pertahanan Awam ini merupakan panduan penting anda untuk memenuhi peranan anda dalam Pertahanan Awam, di mana setiap individu boleh memainkan peranan sebagai pihak pertama bertindak. Pengetahuan dan kemahiran dalam halaman ini juga menyumbang kepada lima tunggak Pertahanan Mutlak yang lain:

Pertahanan Ketenteraan
Pertahanan Ketenteraan adalah tentang membina pasukan pertahanan pencegah yang kuat bagi melindungi Singapura daripada ancaman luar. Semasa kecemasan negara, rakyat harus mengenali isyarat Sistem Amaran Awam (PWS) yang berbeza, mencari perlindungan di lokasi-lokasi yang ditetapkan, dan bekerjasama dengan pihak berkuasa kecemasan daripada Angkatan Bersenjata Singapura dan Pasukan Home Team.

Pertahanan Awam
Pertahanan Awam membantu rakyat mengetahui apa yang perlu dilakukan semasa kecemasan. Melalui langkah-langkah praktikal yang ditunjukkan dalam buku panduan ini, seperti mempelajari bantuan kecemasan, CPR-AED, keselamatan kebakaran dan prosedur kecemasan pada masa aman/perang, rakyat boleh menjadi pihak pertama bertindak yang berkesan dan membantu orang lain apabila diperlukan.

Pertahanan Ekonomi
Pertahanan Ekonomi adalah tentang melindungi sumber-sumber dan memastikan kesinambungan semasa krisis. Sebagai contoh, menyimpan bekalan barangan keperluan dan mengambil langkah-langkah untuk mencegah kerosakan harta benda akan membantu mengurangkan gangguan ekonomi dan meningkatkan daya tahan ekonomi semasa kecemasan.

Pertahanan Sosial
Pertahanan Sosial adalah tentang memupuk masyarakat yang penyayang dan bersatu padu, di mana kita memastikan tiada siapa yang ketinggalan semasa waktu-waktu memerlukan.

Pertahanan Digital
Pertahanan Digital melibatkan mendapatkan maklumat daripada sumber-sumber rasmi (cth. aplikasi SGSecure) semasa kecemasan. Ini memerangi maklumat yang salah dan memastikan kepercayaan orang ramai pada masa-masa kritikal.

Pertahanan Psikologi
Pertahanan Psikologi memupuk kesediaan mental dan fizikal. Buku panduan ini mengetengahkan pengetahuan dan kemahiran utama—daripada menyediakan 'Beg Persediaan' kepada memahami sistem amaran—untuk membantu anda kekal bertenang, berdaya tahan dan bersedia, yang akan mengurangkan panik dan menguatkan daya tahan kolektif kita semasa kecemasan.

Kesediaan anda, seperti yang diketengahkan dalam buku panduan ini, mengukuhkan masyarakat kita dan menyumbang kepada Singapura yang lebih selamat dan berdaya tahan. Ayuh kita bekerjasama untuk membina sebuah Negara Penyelamat, yang teguh dalam Pertahanan Mutlak.

BAB 1

BANTUAN KECEMASAN

4

5 Kit Bantuan Kecemasan
6 Pendarahan
7 Keretakan/Kepatahan Tulang
9 Luka Dan Lecur Kebakaran
10 Sawan
11 Strok
12 Terseliuh
13 Tercekik
16 Pemulihan Kardiopulmonari (CPR)
21 Defibrilator Luaran Automatik (AED)
24 Pilihan Penjagaan Alternatif Untuk Bukan Kecemasan

Ingat, anda harus menghubungi 995 hanya sekiranya berlaku kes kecemasan. Kecemasan perubatan yang berpunca daripada penyakit dan kecederaan boleh menyebabkan kematian atau komplikasi serius jika tidak dirawat dengan segera. Anda boleh membantu menyelamatkan mangsa jika anda dapat memberikan bantuan kecemasan yang betul di tempat kejadian sebelum bantuan perubatan tiba. Tindakan bantu diri dan membantu orang lain ini memperkukuh tunggak Pertahanan Awam dan Sosial kita*, memastikan masyarakat kita kekal bersedia dan berdaya tahan semasa krisis.*

Kit Bantuan Kecemasan

Ia adalah amat disyorkan agar setiap rumah dilengkapi dengan sebuah kit bantuan kecemasan. Anda boleh membelinya di kedai ubat atau farmasi. Pastikan tarikh luput bekalan di dalam kit bantuan kecemasan anda sentiasa dipantau dan diganti apabila perlu. Kit bantuan kecemasan perlu diletakkan di tempat yang senang dicapai oleh orang dewasa tetapi jauh dari jangkauan kanak-kanak.



Kit pertolongan cemas pada kabinet di ruang tamu

CONTOH ALAT-ALAT DI DALAM KIT BANTUAN KECEMASAN

ALAT	KEGUNAAN
Penyepit kecil	Mengeluarkan objek asing kecil yang terlekat pada kulit/luka.
Gunting	Menggunting pembalut luka dan pembalut
Termometer	Mengukur suhu badan manusia.
Sarung tangan pakai buang	Melindungi penyelamat daripada jangkitan yang tersebar melalui darah dan cecair badan.
Pita pelekat	Melekatkan pembalut.
Pembalut luka	Lindungi luka daripada terdedah kepada kotoran dan sumber jangkitan lain; jenis-jenis pembalut luka termasuk pembalut bantuan kecemasan, pembalut mata steril, plaster pelekat dan pad kasa steril.
Pembalut	Pembalut segi tiga untuk menyandang dan pembalut krep untuk membalut luka (cth. luka pada lengan)



Penyepit kecil *Pad Kasa Steril* *Sarung tangan pakai buang*

Termometer *Pembalut* *Gunting*

Plaster Pelekat *Pita pelekat*

Pendarahan

MENGHENTIKAN PENDARAHAN:

1. Pakai sarung tangan pelindung.

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

3. Jika tiada objek asing pada luka:
   a. Tinggikan kedudukan lengan atau kaki yang cedera hingga atas paras jantung.
   b. Letakkan pad kasa steril di atasnya.
   c. Tekan langsung dan kuat pada luka menggunakan tapak tangan atau jari-jari anda.
   d. Kemaskan dengan pembalut.

4. Jika ada sebarang objek asing (cth. serpihan kaca) pada luka:
   a. Jangan tekan objek tersebut. Sebaliknya, letakkan pelapik di sekelilingnya dan ketatkan dengan pembalut untuk mengelakkan tekanan langsung pada objek tersebut.
   b. Jangan sesekali mengeluarkan objek asing yang besar yang tertusuk pada mangsa, kerana ia boleh menyebabkan kecederaan tisu yang lebih parah. Segera dapatkan rawatan perubatan.
   c. Objek asing kecil seperti serpihan boleh dikeluarkan menggunakan penyepit kecil.



Lengan yang cedera diangkat hingga atas paras jantung

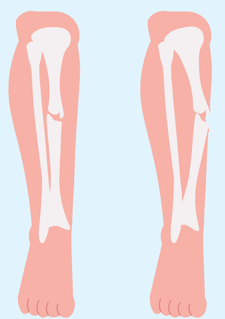


Keretakan/Kepatahan Tulang

Retak pada tulang dipanggil keretakan/kepatahan tulang. Kulit di sekitarnya mungkin berada dalam keadaan utuh atau terkoyak.

TANDA-TANDA KERETAKAN TERMASUK:

- Sakit dan nyeri.
- Bentuk atau kedudukan bahagian patah luar biasa.
- Tidak dapat menggerakkan anggota yang patah.
- Bengkak.
- Lebam.
- Apabila kulit di sekitar tempat yang patah koyak, ia dikenali sebagai luka yang terbuka.



Kepatahan tertutup *Kepatahan terbuka*

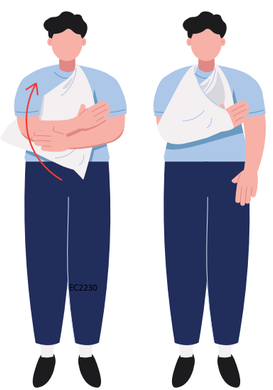
UNTUK MERAWAT KERETAKAN:

1. Tenangkan mangsa.

2. Rawat luka yang berdarah, jika ada. Untuk kepatahan yang terbuka, hentikan pendarahan (ms 6) dan tutup tulang yang terdedah.

3. Rehatkan, sokong dan tetapkan kedudukan 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 lengan terbuka dalam dua langkah

Keretakan/Kepatahan Tulang

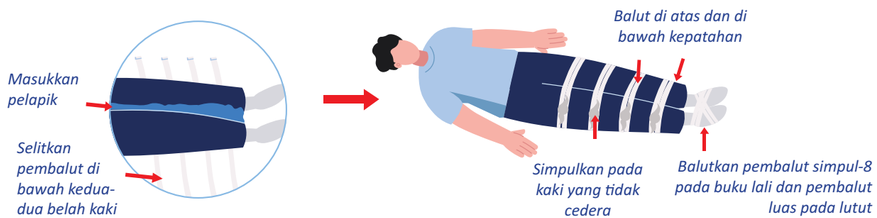
3b

Jika mangsa mengalami kepatahan pada bahagian kaki, rapatkan kaki yang tidak cedera (yang bertindak sebagai penganduh) ke arah kaki yang cedera.



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

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



Prinsip utama imobilisasi bantuan kecemasan adalah untuk menstabilkan sendi-sendi di atas dan bawah bahagian patah tulang untuk mengelakkan pergerakan, mengurangkan kesakitan dan mengelakkan kecederaan selanjutnya.

4 Dapatkan bantuan perubatan atau hubungi 995 untuk ambulans.

Luka dan Lecur Kebakaran

LUKA TERBAKAR YANG TERUK JIKA MELIBATKAN:

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

UNTUK MERAWAT LUKA KEBAKARAN ATAU LECUR, GUNAKAN EMPAT C

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



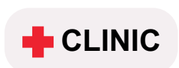
Constricting (Tanggalkan) Aksesori yang menyekat seperti gelang tangan, cincin, jam atau pakaian ditanggalkan secara perlahan-lahan dari kawasan yang tercedera sebelum ia mula membengkak.



Cover (Tutup) kawasan luka kebakaran/lecur dengan pembalut steril.



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



PERKARA YANG PERLU DIBERI PERHATIAN KETIKA MERAWAT LUKA KEBAKARAN DAN LECUR

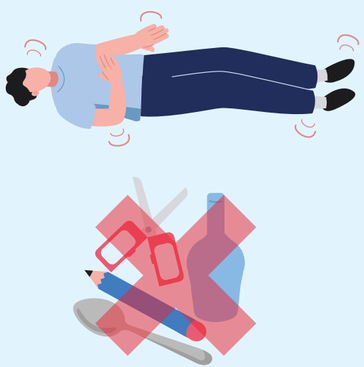
- Jangan sapu ubat gigi, losyen, minyak atau bahan berlemak pada kawasan yang terjejas.
- Jangan tutup kawasan yang terjejas dengan kapas.
- Jangan pecahkan sebarang lepuh atau keluarkan apa-apa yang melekat pada luka kebakaran.

Sawan

Sawan adalah kejadian pergerakan badan yang tidak terkawal.

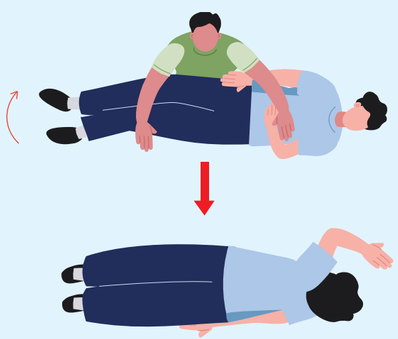
TANDA-TANDA SAWAN

- Pergerakan atau kekejangan badan yang tidak terkawal.
- Mangsa rebah ke lantai.
- Mengetap gigi.
- Mata berpusing.
- Inkontinens atau tidak berupaya menahan pembuangan air kencing atau najis.
- Mangsa tertidur setelah sawan reda.



APABILA SESEORANG MENGALAMI SAWAN

- Jauhkan objek berbahaya (cth. gunting dan bahan tajam lain).
- Jangan sekat pergerakan mangsa.
- Jangan letakkan apa-apa di dalam mulut mangsa.
- Periksa untuk pernafasan normal selepas sawan berhenti. Mulakan CPR dan gunakan AED jika tiada pernafasan (ms 16).
- Selepas mengesahkan pernafasan normal, pusingkan mangsa secara perlahan-lahan ke sisi mereka. Posisi ini membantu mengalirkan air liur dan memastikan saluran pernafasan tidak terhalang.
- Rawat sebarang kecederaan sebaik sahaja serangan sawan berakhir.
- Hubungi 995 supaya mangsa dapat menerima rawatan perubatan.



Perlahan-lahan pusingkan mangsa ke sisi untuk mengalirkan air liur dan memastikan saluran pernafasan tidak terhalang

Strok

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

TANDA-TANDA STROK UNTUK DIPERHATIKAN (F.A.S.T)

Face (Muka) - Mangsa tidak berupaya untuk senyum dan mata atau mulut mungkin senget.



Arms (Lengan) - Mangsa tidak berupaya untuk mengangkat kedua-dua lengan.



Speech (Pertuturan) - Mangsa tidak dapat bercakap dengan jelas, pelat dan/atau mempunyai masalah untuk memahami perkataan yang diucapkan.



Time (Masa) - Perhatikan masa mangsa mula menunjukkan simptom, dan hubungi 995 dengan segera.



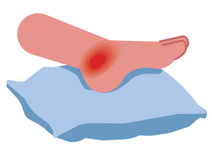
HUBUNGI 995 SEGERA UNTUK KHIDMAT AMBULANS JIKA ANDA MENGESYAKI SESEORANG DISERANG STROK.

Terseliuh

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

RAWAT SELIUH (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

Saluran 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.



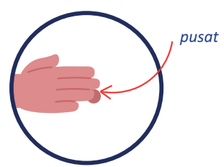
Tanda kecemasan universal apabila tercekik

JIKA MANGSA TERCEKIK SEMASA SEDAR, LAKUKAN HEIMLICH MANOEUVRE

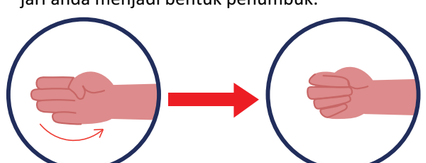
1. Berdiri di belakang mangsa dan letakkan satu kaki di antara kaki mangsa, pastikan kaki mangsa terbuka seluas bahu.



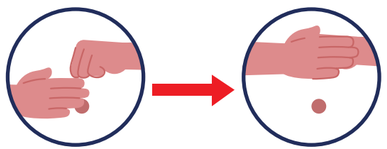
2. Menggunakan satu tangan, cari pusat mangsa menggunakan jari manis dan letakkan dua jari di atas pusat seperti yang ditunjukkan.



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



4 Letakkan penumbuk 2 jari di atas pusat. Sambil memastikan penumbuk berada dalam kedudukannya, gunakan tangan yang satu lagi untuk membongkokkan mangsa ke hadapan dan tutup penumbuk untuk melakukan tusukan ke perut seperti yang ditunjukkan dalam gambar ini.



5 Lakukan tujahan ke dalam dan ke atas dengan cepat dalam satu gerakan pada bahagian perut 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 mangsa 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 19, langkah 6-8).
2. Lakukan teknik angkat dagu-dongak kepala untuk membuka saluran pernafasan. Tarik dagu ke bawah untuk memeriksa jika ada sebarang benda asing di mulut. Keluarkan sebarang objek yang kelihatan dengan jari telunjuk tangan anda yang satu lagi dalam bentuk cangkuk. Jika tiada objek asing yang kelihatan, ulangi langkah 1 dan 2.
3. Setelah objek dikeluarkan, periksa pernafasan. Jika tiada pernafasan, lakukan angkat dagu-dongak kepala untuk membuka saluran pernafasan dan ulangi langkah 1 sehingga pernafasan kembali normal atau bantuan kecemasan tiba.



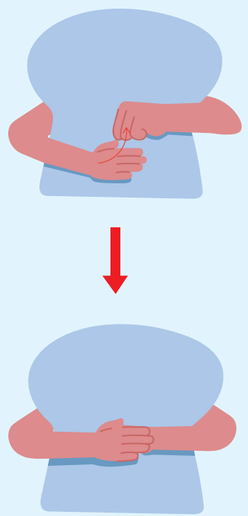
JIKA MANGSA TERCEKIK ADALAH OBES ATAU HAMIL, LAKUKAN TUJAHAN DADA

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

2 Selitkan kedua-dua tangan anda ke bawah lengan mangsa, buat penumbuk dengan ibu jari anda diselit ke dalam (ms 13, langkah 3) dan letakkan di tengah tulang dadanya. Tutup penumbuk anda dengan tangan anda yang satu lagi.

3 Berikan lima tujahan dalam gerakan ke dalam dan ikuti langkah 5 Heimlich Manoeuvre (ms 14).



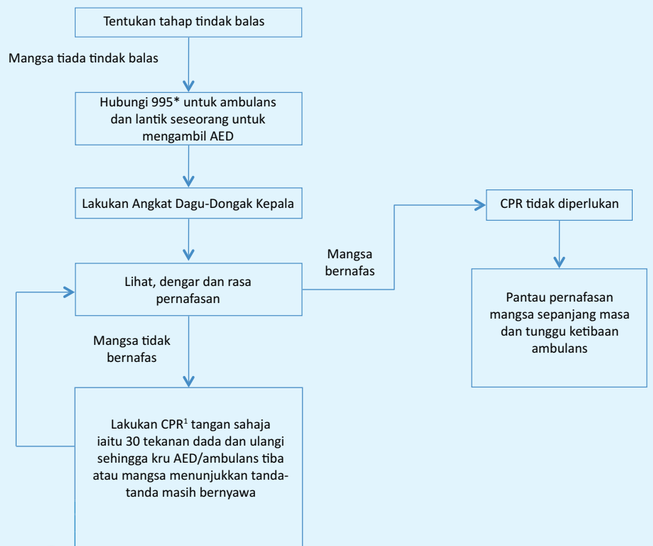


Letakkan penumbuk dan tangan di tengah tulang dada



PEMULIHAN KARDIOPULMONARI (CPR) SECARA RINGKAS

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 Responders Plus kami (ms 110) untuk mendapatkan pemahaman yang lebih baik tentang prosedur CPR.





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

[1]Untuk dilengkapi dengan penggunaan AED apabila ia tersedia.

Pemulihan Kardiopulmonari (CPR)

Kit Bantuan Kecemasan

APABILA SESEORANG REBAH AKIBAT SERANGAN JANTUNG

1

Tepuk bahu mangsa dan tinggikan suara untuk mendapatkan perhatiannya. Jika mangsa tidak memberi respons, teruskan ke langkah 2.



2

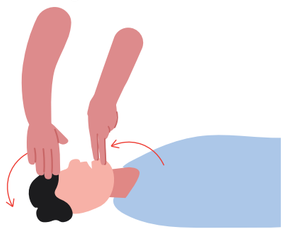
Minta seseorang untuk menghubungi 995 untuk ambulans dan seorang lagi untuk mendapatkan AED terdekat yang tersedia.



3 Jika mangsa tidak terbaring dengan rata, betulkan kedudukannya sambil menyokong dan memusingkan kepala, leher dan badannya pada masa yang sama.



4 Buka saluran pernafasan mangsa dengan melakukan teknik angkat dagu-dongak-kepala seperti yang ditunjukkan. Ini akan mengangkat lidah dari belakang tekak.



5 Kekalkan saluran pernafasan yang terbuka untuk mangsa dan dekatkan telinga anda di atas mulut dan hidungnya. Untuk mengenal pasti sama ada mangsa bernafas atau tidak:

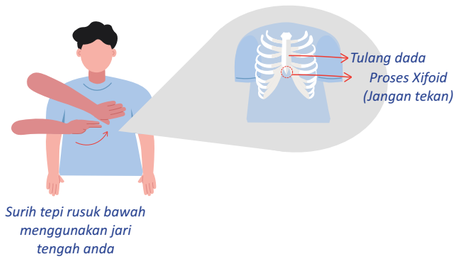
- **Perhatikan** jika dada naik dan turun.
- **Dengar** bunyi udara keluar apabila mangsa menghembuskan nafas.
- **Rasa** aliran udara dari mulut dan hidung mangsa.



Jika mangsa **bernafas**, pantau pernafasannya sepanjang masa dan tunggu 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 tulang dada seperti yang ditunjukkan dengan menyurih tepi bawah tulang rusuk dengan jari tengah anda. Letakkan jari telunjuk anda di sebelah jari tengah dan letakkan tumit tangan sebelah anda di atas tulang dada sehingga jari telunjuk bertemu, seperti yang ditunjukkan.



7 Lepaskan dua jari dan letakkan tangan ini di atas tangan yang sebelah lagi, silangkan jari-jari anda untuk menetapkan kedudukan. Pastikan jari-jari tidak menyentuh dada mangsa.



8 Luruskan kedua-dua belah siku dan letakkan bahu anda secara langsung di atas dada mangsa. Lakukan tekanan dada dengan tumit tapak tangan anda.



Pemulihan Kardiopulmonari (CPR)

9

Lakukan **30 tekanan**. Tekanan perlu dilakukan pada kadar sekurang-kurangnya 100 tekanan seminit dan setiap tekanan harus sedalam kira-kira 5cm.
(Nota : Kadang-kadang anda mungkin 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.)

Tidak Harus/Satu Pilihan Berikan **2 kali pernafasan dari 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.

Ulangi langkah 30 tekanan ini sehingga kru ambulans tiba atau apabila AED tersedia atau apabila mangsa menunjukkan tanda-tanda masih bernyawa. Selepas itu, periksa semula pernafasan mangsa, lakukan CPR atau gunakan AED, jika perlu.

Anda boleh mengira tekanan dalam 5 set:

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



30 tekanan

2 hembusan nafas (Tidak Harus/Satu Pilihan)

Rujuk kepada Majlis Resusitasi dan Bantuan Kecemasan Singapura untuk mengetahui lebih lanjut: *https://srfac.sg*

Layari aplikasi myResponder SCDF untuk demonstrasi video mengenai prosedur CPR dan penggunaan AED (maklumat lanjut di ms 111).

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 masyarakat, pusat membeli-belah dan kemudahan majlis sukan untuk meningkatkan kadar survival mangsa serangan jantung. Inisiatif Menyelamatkan Satu Nyawa (SAL) SCDF, yang dilancarkan pada Ogos 2015, merangkumi pemasangan lebih daripada 5,400 AED - satu AED dipasang di lobi lif setiap dua blok kediaman HDB, dan berhampiran pondok pengawal keselamatan kondominium yang layak. Semua AED yang dipasang melalui inisiatif SAL SCDF telah berdaftar dalam daftar AED kebangsaan - pangkalan data AED yang boleh diakses secara umum di lokasi awam - yang dihubungkan ke aplikasi myResponder SCDF.



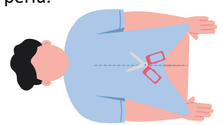
AED ialah peranti perubatan berkomputer yang mampu menganalisa ritma jantung mangsa dan mengarahkan pengguna untuk memberikan kejutan elektrik kepada mangsa. Setelah AED dihidupkan, peranti akan membacakan arahan tentang cara mengendalikan AED, bila perlu melakukan CPR dan bila perlu memberikan kejutan kepada mangsa.

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

Untuk arahan penggunaan AED, rujuk halaman 22.

MENYEDIAKAN MANGSA UNTUK DEFIBRILASI

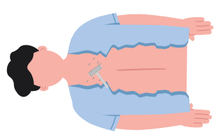
1. Tampalkan pad defibrilasi pada dada mangsa yang terdedah; koyakkan atau gunting sebarang fabrik yang menghalang jika perlu.



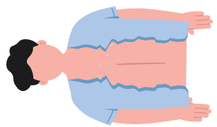
2. Tanggalkan/ketepikan barang kemas atau aksesori pada dada mangsa. Tanggalkan sebarang tampalan (cth. koyok) jika ia mengganggu kedudukan pad defibrilasi.



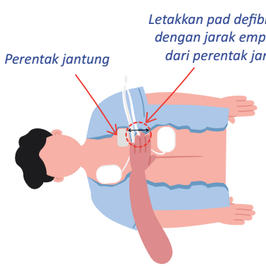
3. Cukur bulu berlebihan pada dada mangsa bagi memastikan pad defibrilasi melekat sepenuhnya ke kulit. *(Nota: Terdapat pencukur pakai buang dalam kit AED).*



4. Keringkan kawasan dada mangsa daripada peluh dan lembapan kerana ia boleh mengurangkan kontak di antara pad defibrilasi dan kulit.



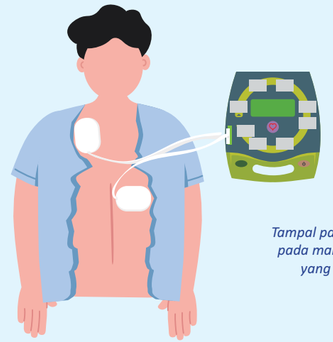
5. Jika ada perentak jantung, letakkan pad defibrilasi dengan jarak empat jari 4 jari dari perentak jantung itu. Sementara itu, pastikan CPR dilakukan secara berterusan pada mangsa.



LEKATKAN PAD DEFIBRILASI (SEDANG CPR DILAKUKAN)

1. Ikut arahan pada bungkusan dan tanggalkan pad.
2. Tanggalkan bahagian belakang dan tampal pad seperti yang ditunjukkan; pastikan ia ditampal kemas tanpa lompang udara.

Sekarang anda boleh hidupkan AED. Ikut arahan suara AED dan lakukan CPR (ms 17) seperti yang diperlukan sehingga kru ambulans tiba atau mangsa menunjukkan tanda-tanda masih bernyawa. Sebaik sahaja mangsa menunjukkan tanda-tanda masih bernyawa, periksa pernafasan dia. Jika mangsa tidak bernafas, teruskan dengan CPR dan gunakan AED. Jika mangsa bernafas, pantau pernafasannya sepanjang masa sehingga kakitangan ambulans tiba.

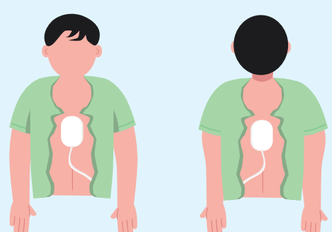


Tampal pad defibrilasi pada mangsa seperti yang ditunjukkan

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

PERLU	TIDAK BOLEH
Kekal bertenang.	Jangan panik dan cuba menukar bateri.
Terus gunakan AED dan tunggu bantuan tiba.	Jangan tanggalkan pad defibrilasi yang sudah ditampal pada badan pesakit.
	Jangan berhenti lakukan CPR.

Untuk kanak-kanak berumur antara satu hingga lapan tahun, atau berat badan kurang daripada 25 kg, pad defibrilasi pediatrik (yang mempunyai output kuasa yang rendah) harus digunakan. Bagaimanapun, jika pad pediatrik tidak tersedia semasa kecemasan, pad defibrilasi dewasa boleh digunakan pada kanak-kanak sebagai pilihan terakhir, seperti yang ditunjukkan dalam imej di sebelah kanan.



Depan *Belakang*

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

Pilihan Penjagaan Alternatif Untuk Bukan Kecemasan

Bagi kes yang tidak memerlukan respons kecemasan, anda boleh:

- Melawat Doktor Swasta (GP), Poliklinik atau Pusat Penjagaan Segera yang terdekat; atau
- Dapatkan nasihat penyedia khidmat teleperubatan. Rujuk HealthHub tentang cara menggunakan teleperubatan dengan selamat: *https://www.healthhub.sg/highlights-and-insights/health-safety-advisory/using-telemedicine-the-safe-way*; atau
- Hubungi talian bantuan NurseFirst (6262 6262) untuk mendapatkan nasihat bantuan perubatan.

PUSAT PENJAGAAN KECEMASAN





BAB 2

KESELAMATAN KEBAKARAN

26 Panduan Am Tentang Keselamatan Kebakaran
27 Senarai Semak Keselamatan Kebakaran Di Rumah
28 Gas Petroleum Cecair (LPG)
29 Gas Bandar Berpaip
30 Kebocoran Gas
31 Alat Penggera Kebakaran Rumah (HFAD)
32 Bahaya Kebakaran Di Tempat-tempat Awam
33 Kebakaran Di Bangunan Tinggi
34 Apabila Berlaku Kebakaran
35 Menyediakan Rumah Untuk Kecemasan Kebakaran
36 Alat Pemadam Api
38 Selimut Pemadam Api
39 Titik Panggilan Manual Dan Gelung Hos
40 Pemindahan Mangsa
43 Jika Pakaian Anda Terbakar
44 Panduan Mencegah Kebakaran Kenderaan
45 Jika Kenderaan Anda Terbakar
46 Kebakaran Kenderaan Elektrik (EV)
48 Kebakaran Panel Solar Fotovoltaik (PV)
49 Kebakaran Alat Mobiliti Aktif (AMD)

25

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. Dengan mengambil langkah-langkah pencegahan sedemikian, anda menyumbang secara aktif kepada Pertahanan Awam *dengan melindungi nyawa dan harta benda.*

Panduan Am Tentang Keselamatan Kebakaran

PANDUAN PENCEGAHAN KEBAKARAN UNTUK MELINDUNGI RUMAH ANDA

PENCEGAHAN KEBAKARAN SECARA AM

- Jangan buang bara yang masih membakar (cth. arang panas) dan puntung rokok ke dalam corong sampah tanpa memadamkan sepenuhnya terlebih dahulu.
- Jangan letakkan langsir atau sebarang bahan mudah terbakar berhampiran altar sembahyang, dapur atau bahan menyala.
- Letakkan lilin yang menyala jauh dari hiasan kertas atau kadbod, langsir dan perabot; ia harus diletakkan di dalam pemegang yang stabil di atas permukaan yang tahan haba supaya tidak tumbang.
- Pastikan mancis, pemetik api dan lilin jauh daripada jangkauan kanak-kanak.
- Kanak-kanak yang bermain dengan bunga api harus diawasi dengan teliti oleh orang dewasa; bunga api harus dinyalakan pada jarak sepanjang lengan dan bunga api yang belum digunakan harus disimpan di dalam kotak yang ditutup ketat dan jauh dari sumber haba.



KESELAMATAN DI DAPUR

- Jangan tinggalkan masakan tanpa diawasi; matikan semua peralatan memasak dan cabut palamnya apabila tidak digunakan.
- Pastikan dapur, tukup dapur dan ketuhar bersih dan bebas daripada minyak.
- Elakkan memakai pakaian berlengan panjang dan longgar semasa bekerja berhampiran sumber haba.
- Simpan produk/cecair yang mudah terbakar (cth. minyak masak dan wain) dan bahan yang mudah terbakar (cth. kertas dan bateri) jauh dari sumber haba seperti dapur.



KESELAMATAN ELEKTRIK

- Jangan gunakan soket elektrik secara berlebihan dan sentiasa matikan peralatan elektrik apabila tidak digunakan.
- Periksa wayar yang rosak dan yang terdedah; jika ada, segera gantikan wayar tersebut.
- Jangan biarkan bateri atau peranti dicas tanpa diawasi untuk jangka masa yang lama atau semalaman. Jangan mengusik, mengubah suai atau cuba membaiki bateri atau peranti sendiri. Sentiasa ikut arahan pengeluar untuk pengecasan dan penyimpanan. Hentikan penggunaan bateri jika anda melihat sebarang kerosakan atau kecacatan.



Senarai Semak Keselamatan Kebakaran Di Rumah

SENARAI SEMAK KESELAMATAN KEBAKARAN DI RUMAH		Ya	Tidak
Wayar Elektrik dan Komponen-komponennya	Adakah semua barangan terkawal* cth. palam 3 pin, adaptor berbilang hala, soket mudah alih mempunyai tanda 'SAFETY MARK'? *Senarai penuh barangan terkawal boleh didapati di *www.consumerproductsafety.gov.sg/suppliers/cpsr/list-of-controlled-goods/*		
	Adakah soket elektrik digunakan dalam kapasiti selamat tanpa secara berlebihan?		
	Adakah semua wayar di rumah dalam keadaan baik? (cth. tanpa kerosakan penebatan dan wayar terdedah)		
	Adakah semua wayar dipasang di kawasan terbuka tanpa melalui bawah permaidani, di atas hud dan melalui pembukaan pintu?		
	Adakah peralatan penjana haba cth. pembakar roti diletakkan jauh daripada bahan mudah terbakar?		
Kecuaian dan Salah Laku	Adakah lilin dan lampu minyak diletakkan di permukaan stabil dengan langkah-langkah diambil untuk mencegahnya daripada mudah terlanggar?		
	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 minyak 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 mudah terlanggar?		
	Adakah silinder Gas Petroleum Cecair (LPG) disimpan di kawasan yang mempunyai pengudaraan yang baik? Maksimum 30kg LPG (2x silinder 15kg) dibenarkan untuk dipasang atau disimpan di dalam unit kediaman persendirian untuk kegunaan domestik.		
	Adakah hos bekalan yang menyambungkan silinder LPG ke dapur/peralatan gas berada dalam keadaan baik, dipasang dengan ketat dan tiada kebocoran?		
Mempersiapkan rumah anda untuk 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 nombor untuk dihubungi sekiranya berlaku kebakaran atau kecemasan lain?		

Nota: Jika anda menjawab 'Tidak' kepada mana-mana soalan dalam senarai semak, anda disyorkan agar melakukan sesuatu secepat mungkin bagi mengelakkan kebakaran daripada berlaku di rumah anda.

Kami menggalakkan anda agar mengambil bahagian dalam Pemeriksaan Keselamatan Kebakaran Rumah dalam talian kami. Imbas kod QR untuk mengetahui lebih lanjut

Gas Petroleum Cecair (LPG)

PENGENDALIAN SELAMAT BAGI GAS PETROLEUM CAIR (LPG)

- Beli aksesori LPG anda dengan tanda 'SAFETY MARK' hanya dari penjual yang sah.
- Pastikan pengedar LPG anda menjalankan pemeriksaan keselamatan 5-perkara (pengawal tekanan, hos getah, silinder, klip hos dan sambungan) pada sistem LPG anda sekurang-kurangnya setahun sekali.
- Sentiasa pastikan silinder gas tegak; jangan membaringkannya.
- Pastikan silinder gas jauh daripada api terbuka, sumber haba dan soket elektrik.
- Pastikan tiada api terbuka berhampiran apabila menukar silinder gas.
- Jangan simpan lebih daripada satu silinder pada setiap masa, dan simpanan tersebut harus disimpan secara menegak dalam kabinet yang mempunyai pengudaraan yang baik.
- Pastikan tingkap terbuka dan dapur mempunyai pengudaraan yang baik sewaktu memasak; jangan tinggalkan masakan tanpa diawasi atau meletakkan bahan yang mudah terbakar berhampiran api.
- Matikan bekalan gas pada pengawal tekanan gas sebelum pergi melancong ke luar negara.
- Gantikan tiub/hos gas berdasarkan tarikh luput yang ditandakan pada tiub/hos.
- Gantikan pengawal tekanan setiap 10 tahun bermula dari tarikh pembuatan yang ditandakan pada pengawal tekanan.
- Jika anda gagal menyalakan dapur selepas menghidupkan injap gas, anda dinasihatkan agar mematikan injap gas dan membuka semua pintu dan tingkap untuk mengudarakan dapur seketika sebelum cuba menyalakannya semula. Ini akan mencegah penyalaan awan gas LPG yang mudah terbakar yang mungkin berada di sekeliling 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:

PENGAWAL TEKANAN

- Periksa jika sudah lusuh atau tamat tempoh.

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 jika ia sudah haus dan lusuh.

KLIP HOS

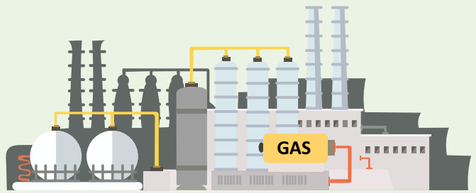
- Pastikan klip hos tidak longgar atau terlalu ketat (yang boleh menyebabkan hos getah lekuk atau terpotong).

UJIAN KEBOCORAN / SAMBUNGAN

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



Gas Bandar Berpaip



Gas bandar berpaip 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 tanda 'SAFETY MARK'.
- Jangan tinggalkan masakan tanpa diawasi.
- Jauhkan cecair mudah terbakar dan bahan mudah terbakar dari peralatan gas.
- Pasang peralatan gas di kawasan yang mempunyai pengudaraan yang baik dan kekalkan pengudaraan yang mencukupi.
- Pastikan tiada bau gas sebelum menyalakan ketuhar.
- Biarkan pintu ketuhar terbuka sedikit sebelum menggunakan ketuhar panggang.
- Anda harus menggunakan City Energy atau Pekerja Perkhidmatan Gas Berlesen (LGSW) untuk untuk sebarang pemasangan atau pengubahsuaian paip gas.
- Anda boleh menghubungi City Energy untuk menghentikan bekalan gas buat sementara waktu sebelum menjalankan ubah elok.
- Pengguna dinasihatkan agar melakukan penyenggaraan peralatan gas dengan betul.





Kebocoran Gas

PEMBUANGAN SILINDER LPG TERPAKAI & PENGGUNAAN SILINDER LPG DI TEMPAT-TEMPAT AWAM

Untuk pembuangan 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 Gas	6333 5555
LPG Association	6280 6612

JIKA ANDA TERHIDU KEBOCORAN GAS:



- Padamkan semua api dan matikan dapur gas, injap gas dan pengawal tekanan.



- Buka semua tingkap dan pintu untuk meningkatkan aliran udara.



- 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.
- Hubungi 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



- Tutup dengan kain basah untuk memadamkan api; jangan jirus air ke dalamnya kerana api akan merebak.
- Matikan bekalan gas serta-merta.

Alat Penggera Kebakaran Rumah (HFAD)

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

HFAD harus dipasang di siling di sepanjang laluan keluar di dalam rumah (cth. 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

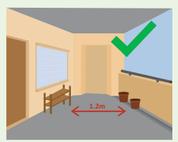
- Pasang alat pengesan asap di siling berhampiran bilik tidur dan tempat-tempat lain di mana kebakaran berkemungkinan berlaku.
- Periksa alat pengesan asap anda secara kerap berdasarkan arahan pengilang.
- Ikut arahan pengilang tentang cara membersihkan alat pengesan asap secara kerap.
- Pastikan bateri alat pengesan asap ditukar setiap tahun atau apabila lampu di alat itu berkelip.



Jenis Rumah	**Jumlah dan lokasi pengesan**
Rumah satu tingkat: - Flat HDB - Apartmen/Kondominium - Kediaman berhalaman satu tingkat	• Minimum 1 pengesan asap. • Dipasang di sepanjang kawasan peredaran*/ laluan keluar. • 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 berhalaman/ tidak berhalaman - Flat HDB - Apartmen/Kondominium	• Minimum 1 alat pengesan asap bagi setiap tingkat. • Untuk tingkat dengan kawasan peredaran >70m^2, sekurang-kurangnya 2 alat pengesan asap perlu dipasang di tingkat tersebut. • Pasangkan di sepanjang kawasan peredaran/laluan keluar 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

GARIS PANDUAN PENGGUNAAN KAWASAN UMUM DI ESTET HDB

PERLU		TIDAK BOLEH	
Pastikan semua tangga dan pelantar tangga lapang pada setiap masa.		Jangan simpan apa-apa barang di dalam ruang riser kering/basah ruang gelang hos.	
Kekalkan laluan keluar selebar minimum 1.2m di sepanjang koridor umum (diukur dari dinding parapet ke barang terdekat seperti kasut atau rak boleh alih).		Jangan letakkan apa-apa barang di sepanjang koridor selain rak kasut atau rak pakaian.	
Pastikan koridor dan laluan akses kekal lapang dan tidak terhalang untuk laluan kru kecemasan.		Jangan halang tangga atau laluan keluar dengan apa-apa barang.	

Bahaya kebakaran ini juga boleh menghalang usaha memadam kebakaran, pemindahan kebakaran dan pemindahan mangsa semasa kecemasan perubatan.

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

JIKA ANDA MENEMUI BAHAYA KEBAKARAN

Anda boleh melaporkannya kepada SCDF melalui:

- Borang Laporan Bahaya Kebakaran Dalam Talian yang tersedia (Lawati: *https://www.scdf.gov.sg/home/feedback*)
- Modul Maklum Balas Keselamatan Kebakaran dalam aplikasi telefon bimbit myResponder (maklumat lanjut di ms 111).
- Talian SCDF di 1800 280 0000.

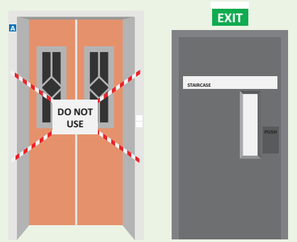
Kebakaran Di Bangunan Tinggi

BAGAIMANA JIKA KEBAKARAN BERLAKU DI BANGUNAN KEDIAMAN YANG AMAT TINGGI?

Bangunan kediaman yang amat tinggi merujuk kepada bangunan yang melebihi 40 tingkat.

Jika kebakaran adalah kecil, padamkannya. Jika tidak,

- beri amaran kepada yang lain;
- hubungi 995 untuk maklumkan SCDF; dan
- aktifkan penggera kebakaran yang terdekat.



Sentiasa kekal selamat:

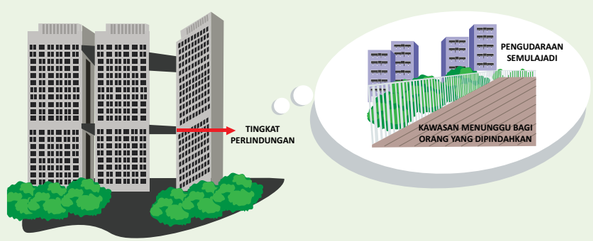
Jangan gunakan lif dan keluar dari kawasan tersebut melalui tangga keluar serta merta. Jika anda terlalu jauh dari tingkat pertama, teruskan ke tingkat perlindungan yang terdekat.

Apakah itu tingkat perlindungan?

Tingkat perlindungan ialah tingkat khas yang berfungsi sebagai kawasan menunggu yang selamat supaya penduduk tidak perlu turun melalui banyak tingkat untuk keluar dari bangunan sekiranya berlaku kebakaran. Anda boleh mengenal pasti tingkat perlindungan melalui tanda **'Evacuee Holding Area'** yang dipaparkan pada dinding di luar tangga di tingkat perlindungan dan di dalam tangga.

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.



Apakah itu lif bomba?

Lif bomba adalah lif khas yang direka untuk menyokong operasi memadam 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 amat tinggi harus mempunyai sekurang-kurangnya dua lif bomba. Keperluan ini telah disertakan dalam Kod Kebakaran pada tahun 2013. Sekiranya berlaku kebakaran, jangan gunakan sebarang lif melainkan anda dibimbing oleh anggota bomba atau responder pertama yang terlatih. Anda harus berpindah melalui tangga keluar.

Apabila Berlaku Kebakaran

JIKA ANDA MENEMUI KEBAKARAN

- Segera keluar jika anda berada di tingkat di mana kebakaran berlaku atau dalam lingkungan dua tingkat di atasnya.
- Jika anda berada di tingkat lain, secara amnya lebih selamat untuk kekal di dalam unit anda dengan semua tingkap dan pintu ditutup, melainkan diarahkan sebaliknya oleh pihak berkuasa.

JIKA RUMAH ANDA TERBAKAR

- Padamkan kebakaran hanya jika anda dapat melakukannya tanpa membahayakan diri anda atau orang lain.
- Jika anda tidak dapat memadamkan kebakaran, keluar dari rumah anda dengan segera dan hubungi 995 untuk mendapatkan bantuan.
- Jika boleh, tutup pintu bilik yang terjejas dan/atau pintu utama semasa anda keluar untuk mengawal kebakaran.

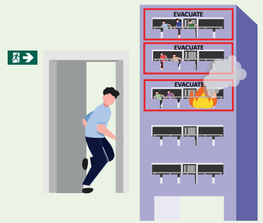
JIKA ANDA TIDAK DAPAT KELUAR

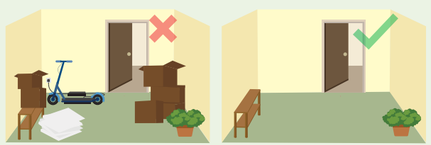
- Kekalkan posisi rendah dan dekat dengan lantai kerana asap akan naik atas semasa kebakaran.
- Bergerak ke bilik yang tidak terjejas, jauh dari kebakaran dan bertingkap, atau ke bilik yang selamat.
  - » Jangan gunakan Tempat Perlindungan Rumah (Household Shelter) sebagai tempat berlindung semasa kebakaran.
- Tutup pintu di belakang anda dan tutup celah di bawah pintu dengan sebarang kain, sebaiknya tuala basah, permaidani atau pakaian untuk menghalang asap daripada masuk.
- Hubungi 995 dan jerit dari tingkap anda untuk meminta tolong dan maklumkan kepada penyelamat tentang lokasi anda.
- Kekal tenang dan jangan cuba untuk melompat keluar dari bangunan.

Padamkan kebakaran hanya jika anda dapat melakukannya dan tanpa membahayakan diri anda atau orang lain.

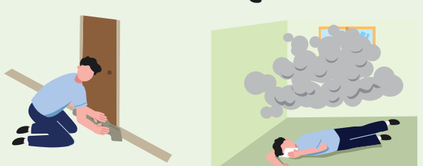
Cara-cara memadamkan api termasuk:

- Menggunakan air pada kertas, kayu dan kain yang terbakar, tetapi jangan pada cecair mudah terbakar seperti minyak kerana ini akan menyebabkan api merebak.
- Menggunakan alat pemadam api yang sesuai (ms 36).
- Menggunakan gelung hos (ms 39).









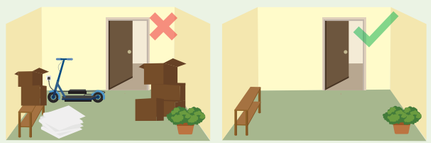


Menyediakan Rumah Untuk Kecemasan Kebakaran

Membuat persediaan awal di rumah membantu anda dan keluarga bertindak dengan selamat semasa kebakaran, termasuk mengetahui tempat yang selamat untuk dituju jika anda tidak dapat berpindah keluar.

SEDIAKAN RUMAH ANDA

- Pastikan laluan keluar dan pintu keluar tidak terhalang, contohnya perabot besar atau kotak yang boleh menghalang laluan keluar.
- Sediakan Beg Persediaan anda dan letakkan di tempat yang mudah dicapai.
- Lengkapkan rumah anda dengan peralatan pemadam kebakaran yang sesuai, seperti alat pemadam api dan/atau selimut pemadam api.
- Pastikan semua ahli keluarga tahu bila dan bagaimana untuk menghubungi 995.





UNTUK BILIK YANG SELAMAT

- Tidak terjejas dan berada sejauh mungkin daripada kebakaran.
- Sebaik-baiknya mempunyai tingkap yang boleh dibuka untuk mendapatkan bantuan.
- Mempunyai pintu yang boleh ditutup sepenuhnya.
- Bebas daripada barang berselerak dan potensi bahaya kebakaran, seperti bahan mudah terbakar dan menggunakan soket elektrik yang berlebihan.



Alat Pemadam Api

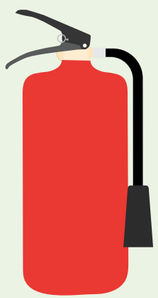
Alat pemadam api adalah penting untuk memadamkan kebakaran kecil sebelum ia merebak dan menyebabkan kerosakan yang lebih besar. Alat pemadam serbuk kering berkesan kerana ia boleh digunakan untuk pelbagai jenis kebakaran. Dengan mengikuti kaedah P.A.S.S (ms 37), anda boleh memberikan bantuan dan memadamkan kebakaran di peringkat awal. Untuk menjadikan alat pemadam api lebih mudah diakses, alat pemadam serbuk kering seberat 2kg telah dipasang di lobi di setiap dua blok HDB di bawah projek Titik Kecemasan Penyelamat atau Lifesavers' Emergency Point (LEP).

Setiap rumah disarankan untuk mempunyai sekurang-kurangnya satu alat pemadam api Serbuk Kimia Kering yang diperakui oleh Badan Pensijilan yang diiktiraf oleh Majlis Pertauliahan Singapura. Alat pemadam api seperti ini boleh digunakan untuk memadamkan banyak jenis kebakaran di rumah yang baru sahaja terjadi. Senarai pengedar dan bengkel servis alat pemadam api yang sah boleh didapati di laman web SCDF: *https://www.scdf.gov.sg/fire-safety-services-listing/permits-and-certifications/portable-fire-extinguisher*

Nota: SCDF tidak menyokong, meluluskan atau mengesyorkan mana-mana syarikat, jenama atau produk keselamatan kebakaran, dan tidak mempunyai sebarang kaitan dengan pengedar yang menjalankan jualan dari pintu ke pintu. Dakwaan seperti "diluluskan oleh SCDF" atau yang seumpamanya tidak boleh dianggap sebagai tanda sokongan daripada SCDF. Semasa membeli produk keselamatan kebakaran, pastikan produk tersebut mempunyai tanda pensijilan daripada Badan Pensijilan yang diiktiraf.

JENIS-JENIS ALAT PEMADAM API

	BERKESAN TERHADAP KEBAKARAN MEMBABITKAN:		
JENIS-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



Alat Pemadam Api

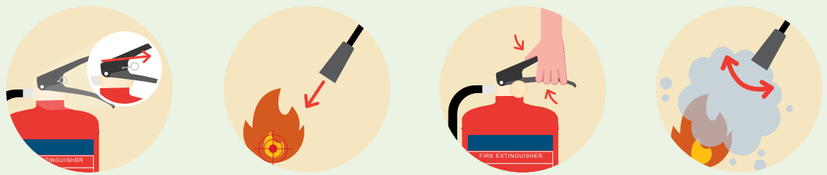
UNTUK MENGGUNAKAN PEMADAM API, GUNAKAN KAEDAH P.A.S.S

Pull (Tarik) keluar pin keselamatan seperti diarahkan pada label.

Aim (Hala) muncung pada pangkal kebakaran.

Squeeze (Tekan) tuil.

Sweep (Hayun) ke arah api dengan menggunakan bahan yang keluar dari alat pemadam api.



PEMBUANGAN PEMADAM KEBAKARAN

Atas sebab-sebab keselamatan, jangan buang alat pemadam api di corong/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 rujuk 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 berdaftar bagi khidmat servis, penyenggaraan, dan pembuangan alat pemadam api mudah alih.

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

Selimut Pemadam Api

Selimut pemadam api menyediakan penyelesaian yang berkesan dan selamat untuk menangani kebakaran yang baru sahaja terjadi di dalam rumah. Alat keselamatan kebakaran ini berguna untuk mengawal kebakaran rumah yang kecil seperti kebakaran elektrik dan dapur. Selimut pemadam api diperbuat daripada bahan kalis api yang menutupi api dan memutuskan bekalan oksigen, mencegahnya daripada terus merebak atau menyebabkan kecederaan.

Setiap rumah dinasihatkan agar menyimpan sekurang-kurangnya satu selimut pemadam api yang diperakui mengikut piawaian BS EN 1869 yang terkini. Selimut pemadam api sedemikian boleh membantu mengawal kebakaran rumah yang baru sahaja terjadi apabila digunakan dengan betul.

Nota: SCDF tidak menyokong, meluluskan atau mengesyorkan mana-mana syarikat, jenama atau produk keselamatan kebakaran, dan tidak mempunyai sebarang kaitan dengan pengedar selimut pemadam api yang menjalankan jualan dari pintu ke pintu. Dakwaan seperti "diluluskan oleh SCDF" atau yang seumpamanya tidak boleh dianggap sebagai tanda sokongan daripada SCDF. Semasa membeli produk keselamatan kebakaran, pastikan produk tersebut mempunyai tanda

CARA MENGGUNAKAN SELIMUT PEMADAM API DENGAN SELAMAT

- Matikan sumber haba atau bekalan elektrik dengan segera jika boleh.
- Keluarkan selimut daripada bungkusan dengan menarik tali fabrik.
- Sambil memegang tali, letakkan selimut di atas api.
- Regangkan selimut supaya ia cukup besar untuk menutupi api.
- Padamkan kebakaran hanya jika anda dapat melakukannya tanpa membahayakan diri anda atau orang lain.
- Jika anda tidak dapat mengawal kebakaran, keluar dari rumah anda dengan segera dan hubungi 995 untuk mendapatkan bantuan.
- Jika boleh, tutup pintu bilik yang terjejas dan/atau pintu utama semasa anda keluar untuk mengurangkan kebakaran daripada merebak



Pegang tali dan letakkan selimut di atas api

Titik Panggilan Manual Dan Gelung Hos

Sekiranya berlaku kebakaran, gunakan objek tajam (cth: kunci) untuk memecahkan kaca pada titik panggilan manual yang terdekat bagi mengaktifkan sistem penggera kebakaran. Ini akan memberi amaran kepada semua penghuni tentang kebakaran dan mengarahkan mereka agar keluar dari premis.

Apabila diaktifkan, titik panggilan manual akan membunyikan penggera kebakaran.

Untuk memadamkan api, anda boleh menggunakan alat pemadam api (ms 37) atau gelung hos.



Apabila diaktifkan, titik panggilan manual akan membunyikan penggera kebakaran

CARA MENGENDALIKAN GELUNG HOS

1. Buka injap gelung hos mengikut arah lawan jam.
2. Tarik hos dan periksa aliran air. Bawa hos ke arah api.
3. Buka air di muncung dan arahkannya pada pangkal kebakaran.



Untuk menghidupkan gelung hos

Nota: Pemindahan yang tepat pada masanya dalam situasi kebakaran adalah penting. Apabila penggera kebakaran dibunyikan, ia hendaklah diambil serius dan premis perlu dikosongkan dengan segera.

Apabila usungan tiada dan tidak boleh diubah suai, anda mungkin perlu memindahkan mangsa, dengan kaedah-kaedah yang disenaraikan di bawah. Anda disyorkan untuk mengikuti Program Responders Plus (Sesi Praktikal) kami (ms 110) untuk pemahaman yang 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 membiarkan berat badannya bersandar pada anda.



USUNGAN AHLI BOMBA

Digunakan untuk mangsa berbadan ringan. Bongkokkan diri anda dan letakkan mangsa melintang di atas bahu anda dan angkat. Pegang kaki mangsa dengan lengan anda seperti yang ditunjukkan supaya lebih stabil.



Pemindahan Mangsa

Keselamatan Kebakaran

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 lutut kanak-kanak tersebut untuk memastikan mangsa berada dalam posisi yang paling selesa.



Pemindahan Mangsa

NASIHAT PEMINDAHAN KEBAKARAN UNTUK WARGA EMAS DAN ORANG KURANG UPAYA (PWDs)

Jika warga emas dan/atau orang kurang upaya tidak boleh menggunakan tangga untuk keluar disebabkan batasan mobiliti, mereka harus ikuti garis panduan yang berikut:

- Hubungi 995, maklumkan kepada operator SCDF tentang lokasi tepat anda cth. nombor unit, tingkat dll. dan bantuan diperlukan kerana masalah mobiliti. Ini memastikan bahawa penyelamat dari SCDF menyedari situasi tersebut.
- Sekiranya berlaku kebakaran di unit anda, tinggalkan unit jika boleh. Pergi ke lobi lif yang terdekat. Bagaimanapun, jangan ambil risiko untuk bergerak jika laluan berbahaya atau tersekat.
- Jika anda tidak dapat meninggalkan unit anda dengan selamat, cari perlindungan dalam bilik (sebaik-baiknya yang mempunyai tingkap). Pastikan pintu ditutup untuk mengelakkan asap daripada memasuki bilik.
- Jika kebakaran berlaku di unit sebelah, tinggalkan unit anda dan cari perlindungan di lobi lif yang terdekat jika boleh. Jika tidak, ambil langkah yang sama seperti yang di atas.
- SCDF akan menghantar penyelamat untuk menyelamatkan anda sama ada anda mencari perlindungan di rumah atau di lobi lif. SCDF akan mencari anda berdasarkan maklumat yang diberikan kepada penerima panggilan 995.



Jika warga emas dan/atau orang kurang upaya tinggal di unit HDB, mereka atau **penjaga mereka dinasihatkan agar melaksanakan pelan kecemasan yang jelas**, termasuk:

- Membiasakan diri dengan laluan pemindahan dari unit mereka ke lokasi yang selamat;
- Mengenal pasti jiran-jiran yang dapat membantu dalam pemindahan; dan
- Memastikan nombor perkhidmatan kecemasan seperti 999 atau 995 dimaklumkan kepada mereka

Nota: Orang yang pekak atau cacat pendengaran boleh memaklumkan SCDF semasa kecemasan kebakaran dengan menghantar SMS ke 70995.*



**SCDF memperkenalkan fungsi Khidmat Pesanan Ringkas (SMS) Kecemasan sebagai sebahagian daripada keupayaan keseluruhannya untuk menerima panggilan kecemasan 995. Nombor yang ditetapkan untuk SMS Kecemasan SCDF ialah 70995. Perkhidmatan ini disediakan khas untuk mereka yang pekak, cacat pendengaran atau mempunyai masalah pertuturan. Mereka boleh menggunakan telefon bimbit untuk menghantar SMS kepada SCDF semasa kecemasan, seperti kebakaran dan/atau keadaan penyakit yang memerlukan perkhidmatan kecemasan SCDF.*

Jika Pakaian Anda Terbakar

BERHENTI, REBAHKAN BADAN DAN GULING

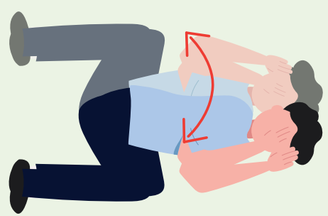
1 **B**erhenti berlari dan kekal bertenang.



2 **R**ebahkan badan ke lantai serta-merta.



3 **G**uling berulang kali untuk memadamkan api sambil menutup muka anda dengan tangan anda.



Panduan Mencegah Kebakaran Kenderaan

PUNCA UTAMA KEBAKARAN KENDERAAN



Punca utama kebakaran kenderaan di Singapura adalah sumber nyalaan seperti:

- Panas melampau.
- Kerosakkan elektrik dalam ruang enjin.

LENGKAPKAN KENDERAAN ANDA DENGAN PEMADAM API

- Kebanyakan kebakaran kenderaan bermula kecil tetapi menjadi besar dengan pantas disebabkan bahan mudah terbakar seperti petrol, diesel dan pelincir.
- Lengkapkan kenderaan anda dengan alat pemadam api supaya anda dapat memadamkan api yang baru sahaja terjadi sebelum ia merebak.
- Lihat ms 37 tentang cara mengendalikan alat pemadam api.

PANDUAN PENCEGAHAN

- Hantar kenderaan anda untuk diservis secara kerap di bengkel yang diluluskan untuk mengelakkan kenderaan anda daripada terbakar.
- Semasa setiap sesi servis, pastikan bahawa sistem elektrik, enjin dan bahan api kenderaan diperiksa bagi sebarang kerosakan.
- Di luar tempoh servis yang dijadualkan, anda digalakkan agar membuat pemeriksaan visual bagi sebarang tanda kebocoran minyak.



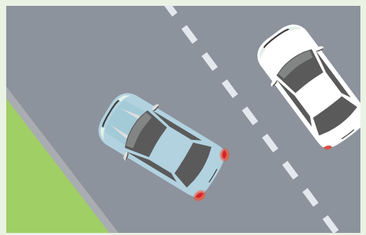




Jika Kenderaan Anda Terbakar

APABILA ANDA LIHAT ASAP ATAU NYALAAN KELUAR DARI KENDERAAN

1. Perlahankan kenderaan, 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 terdapat alat pemadam api di dalam kereta, gunakannya untuk memadamkan api semasa ia masih kecil tanpa membahayakan diri sendiri dan orang lain.
5. Jika api semakin marak, jauhkan diri anda dari kenderaan dan tunggu ketibaan SCDF di tempat yang selamat.
6. Beri amaran kepada trafik dari arah hadapan dan pastikan orang ramai menjauhi tempat kebakaran. Pastikan keselamatan diri anda semasa berbuat demikian.







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 kebakaran yang melibatkan kenderaan Enjin Pembakaran Dalam (Internal Combustion Engine) (cth. risiko renjatan elektrik dan haba yang melampau dari bateri HV yang terjejas jika ia mengalami 'thermal runway'[1]).

- Jika anda mengesan kebakaran dan mempunyai alat pemadam api bersama anda, anda boleh cuba memadamkan kebakaran kenderaan tersebut semasa ia masih kecil atau selamat untuk berbuat demikian. Jika tidak, hubungi 995 untuk bantuan SCDF.
- Jika anda melihat tanda-tanda kebakaran bateri[2] yang melibatkan kenderaan elektrik, jangan cuba memadamkan kebakaran dan sebaliknya hubungi 995 untuk mendapatkan bantuan SCDF.
- Semasa menghubungi 995, anda harus memberikan nombor plat kenderaan atau model EV dan penerangan ringkas mengenai bahagian yang terbakar (cth. bonet depan, bahagian tengah EV, bahagian bawah kenderaan 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 bawah kenderaan)	 Transmission Hump (Bahagian transmisi kenderaan)

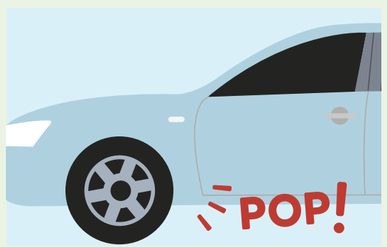
1 'Thermal runaway' merujuk kepada keadaan apabila suhu sel elektrokimia meningkat dengan sendiri secara tidak terkawal dan menjadi bertambah teruk apabila kadar penjanaan haba sel lebih tinggi daripada keupayaannya untuk hilang, yang berpotensi menyebabkan pelepasan gas, kebakaran atau letupan. Punca lazim 'thermal runway' adalah impak fizikal atau pengecasan bateri yang berlebihan.

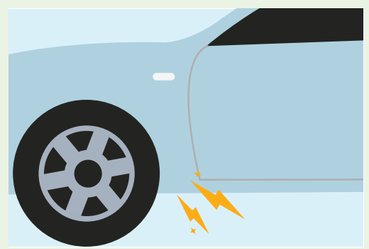
2 Tanda-tanda sedemikian termasuk bunyi letupan/desis yang boleh didengar dan dibezakan dari ruang bateri, percikan api yang kelihatan, asap tebal berwarna kelabu/putih yang tiba-tiba keluar dalam jumlah yang tinggi dan nyalaan api berarah seperti jet.

Kebakaran Kenderaan Elektrik (EV)

TANDA-TANDA KEBAKARAN KENDERAAN ELEKTRIK (EV)

- Bunyi letupan/desis yang boleh didengar dan dibezakan dari ruang bateri.
- Percikan api yang kelihatan.
- Asap tebal berwarna kelabu/putih yang tiba-tiba keluar dalam jumlah yang tinggi.
- Api berarah 'seperti jet'.









Kebakaran Panel Solar Fotovoltaik (PV)

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

Walaupun ia 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 PV solar itu terus bertenaga dan ambil langkah berjaga-jaga di sekitarnya.

Sekiranya berlaku kebakaran yang melibatkan panel PV solar, ia akan membantu jika anda mengetahui lokasi suis pengasingan utama dan memaklumkan kepada SCDF tentang lokasinya sebaik mereka tiba. Ini akan membolehkan penyelamat SCDF untuk mengisolasikan bangunan dengan selamat daripada sebarang potensi lonjakan kuasa yang disebabkan oleh sistem PV solar yang terjejas yang boleh mengakibatkan kebakaran kedua di bahagian lain bangunan.

Bagaimanapun, jangan cuba untuk memadamkan kebakaran dan melibatkan panel PV kerana mungkin terdapat risiko renjatan elektrik.

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



Kebakaran Alat Mobiliti Aktif (AMD)

Alat mobiliti aktif[1] yang dikawal selia di bawah Akta Mobiliti Aktif (AMA) merangkumi basikal bantuan kuasa (Power-Assisted Bicycles, PABs), alat mobiliti peribadi bermotor dan tidak bermotor (Personal Mobility Devices, PMDs) serta alat bantuan mobiliti peribadi (Personal Mobility Aids, PMAs).

NASIHAT TENTANG ALAT MOBILITI AKTIF (AMD)

Kebakaran yang melibatkan AMD dengan bateri litium-ion boleh melarat dengan sangat pantas. Apabila bateri litium-ion memasuki 'thermal runaway', bateri mungkin akan meletup, dan ia boleh mengeluarkan gas yang toksik. Api boleh merebak dengan pantas, menyempitkan peluang untuk keluar dalam beberapa saat. Oleh itu, penting untuk anda ketahui apa perlu dilakukan apabila AMD terbakar di rumah, tempat kerja atau di kawasan awam.

APA PERLU DILAKUKAN APABILA MENGHADAPI AMD YANG TERBAKAR

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

- Jerit untuk memberi amaran kepada orang lain yang mungkin berada di sekeliling anda, keluar dari unit dengan segera, tutup pintu untuk menghalang kebakaran daripada merebak. Jika anda berada di kawasan terbuka, jauhi AMD yang terbakar.
- Hubungi 995 untuk bantuan.
- Jangan padamkan api. Kebakaran bateri litium-ion merebak dengan pantas dan boleh meletup.

JIKA ANDA TIDAK DAPAT KELUAR

- Cepat pergi ke bilik yang paling jauh dari api, jerit untuk meminta bantuan dan memberi amaran kepada orang lain dan hubungi 995 jika boleh.
- Tutup pintu di belakang anda dan tutup celah di bawah pintu dengan tuala basah atau permaidani untuk mengelakkan asap daripada masuk.
- Kekal bertenang dan jangan cuba untuk melompat keluar dari bangunan.

PANDUAN KESELAMATAN KEBAKARAN DI DALAM RUMAH/TEMPAT KERJA/KAWASAN AWAM

Oleh kerana cara untuk lari keluar adalah penting apabila berlaku kebakaran:

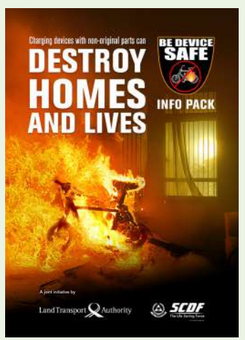
- Pastikan laluan keluar bebas halangan dari rumah atau tempat kerja anda.
- Cas AMD jauh dari pintu keluar rumah atau tempat kerja.
- Jangan cas AMD di kawasan umum cth. koridor umum.
- Ajarkan mereka di rumah atau tempat kerja tentang langkah-langkah yang perlu diambil untuk kebakaran AMD serta prosedur pemindahan.

Alat Penggera Kebakaran Rumah (HFAD)

- HFAD menyediakan amaran awal sekiranya berlaku kebakaran dan ia membantu mengurangkan kecederaan dan kematian berkaitan kebakaran.



Imbas kod QR untuk mengetahui lebih lanjut



Imbas kod QR untuk mengetahui lebih lanjut

[1] *Rujuk 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 PADA MASA AMAN

51 Beg Persediaan
53 Amaran Kecemasan (SG Alert)
54 Simpanan Bekalan
55 Kilat
56 Banjir
57 Gegaran Bumi
59 Tanah Runtuh
61 Gangguan Bekalan Kuasa
62 Taufan Dan Ribut Tropika
64 Tsunami
66 Gempa Bumi
68 Jika Anda Terperangkap Di Bawah Timbunan Runtuhan
69 Jika Anda Berhadapan Dengan Orang Ramai Yang Tidak Terkawal

50

Walaupun kebanyakkan malapetaka dan bencana alam (cth. banjir, kilat, ribut dan tsunami) adalah di luar kawalan, kita masih mampu meningkatkan peluang kita untuk selamat dan menguasai pengetahuan dan kemahiran yang diperlukan bagi memastikan keselamatan kita dalam menghadapi saat-saat kecemasan tersebut. Usaha-usaha kesediaan individu ini disepadukan dengan Pertahanan Awam *negara kita, membina masyarakat yang berdaya tahan dan mampu menghadapi pelbagai cabaran. Apabila anda bersedia, anda lebih berupaya membantu orang di sekeliling anda yang memerlukan sokongan, sekali gus menyokong* Pertahanan Sosial.

Beg Persediaan

Beg Persediaan ini mengandungi barang-barang penting yang akan membantu anda dalam kecemasan. Anda harus membawanya bersama apabila anda perlu mengosongkan 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).



Menyediakan Beg Persediaan merupakan satu tindakan Pertahanan Awam dan Psikologi dengan menyediakan anda dan keluarga anda untuk keperluan segera semasa kecemasan.

BEG PERSEDIAAN PERLU MENGANDUNGI BAHAN-BAHAN BERIKUT:

BARANGAN PENTING	USAGE
Lampu suluh tanpa bateri	Sekiranya berlaku gangguan bekalan kuasa dan anda perlu keluar dari situ.
Bateri	Untuk bekalan kuasa lampu suluh dan radio; simpan bateri tambahan dan jangan pasang bateri ke dalam lampu suluh sehingga diperlukan, kerana membiarkannya dalam lampu suluh tersebut boleh menyebabkan kebocoran atau karat.
Ubat-ubatan peribadi dan bekalan penjagaan kesihatan yang penting	Untuk sebarang keadaan penyakit yang anda atau keluarga anda ada cth. semput, masalah jantung dan sebagainya, gunakan cecair pembersih tangan untuk perlindungan terhadap penularan bakteria, jangkitan virus dan virus.
Wisel	Digunakan untuk meminta bantuan atau memberi amaran kepada orang lain; menjerit boleh memenatkan, tidak berkesan dan boleh menyebabkan anda terhidu asap dan habuk berbahaya dalam sesetengah kes.
Kit Bantuan Kecemasan	Untuk merawat sebarang kecederaan kecil.
Bekalan penjagaan kanak-kanak dan barangan penjagaan khas yang lain	Untuk memenuhi keperluan mana-mana individu istimewa dalam keluarga, cth. bayi.
Pelitup N95	Untuk melindungi anda dan keluarga anda daripada pendedahan berlebihan kepada pencemaran dan jangkitan udara.

Beg Persediaan

BARANG TAMBAHAN UNTUK BEG PERSEDIAAN TERMASUK (PILIHAN/TIDAK WAJIB):

- Wang tunai.
- Radio poket tanpa bateri.
- Bank kuasa yang telah dicas terlebih dahulu.
- Air botol dan makanan kering.
- Satu set pakaian tambahan, cth. kemeja-T dan seluar sukan.
- Senarai nombor perkhidmatan penting, cth. nombor telefon syarikat utiliti, syarikat insurans dll.

PERKARA YANG PERLU DIBERI PERHATIAN TENTANG BEG PERSEDIAAN:

- Anda boleh mempunyai lebih daripada satu Beg Persediaan, cth. satu bagi setiap ahli keluarga.
- Jangan letakkan barangan berat ke dalam Beg Persediaan kerana ia akan mengganggu pergerakan semasa kecemasan.
- Periksa tarikh luput barangan di dalam beg dan gantikan apabila perlu, cth. barangan yang mudah rosak, bekalan bantuan kecemasan dan pelitup.
- Gantikan bateri dengan yang baru secara kerap dan jangan letakkannya di dalam peranti cth. lampu suluh.
- Pastikan bank kuasa dicas secukupnya untuk menyokong penggunaan telefon sebagai lampu suluh dan radio, dan cas semula setiap dua hingga tiga bulan agar ia sentiasa berfungsi. Hanya gunakan bank kuasa yang memenuhi syarat-syarat keselamatan produk pengguna Singapura.





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

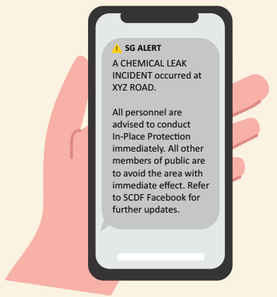
Amaran Kecemasan (SG Alert)

KEKAL MAKLUM SEMASA KRISIS

Semasa kecemasan besar, SCDF akan menyiarkan mesej Amaran SG ke telefon bimbit anda[1]. Mesej-mesej ini hanya dihantar apabila terdapat kecemasan yang perlu dimaklumkan pada anda untuk mengambil **tindakan segera** untuk kekal selamat. Apabila anda melihat Amaran SG, penting untuk anda hentikan apa yang anda sedang lakukan, baca mesej dengan teliti dan mengikuti arahan yang diberikan.

Amaran SG direka untuk memberi anda maklumat penting berkaitan kecemasan seperti:

- Penerangan ringkas tentang kejadian.
- Lokasi yang terjejas.
- Tindakan perlindungan yang perlu anda ambil.
- Sumber rasmi untuk maklumat lanjut.



Amaran SG mempunyai ciri penapisan bahasa. Pengguna akan menerima mesej Amaran SG dalam Bahasa Inggeris dan salah satu daripada tiga bahasa rasmi lain mengikut tetapan bahasa lalai telefon bimbit anda.

BAGAIMANA ANDA TAHU IA ADALAH AMARAN SG?

Amaran SG akan mempunyai ciri-ciri utama yang berikut:

CIRI-CIRI UTAMA	FUNGSI
Nada dan Getaran Amaran yang Berbeza	Walaupun telefon anda ditetapkan kepada mod senyap, amaran kecemasan masih akan mencetuskan nada amaran dan getaran yang kuat untuk tempoh yang singkat
Penggantian Skrin Penuh	Mesej Amaran SG akan 'muncul' dan dipaparkan dengan jelas pada skrin anda. Anda perlu mengakui mesej tersebut sebelum anda boleh terus menggunakan telefon bimbit anda.
Tiada Aplikasi Diperlukan	Tidak perlu memuat turun sebarang aplikasi tertentu atau berdaftar untuk menerima Amaran SG. Ciri ini akan tersedia pada telefon bijak.

Nota: Kami sangat menggalakkan anda untuk mendengar rakaman audio nada Amaran SG dengan melungsuri www.scdf.gov.sg dan merujuk ke bahagian Amaran Kecemasan (Amaran SG).

1 Amaran SG akan disediakan kepada pelanggan Singtel mulai pertengahan 2026 dan selepas itu akan dilancarkan secara progresif kepada pelanggan semua syarikat telekomunikasi tempatan yang lain menjelang pertengahan 2027.

Simpanan Bekalan

Menyimpan bekalan barangan keperluan boleh membantu anda dan orang tersayang bertahan dalam waktu kecemasan. Anda boleh bersikap berdaya tahan dan bersedia untuk potensi gangguan bekalan makanan dengan mengikuti ABC.

Langkah proaktif ini merupakan langkah praktikal dalam Pertahanan Ekonomi. Ia memastikan keperluan asas dipenuhi apabila rantaian bekalan terganggu, dan ia memperkukuh Pertahanan Psikologi dengan menyediakan rasa selamat dan bersedia. Senarai barang-brang yang disyorkan ditunjukkan di bawah.

A - Adapt (Sesuaikan) dan bersikap fleksibel dengan pilihan makanan anda.

B - Buy (Beli) dan simpan makanan yang tidak mudah rosak secukupnya di dalam pantri anda untuk kecemasan.

C - Consume (Makan) hanya apa yang anda perlukan dan pilih alternatif yang lain.

Menyimpan bekalan makanan penting selama dua minggu seperti ini boleh membantu anda dan orang tersayang semasa krisis atau kecemasan.

Nota: Sentiasa periksa tarikh luput makanan dan tambah semula stok bagi memastikan keselamatan makanan.



BERAS (cth. beras mentah atau beras segera yang telah dimasak)

MI YANG BELUM DIMASAK (cth. pasta atau mi segera)

MAKANAN DALAM TIN (cth. pelbagai tin daging, sayur-sayuran dan kacang)

Kilat

Apabila berlaku ribut petir, cari tempat berteduh di dalam bangunan atau kenderaan untuk perlindungan dan jauhi objek dan perkakas berlogam untuk keselamatan anda.

JIKA ANDA BERADA DI RUMAH

- Elakkan daripada mandi atau berendam; paip dan lekapan bilik mandi boleh mengalirkan elektrik.
- Elakkan daripada menggunakan telefon berwayar melainkan ada kecemasan; telefon tanpa wayar dan telefon bimbit adalah selamat digunakan.
- Cabut peralatan elektrik dan barangan elektronik lain cth. komputer; lonjakan kuasa yang 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 tidak dapat berbuat demikian, cari perlindungan di kawasan rendah seperti di bawah pokok kecil yang rendang dan membongkok dalam posisi seperti bola di atas tanah.
- Jangan menunggang basikal, motosikal atau kereta golf; jika anda menaikinya, turun secepat mungkin dan cari perlindungan.
- Bersurai jika anda berada dalam satu kumpulan.
- Elakkan memegang objek besi dan berdiri di bawah pokok tinggi atau berhampiran pagar, paip dan rel besi.
- Elakkan daripada menggunakan telefon bimbit, peralatan elektrik dan elektronik.
- Segera menuju ke darat jika anda berada di kawasan perairan terbuka.





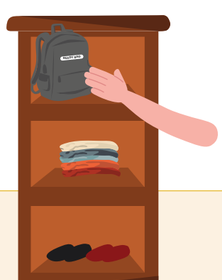
Untuk maklumat lanjut tentang kilat, hujan lebat, gempa bumi, pencemaran udara, data persekitaran, sila lungsuri www.weather.gov.sg, www.nea.gov.sg dan muat turun aplikasi telefon bimbit myEnv.

Banjir

Apabila berlaku banjir, pindah ke kawasan yang lebih tinggi.

JIKA ANDA BERADA DI RUMAH

- Dapatkan maklumat terkini dengan mengikuti saluran amaran banjir PUB, atau mendengar radio tempatan dan rangkaian berita untuk mendapatkan laporan terkini mengenai situasi daripada pihak berkuasa.
- Tunggu di dalam rumah, tetapi ambil Beg Persediaan anda (ms 51) dan bersedia untuk berpindah dengan segera apabila dinasihatkan oleh pihak berkuasa.
- Jika anda fikir ianya berbahaya untuk terus berada di rumah, hubungi 995 atau 999 (berikan nama dan alamat anda) dan berpindah dengan segera. Bergerak ke kawasan yang lebih tinggi dan jauh dari kawasan terbuka, sungai serta longkang air hujan, dan gunakan sebatang kayu untuk memeriksa kekukuhan tanah di hadapan anda.



JIKA ANDA BERADA DI DALAM KENDERAAN

- Dapatkan maklumat terkini dengan mengikuti saluran amaran banjir PUB, atau mendengar radio tempatan untuk mendapatkan laporan trafik dan laporan terkini mengenai situasi daripada pihak berkuasa.
- Berwaspada terhadap tanda-tanda banjir.
- Elakkan memandu di kawasan yang dinaiki air yang parasnya melebihi bendul jalan ketinggian bendul jalan atau di mana tanda jalan raya tidak lagi kelihatan.
- Jika kenderaan berhenti di kawasan air yang naik dengan deras, jangan hidupkan semula kenderaan anda. Hidupkan lampu kecemasan, hubungi 995 atau 999 untuk mendapatkan bantuan dan pergi ke tempat yang lebih tinggi.
- Jangan berjalan melalui air yang lebih tinggi dari paras buku lali anda; jika perlu, gunakan sebatang kayu untuk memeriksa kekukuhan tanah di hadapan anda dan cuba berjalan di dalam air yang bertakung.



Untuk maklumat terkini mengenai hujan and amaran banjir:

Ikuti saluran Telegram Amaran Banjir @pubfloodalerts atau akaun @PUBsingapore

Telegram *X*

Atau muat turun aplikasi myENV dan aktifkan 'Hujan Lebat', 'Paras Air Longkang' dan 'Amaran Banjir Kilat'

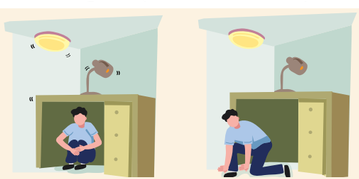
Muat turun untuk iPhone dan iPad | Android

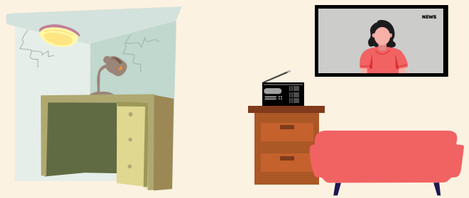
Gegaran Bumi

Sehingga kini, gegaran bumi yang dirasai di Singapura adalah kesemuanya disebabkan oleh gempa bumi di sekitar rantau dan tiada rekod mengenai impak serius yang menimpa pulau ini. Khidmat Kaji Cuaca Singapura (MSS), SCDF dan pihak Polis akan mengambil tindakan segera sekiranya terdapat tanda-tanda pergerakan tanah yang menimbulkan ancaman kepada Singapura.

JIKA ANDA BERADA DI DALAM RUMAH ATAU BANGUNAN

1. Kekal bertenang dan jauhi tingkap, rak perhiasan, lekapan lampu atau apa-apa sahaja yang mungkin boleh jatuh dan menghempap anda sehingga menyebabkan kecederaan.
2. Ambil perlindungan di bawah meja yang kukuh, sebaik-baiknya diperbuat daripada kayu atau bahan kuat yang lain.
3. Apabila gegaran berhenti, keluar dari bawah meja dan matikan semua peralatan gas dan elektrik; jangan sentuh sebarang pendawaian elektrik yang rosak.
4. Jangan gunakan mancis pada nyalaan api terbuka yang lain kerana mungkin terdapat kebocoran gas yang disebabkan oleh gegaran. Hubungi 1800 752 1800 untuk melaporkan kebocoran paip gas jika anda menghidunya.
5. Periksa persekitaran anda untuk sebarang keretakan baru dan kerosakan struktur lain pada elemen bangunan seperti dinding, tiang dan alur. Pemindahan hanya perlu apabila terdapat tanda-tanda kerosakan struktur yang ketara pada elemen bangunan (cth. keretakan baru).





6. Jika terdapat keretakan baru:
   a. Hubungi Penguasa Bangunan dan Binaan (BCA) di 1800 342 5222 atau pejabat pengurusan bangunan bukan HDB.
   b. Hubungi Unit Perkhidmatan Penyenggaraan Penting (EMSU) yang menjaga kawasan anda jika anda di dalam estet perumahan HDB; nombor ini boleh ditemui di lobi lif anda.
7. Dengar stesen radio atau televisyen tempatan untuk maklumat terkini tentang situasi gegaran.
8. Elakkan menghubungi 995 atau 999 untuk mengelakkan kesesakan talian kecemasan; hubungi SCDF atau Polis hanya jika terdapat kecemasan.

Gegaran Bumi

JIKA ANDA BERADA DI LUAR RUMAH ATAU BANGUNAN

1. Jauhi bangunan dan kabel elektrik yang tergantung.
2. Terus berada di kawasan terbuka hingga gegaran berhenti.
3. Jika anda sedang memandu, berhenti dengan segera apabila keadaan mengizinkan dan terus berada di dalam kenderaan anda. Elakkan daripada berhenti berdekatan dengan pokok, bangunan, jambatan, jejantas atau kabel elektrik yang tergantung.

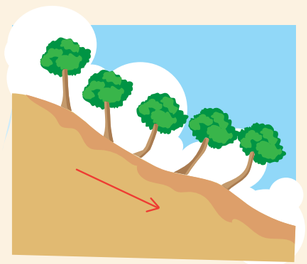
JIKA TERDAPAT KEPERLUAN UNTUK BERPINDAH

1. Padamkan 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

Tanah runtuh biasanya didahului oleh pergerakan cerun yang luar biasa. Jika anda perasan sebarang tanda runtuhan cerun yang disenaraikan di bawah, adalah disyorkan agar anda mendapatkan khidmat jurutera profesional untuk memeriksa, menilai dan mengemukakan cadangan penyelesaian bagi menangani masalah tersebut.



TANDA-TANDA RUNTUHAN CERUN

- Tanah yang merekah, membonjol atau tidak sejajar.
- Pokok, pagar dan tiang utiliti condong di sepanjang cerun.
- Takungan air di belakang tembok penahan atau takungan air yang timbul di permukaan tanah yang baru.
- Penghakisan atau penghakisan tumbuhan dan tanah di atas cerun.
- Keruntuhan tanah di/atau berhampiran bahagian bawah cerun.

APABILA TANAH RUNTUH BERLAKU DAN SERPIHAN TANAH MENGALIR

- Jika selamat untuk melakukannya, matikan bekalan gas, elektrik dan air kerana ia boleh menyebabkan kerosakan tambahan.
- Berikan amaran kepada jiran-jiran anda.
- Ambil Beg Persediaan anda dan segera berpindah jika keselamatan mengizinkan; keluar dari laluan tanah runtuh.
- Jika anda sedang memandu, sentiasa berhati-hati dan perhatikan permukaan jalan yang runtuh, lumpur, batu yang jatuh dan tanda-tanda lain yang mungkin menunjukkan aliran serpihan tanah.
- Jika anda atau orang lain terperangkap, hubungi 995 atau 999 dan jika boleh, dengar radio atau televisyen untuk maklumat terkini tentang situasi tanah runtuh.
- Tunggu penyelamat datang dan kekal bertenang serta berjaga-jaga.



Tanah Runtuh

SELEPAS TANAH RUNTUH

- Hubungi 995 atau 999 untuk melaporkan sebarang keadaan kecemasan.
- Jauhi kawasan yang terjejas, struktur bangunan dan kabel elektrik kerana mungkin terdapat lebih banyak tanah runtuh.
- Arahkan penyelamat ke lokasi mangsa yang cedera dan terperangkap di kawasan yang terjejas; jangan memasuki kawasan bahaya.
- Dapatkan keizinan pelepasan dan ikut arahan dari pihak berkuasa yang berkenaan sebelum kembali ke rumah yang terjejas.
- Laporkan kerosakan struktur kepada:
  - » Penguasa Bangunan dan Binaan (BCA) di 1800 342 5222 atau pejabat pengurusan bangunan bukan HDB.
  - » Unit Perkhidmatan Penyenggaraan Penting untuk blok HDB; nombor telefon boleh didapati di lobi lif blok HDB.
- Dengar radio atau televisyen untuk maklumat tentang situasi terkini.





Gangguan Bekalan Kuasa

Anda disyorkan agar menyimpan lampu suluh dan bateri tambahan di dalam Beg Persediaan anda (ms 51) 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. Di samping itu, anda boleh menyediakan keperluan alternatif seperti bank kuasa yang boleh membantu menghidupkan telefon bimbit dan peranti anda semasa gangguan bekalan kuasa. Pastikan bank kuasa ini dicas secukupnya.

APABILA GANGGUAN BEKALAN KUASA BERLAKU

Assess (Nilai) situasi

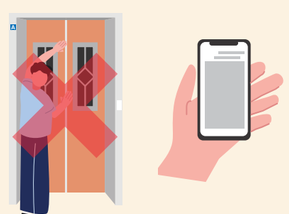
- Nilai situasi anda, periksa sama ada gangguan bekalan kuasa hanya menjejas anda atau bangunan yang berdekatan juga.



Be careful (Berhati-hati) dengan penggunaan kuasa anda

- Keluarkan Beg Persediaan anda, hidupkan lampu suluh dan dengar radio untuk maklumat tentang situasi terkini.
- Jika ada orang yang terperangkap di dalam lif semasa gangguan bekalan kuasa:
  - » Jangan hubungi 995 atau 999 melainkan terdapat situasi yang mengancam nyawa atau keperluan untuk perkhidmatan perubatan kecemasan.
  - » Bagi estet HDB, hubungi Unit Perkhidmatan Penyenggaraan Penting (EMSU) untuk mendapatkan bantuan. (Nombor telefon boleh didapati di lobi lif).
- Jika anda terperangkap di dalam lif, kekal bertenang, tekan butang kecemasan dan tunggu bantuan tiba; jangan cuba membuka pintu lif secara paksa.
- Jika anda sedang memandu dan lampu jalan terpadam, pastikan lampu hadapan kenderaan anda sentiasa menyala dan pandu secara perlahan.
- Pastikan pintu peti sejuk ditutup agar makanan yang mudah rosak tahan lebih lama.
- Matikan peralatan elektrik untuk mengelakkan kerosakan akibat lonjakan kuasa apabila bekalan elektrik dipulihkan.





Check (Semak) maklumat rasmi yang terkini

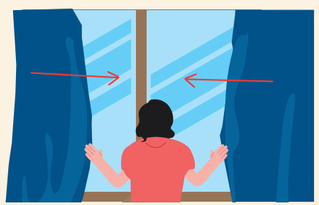
- Semak maklumat rasmi yang terkini dengan melayari saluran media sosial SP Group dan Penguasa Pasaran Tenaga (EMA) untuk maklumat terkini tentang pemulihan kuasa dan berhati-hati agar tidak terpedaya dengan berita palsu.

Taufan Dan Ribut Tropika

Elakkan daripada mengembara ke luar negara semasa musim taufan di negara destinasi anda. Anda disyorkan agar mengikuti laporan cuaca terkini negara tersebut bagi mengelakkan daripada 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.

APABILA TAUFAN ATAU RIBUT TROPIKA MELANDA KAWASAN ANDA

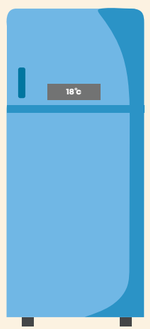
- Pindah keluar jika diarahkan oleh pihak berkuasa tempatan; jika tidak, dapatkan perlindungan dalam tempat tertutup dengan segera.
- Ikat atau pindahkan barangan di luar seperti alat mainan, basikal, pasu bunga dan objek berat ke dalam rumah dan jauh dari tingkap.
- Tutup langsir untuk mengurangkan serpihan kaca yang masuk sekiranya tingkap pecah. Jauhi tingkap dan pintu yang terdedah.
- Jika tingkap pecah, letakkan tilam pada cermin tingkap yang pecah dan tolak perabot berat untuk menahannya, jika boleh.



Taufan Dan Ribut Tropika

- Sediakan lampu suluh dan kit bantuan kecemasan sekiranya terjadi sebarang gangguan bekalan kuasa dan kecederaan yang disebabkan oleh ribut.
- Tetapkan suhu peti sejuk anda ke suhu terendah untuk mengurangkan kerosakan makanan sekiranya bekalan kuasa terputus.
- Dengar radio untuk maklumat tentang situasi terkini.
- Jika boleh, periksa jika terdapat bahaya kebakaran, elektrik dan gas (ms 26) di dalam apartmen semasa ribut.
- Jika ribut menjadi teruk, pindah ke kawasan di dalam apartmen yang paling kurang terdedah dengan tingkap kaca dan baring atau bersembunyi di bawah meja yang kukuh.
- Jangan keluar apabila ribut kelihatan seperti telah berhenti; angin mungkin akan meniup semula selepas tempoh tenang yang singkat.
- Apabila ribut diisytiharkan berakhir, periksa kaca yang pecah, pokok yang tumbang, kabel kuasa yang rosak dan bahaya yang lain di kawasan anda.
- Hubungi ambulans kecemasan di kawasan itu jika terdapat kes kecederaan yang teruk.







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 ia dilindungi oleh tanah-tanah luas di sekitarnya seperti Semenanjung Malaysia di utara dan Borneo di timur. Bagaimanapun, Singapura telah menubuhkan sebuah sistem pengawasan seismik sejak pertengahan 1990-an yang diurus oleh Khidmat Kaji Cuaca Singapura (MSS), untuk memberi amaran kepada penduduk Singapura sekiranya berlaku situasi kecemasan.

TANDA-TANDA AMARAN TSUNAMI

- Gegaran bumi dan pergerakan bawah tanah di pantai atau berhampiran laut.
- Paras laut atau perairan pantai surut secara tiba-tiba dari pantai, kadangkala sebanyak satu kilometer atau lebih.



JIKA ANDA BERHADAPAN DENGAN TSUNAMI

- Sebaik sahaja anda mengalami salah satu atau kedua-dua tanda amaran tsunami, lari ke tempat yang lebih tinggi dengan segera; jangan hampiri pantai untuk menyiasat atau menunggu untuk amaran tsunami diberikan.
- Jika anda dinasihati untuk pindah keluar, lakukan segera.
- Jangan terus berada di bahagian bangunan yang rendah di kawasan pantai jika amaran tsunami diaktifkan.
- Pindah keluar dengan segera ke kawasan darat yang lebih tinggi; jika tiada masa, cari perlindungan di tingkat atas bangunan konkrit bertetulang yang tinggi.
- Jika anda berada di dalam bot atau kapal yang jauh dari pantai, pandu bot/kapal ke perairan yang lebih dalam; jika anda berhampiran jeti, lebih selamat untuk meninggalkan kapal di situ dan pindah ke kawasan lebih tinggi.
- Jangan menganggap bahawa ianya selamat untuk keluar ke tempat terbuka selepas gelombang yang pertama kerana mungkin berlaku gelombang yang berikutnya.



Semasa gempa bumi, kebanyakan kecederaan berlaku apabila orang ramai cuba meninggalkan atau bergerak di sekitar bangunan ketika tanah masih bergegar. Malah, dinding yang runtuh, kaca dan objek yang berterbangan merupakan punca utama kecederaan dan kematian semasa gempa bumi. Walaupun Singapura tidak pernah mengalami gempa bumi, penting untuk anda mengikuti garis panduan di bawah bagi meningkatkan peluang anda untuk selamat jika anda menghadapi gempa bumi di luar negara.

JIKA ANDA BERADA DI DALAM RUMAH ATAU BANGUNAN

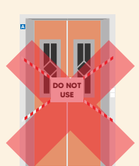
- Apabila gegaran bermula, rebahkan diri ke bawah dan dapatkan perlindungan di bawah meja atau perabot yang kukuh dengan segera; tunggu sehingga gegaran berakhir.
- Jika tiada perabot yang boleh dijadikan tempat berlindung, pindah ke tempat selamat berhampiran (cth. sudut di dalam bangunan atau dinding dalaman yang jauh dari tingkap, rak sangkut atau apa-apa sahaja yang boleh jatuh dan mencederakan anda) dan duduk membongkok sambil menutup muka dan kepala anda dengan tangan anda.
- Terus berada di dalam rumah sehingga gegaran berhenti dan jika anda pasti ianya selamat untuk keluar; jika anda perlu meninggalkan bangunan selepas gegaran berhenti, jangan gunakan lif sekiranya berlaku gegaran susulan, gangguan bekalan kuasa atau kerosakan lain.



Duduk membongkok di tempat selamat sambil menutup muka dan kepala anda.

JIKA ANDA BERADA DI LUAR RUMAH ATAU BANGUNAN

- Kurangkan pergerakan anda dan jauhi bangunan, lampu jalan dan wayar utiliti.
- Kekal berada di tempat terbuka sehingga gegaran berhenti.
- Jika anda sedang memandu:
  - » Berhenti sebaik sahaja keselamatan mengizinkan dan jauhi bangunan, pokok, jambatan dan kabel elektrik.
  - » Kekal berada di dalam kenderaan dan dengar radio untuk maklumat tentang situasi terkini.



Jangan gunakan lif kerana ia mungkin rosak disebabkan gegaran susulan

APABILA GEMPA BUMI BERHENTI

- Jangkakan gegaran susulan pada bila-bila masa dari beberapa jam kemudian hingga ke beberapa bulan selepas gelombang kejutan awal; setiap kali anda merasainya, duduk membongkok di sebelah dinding dalaman yang selamat atau di sudut sebelah dalam dan tutup muka dan kepala anda dengan tangan anda.
- Lakukan pemeriksaan pantas di kawasan anda untuk kerosakan dan minta semua orang pindah keluar jika terdapat kerosakan struktur yang kellihatan.
- Bantu orang yang tercedera dan terperangkap, jika ada, dan hubungi nombor khidmat kecemasan tempatan untuk memberikan bantuan dan arahkan para penyelamat kepada mereka.
- Jika boleh, tutup sumber gas dan elektrik dan berjaga-jaga terhadap bau kebocoran gas, tumpahan bahan kimia dan cecair yang mudah terbakar.
- Perhatikan tanda-tanda kebakaran; jika boleh padamkan api-api yang kecil.
- Berhati-hati terhadap talian kuasa yang tumbang atau paip gas yang pecah dan jauhi kawasan dan bangunan yang rosak.
- Dengar radio untuk maklumat terkini.



Jangan bergerak semasa gempa bumi sedang berlaku

Jika Anda Terperangkap Di Bawah Timbunan Runtuhan

UNTUK MENINGKATKAN PELUANG ANDA UNTUK SELAMAT:

- Merangkak ke bawah perabot yang kukuh (cth. meja atau katil) yang akan memberi anda ruang untuk bernafas dan perlindungan daripada objek yang terjatuh. Jika itu tidak boleh dilakukan, sandarkan diri anda pada dinding dalaman yang tiada tingkap kaca atau rak sangkut dan cuba gunakan selimut, kotak dan bahan serupa yang lain untuk perlindungan daripada serpihan kaca dan runtuhan kecil.
- Jika boleh, jauhi kawasan atau objek yang tidak stabil, dan pakai sepasang kasut yang tahan lasak bagi melindungi kaki anda daripada serpihan kaca.
- Kekal di situ jika anda berada di kawasan yang selamat; jangan cuba menggunakan tangga atau lif kerana anda akan terdedah kepada bahaya seperti serpihan yang terjatuh, tangga yang 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.
- Kekal bertenang, berjaga-jaga dan responsif terhadap panggilan daripada penyelamat.
- Jangan menjerit jika tidak perlu kerana anda mungkin tersedut habuk yang berbahaya disamping melemahkan diri anda.
- Jika boleh, gunakan wisel, lampu suluh atau ketuk pada paip atau dinding untuk menarik perhatian penyelamat.
- Jika anda terhimpit di bawah runtuhan, gerakkan jari tangan dan kaki anda secara kerap untuk melancarkan peredaran darah dan mencegah pembekuan darah.
- Kekalkan semangat anda dengan memikirkan orang yang tersayang.
- Makan makanan dan air dari peti sejuk jika ia berdekatan dengan anda; berhati-hati dengan serpihan kaca dan serpihan lain jika anda perlu makan dan minum dari sumber terbuka di dalam serpihan tersebut.



Jika Anda Berhadapan Dengan Orang Ramai Yang Tidak Terkawal

ORANG RAMAI YANG TIDAK TERKAWAL

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

- Kekal bertenang dan jauhi dari orang ramai tersebut.
- Jangan mendekati atau bersemuka dengan orang ramai tersebut.
- Hubungi 999 dengan segera dan laporkannya kepada Polis dengan memberikan butiran seperti:.
  - Jumlah orang (berapa ramai orang yang berkumpul?);
  - Aktiviti (apa yang sedang mereka lakukan?);
  - Lokasi kejadian (di mana mereka berkumpul?);
  - Butiran lanjut mengenai mereka (cth. Apakah reaksi muka orang ramai tersebut? Adakah mereka membawa senjata?).
- Jika anda tercedera dan memerlukan rawatan perubatan, hubungi 995 untuk SCDF.



BAB 4

KECEMASAN SEMASA PEPERANGAN

71 Gangguan Bekalan Air Dan Catuan Makanan
72 Pendermaan Darah
73 Sistem Amaran Awam (PWS)
74 Tempat Perlindungan
79 Perlindungan Yang Sedia Ada Di Rumah (ICAH)
80 Langkah-langkah Pertahanan

70

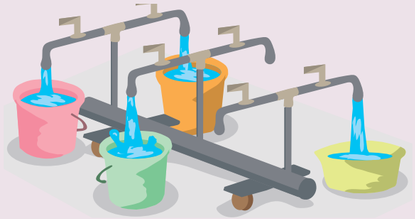
Apabila bencana menimpa, kehidupan seharian kita akan terganggu dan barangan serta perkhidmatan penting mungkin sukar diperolehi. Apabila ia berlaku, prosedur kecemasan akan dikuatkuasakan bagi membantu anda mendapatkan bekalan asas supaya kehidupan dapat diteruskan seperti biasa. Walau bagaimanapun, peluang anda untuk terus hidup boleh terjejas sekiranya anda tidak biasa dengan prosedur keselamatan. Apabila anda bersedia, anda lebih berupaya membantu orang lain yang berada dalam kesusahan, serta warga emas, orang kurang upaya dan kanak-kanak. Bab ini memberikan perinci penting aspek-aspek Pertahanan Mutlak, terutamanya Pertahanan Ketenteraan, Awam, Civil, *dan* Psikologi, *dalam senario masa perang. Ambil peluang untuk mempelajari prosedur ini apabila SCDF dan agensi pemerintah yang lain menjalankan Latihan Kecemasan di kawasan anda.*

Gangguan Bekalan Air Dan Catuan Makanan

Mengambil bahagian dalam usaha catuan merupakan aspek penting dalam Pertahanan Ekonomi, bagi memastikan pengagihan sumber yang saksama.

GANGGUAN BEKALAN AIR

Apabila bekalan air terganggu, tempat pengagihan akan didirikan di tempat berdekatan dengan kediaman anda. Anda perlu membawa bekas sendiri (cth. baldi dan botol) ke tempat pengagihan berhampiran dan mengambil air dengan cara yang teratur. Mengambil bahagian dalam usaha catuan merupakan aspek penting dalam Pertahanan Ekonomi, bagi memastikan pengagihan sumber yang saksama.



CATUAN MAKANAN

Untuk dapatkan dan gunakan kupon catuan makanan anda:

1. Anda akan menerima Notis Pendaftaran (untuk kupon makanan) terlebih dahulu.
2. Bawa Notis Pendaftaran ini dan dokumen pengenalan keluarga anda (cth. Kad Pengenalan atau sijil-sijil kelahiran) ke pusat yang ditetapkan untuk mengambil kupon anda.
3. Gunakan kupon-kupon ini untuk membeli makanan yang dicatu. Sebelum menggunakan kupon makanan, anda perlu mengisi nama dan nombor Kad Pengenalan seluruh ahli keluarga anda pada setiap kupon.



Pendermaan Darah

PENDERMAAN DARAH

Menderma darah merupakan aktiviti yang penting. Darah penting untuk menyelamatkan dan mengekalkan nyawa pesakit yang mengalami masalah perubatan dan kecederaan semasa kecemasan. Permintaan darah dijangka meningkat secara mendadak semasa waktu peperangan. Menderma darah merupakan satu tindakan Pertahanan Awam, memperkukuh keupayaan masyarakat kita untuk menjaga mereka yang tercedera, dan menegakkan semangat perpaduan kaum semasa krisis. Oleh itu, kami menggalakkan anda agar tampil menderma darah sekiranya mampu.

PADA MASA AMAN

Anda digalakkan untuk menderma darah secara kerap pada masa aman. Ini membantu memastikan darah sentiasa mencukupi untuk pesakit yang memerlukannya. Bekalan darah yang sihat juga akan memastikan mereka yang cedera parah semasa kecemasan dapat menerima darah dengan cepat.

SEMASA KECEMASAN PADA MASA PEPERANGAN

Apabila anda mendengar rayuan untuk menderma darah pada masa peperangan, bawa Kad Pengenalan anda ke pusat menderma darah terdekat untuk pendaftaran dan seorang profesional perubatan akan melayan anda.



Sistem Amaran Awam (PWS)

Sistem Amaran Awam (PWS) ialah satu rangkaian siren yang diletakkan oleh SCDF di tempat-tempat strategik di 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.



PWS merupakan tunggak Pertahanan Awam kita, yang menyediakan amaran tepat pada masa yang membolehkan tindakan pantas, sekali gus menunjukkan kesediaan kita untuk melindungi nyawa dan harta benda. Pada masa aman, PWS juga boleh dibunyikan semasa ancaman bahan kimia perindustrian yang toksik yang boleh menjejas 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
Kecemasan	Bunyi siren nyaring	Terdapat serangan udara atau bahaya yang menghampiri	Pindah ke tempat perlindungan Pertahanan Awam segera
Semua Selamat	Bunyi amaran berterusan	Ancaman sudah berakhir	Tinggalkan tempat perlindungan dengan cara teratur
Pesanan Penting	Bunyi siren bergetar	'Pesanan Penting' akan disiarkan melalui radio FM dan saluran TV percuma tempatan serta sistem pemberitahuan kecemasan	Segera dengar radio FM dan saluran TV percuma tempatan, pemberitahuan telefon bimbit (cth. SGSecure dan SG Alert), dan saluran media sosial SCDF

Nota: Kami sangat menggalakkan anda untuk mendengar rakaman audio pelbagai isyarat PWS dengan merujuk kepada www.scdf.gov.sg di bahagian 'Civil Defence Shelter'> 'Public Warning System'

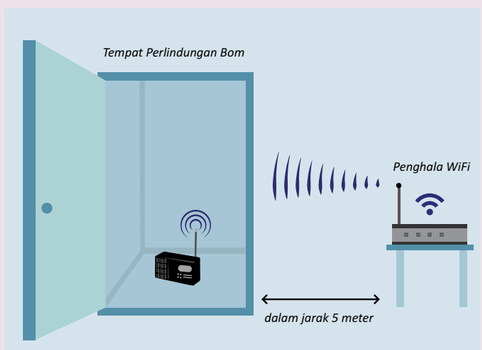
Isyarat 'Pesanan Penting' biasanya dibunyikan di serata pulau pada 15hb Februari (Hari Pertahanan Mutlak) dan pada 15hb September setiap tahun. Apabila anda mendengar isyarat tersebut, sila dengar radio FM dan saluran TV percuma tempatan, pemberitahuan telefon bimbit (cth. SGSecure dan SG Alert) dan saluran media sosial SCDF.

TEMPAT PERLINDUNGAN RUMAH DAN BERTINGKAT

Tempat Perlindungan Dalam Rumah dan bertingkat adalah bentuk perlindungan utama penduduk awam semasa Kecemasan Peperangan.. Menggunakan tempat perlindungan ini merupakan bahagian asas Pertahanan Awam, dan ia memastikan keselamatan dan perlindungan penduduk awam kita serta menyumbang kepada daya ketahanan negara.

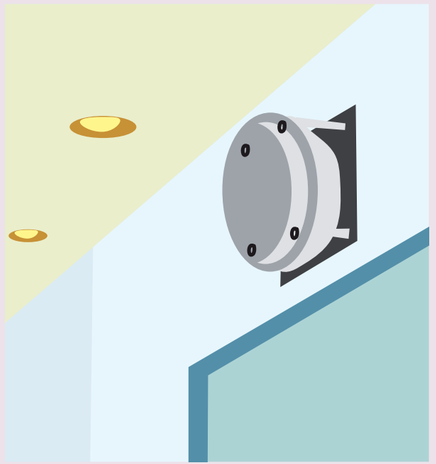
Tempat Perlindungan Dalam Rumah merujuk kepada tempat-tempat di dalam unit kediaman individu, cth. flat HDB, manakala Tempat Perlindungan Bertingkat ialah versi lebih besar yang terletak di satu kawasan umum di setiap tingkat. Dalam beberapa pembangunan kediaman, tangga keluar tertutup direka untuk bertindak sebagai Tempat Perlindungan Bertingkat tersebut. Semasa kecemasan pada masa peperangan, SCDF akan memaklumkan penduduk untuk menyediakan Tempat Perlindungan Dalam Rumah dan Bertingkat mereka untuk diduduki dengan:

1. Menanggalkan semua lekapan dan rak sementara di dalam tempat perlindungan.
2. Menutup kedua-dua lubang pengudaraan (lihat ms 75).
3. Melengkapkan tempat perlindungan dengan radio.
4. Memindahkan penghala WiFi anda sedekat mungkin dalam jarak 5 meter (hanya untuk Tempat Perlindungan Rumah)



LUBANG-LUBANG PENGUDARAAN

Selain daripada lampu dan soket yang disediakan di Tempat Perlindungan Dalam Rumah dan Bertingkat, terdapat dua lubang pengudaraan pada dindingnya.



PADA MASA AMAN

Biarkan sekurang-kurangnya 25% daripada lubang pengudaraan terbuka sekiranya terdapat seseorang yang berada di dalam tempat perlindungan tersebut (tidak dilaksanakan untuk Tempat Perlindungan Bertingkat).

SEMASA KECEMASAN PADA MASA PEPERANGAN

- Menggunakan peralatan rumah yang biasa, tutup kedua-dua lubang pengudaraan dengan rapat menggunakan kepingan keluli yang disediakan untuk memastikan tempat perlindungan kedap udara; ini akan melindungi anda sekeluarga daripada menghidu udara yang tercemar dari luar.
- Dengan kedua-dua lubang pengudaraan ditutup rapat, anda boleh berada di dalam tempat perlindungan ini selama beberapa jam; tempoh sebenar bergantung kepada faktor seperti bilangan orang di tempat perlindungan serta umur, jantina dan keadaan fizikal mereka.
- Sekiranya terdapat keperluan untuk anda memanjangkan tempoh penginapan anda atau menampung lebih ramai orang di dalam tempat perlindungan, SCDF akan memaklumkan kepada anda untuk memasang peralatan khas pada lubang tersebut bagi meningkatkan pengudaraan.

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

1. Matikan semua bekalan gas dan air sebelum menuju ke Tempat Dalam Rumah.
2. Bawa radio, telefon bimbit/peranti anda*, Beg Persediaan dan barang-barang seperti air dan makanan untuk penginapan anda di tempat perlindungan. Beg Persediaan harus disiapkan terlebih dahulu.
3. Bergerak dengan pantas dan tenang ke dalam tempat perlindungan dan tutup pintu.
4. Jauhi pintu dan dinding tempat perlindungan dan jangan bersandar padanya.
5. Dengar radio atau saluran TV percuma tempatan menggunakan set radio mudah alih atau telefon bimbit/peranti untuk mesej penting yang dikeluarkan oleh SCDF; anda boleh meninggalkan tempat perlindungan setelah isyarat PWS 'Semua Selamat' dibunyikan (ms. 73).



**Hanya 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, balai rakyat dan bangunan pemerintah. Untuk mengenal pasti tempat perlindungan awam, cari tanda tempat perlindungan Pertahanan Awam.



Lokasi tempat perlindungan awam boleh didapati di www.onemap.gov.sg di bawah 'Show Nearby' > 'Safety and Security' > 'Civil Defence Public Shelters'.

APABILA ANDA TIADA DI RUMAH DAN ANDA MENDENGAR ISYARAT 'KECEMASAN'

1. Bergerak dengan pantas ke tempat perlindungan awam yang terdekat tetapi jangan menolak orang lain; sekiranya anda berada di dalam kenderaan, hentikan kereta di tepi jalan, kunci dan tuju ke tempat perlindungan berhampiran.
2. Ikuti arahan yang diberikan oleh kakitangan SCDF.
3. Jika anda bersama keluarga, bergerak sebagai satu unit untuk mengelakkan kebimbangan dan hulurkan bantuan kepada kanak-kanak serta golongan yang kurang upaya dan warga tua.
4. Jangan membawa barangan yang besar dan mudah terbakar ke dalam tempat perlindungan.
5. Jika anda tidak menemui Tempat Perlindungan dalam masa beberapa minit selepas isyarat 'Kecemasan' berbunyi, cari perlindungan di dalam terowong, laluan bawah tanah, tingkat bawah tanah, parit, pembetung longkang atau longkang terbuka.



Tempat Perlindungan

SETELAH BERADA DALAM TEMPAT PERLINDUNGAN AWAM

1. Masuk dalam ke tengah tempat perlindungan dan jangan menghalang pintu masuk dan laluan.
2. Duduk bersama sebagai satu kumpulan dan jangan mundar-mandir.
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.



MENINGGALKAN TEMPAT PERLINDUNGAN AWAM

1. Tinggalkan tempat perlindungan hanya apabila diarahkan oleh pihak berkuasa.
2. Bergerak sebagai satu keluarga.
3. Bersabar; jangan tolak dan tergesa-gesa.

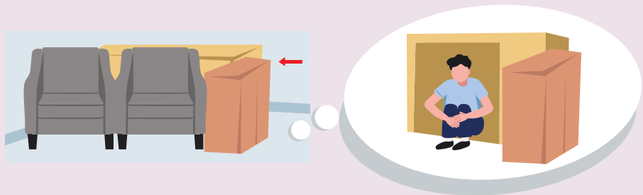


Perlindungan Yang Sedia Ada Di Rumah (ICAH)

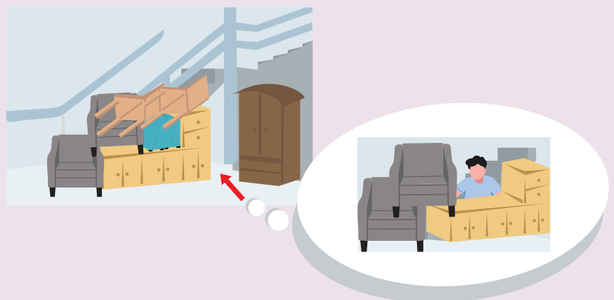
Bagi unit tanpa Tempat Perlindungan Dalam Rumah atau Bertingkat, Perlindungan Yang Sedia Ada Di Rumah (ICAH) boleh memberikan tahap perlindungan yang besar semasa kecemasan masa perang.

ICAH harus memenuhi syarat-syarat yang berikut:

1. **SEJAUH** jika boleh:
   - » ICAH harus diletakkan di sudut yang paling jauh dari bahagian luar bangunan iaitu di kawasan dalaman.



2. **TERTUTUP** jika boleh:
   - » Hilangkan pendedahan visual langsung ke kawasan luar, iaitu di bawah tangga dalaman.
3. **SETEGUH** jika boleh:
   - » Ditutup dengan konkrit bertetulang atau dinding yang teguh, jika boleh, iaitu bilik stor sedia ada.
4. **SEDIKIT** jika boleh:
   - » ICAH sebaik mungkin tidak harus mengandungi bahan mudah terbakar untuk mengurangkan risiko kebakaran.



Adalah lebih selamat untuk duduk di rumah dengan perlindungan yang sedia ada daripada keluar ke tempat perlindungan awam semasa serangan.

Langkah-langkah tambahan untuk mengurangkan kesan letupan senjata dan serpihan:

- Kukuhkan pintu sedia ada dengan perabot.
- Kukuhkan dinding atau siling dengan bahan pelindung tambahan.
- Sekat atau lekatkan pita pelekat pada tingkap.
- Elakkan berdiri di dalam ICAH.

MENGELAKKAN KEROSAKAN

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

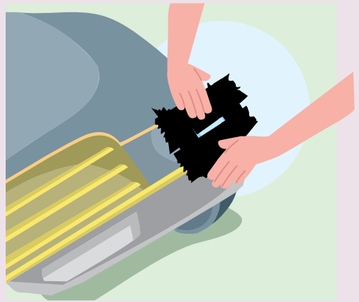
- Mengukuhkan semua permukaan kaca dengan pelekat bagi mengurangkan kaca berkecai.
- Menanggalkan semua objek yang tergantung di dinding dan yang terdapat di balkoni dan tingkap.



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 saluran cahaya dalaman seperti tingkap dan pintu dengan langsir.
- Menutup lampu hadapan kenderaan dengan pita hitam dan hanya meninggalkan sebahagian kecil sahaja terdedah.



BAB 5

BAHAN BERBAHAYA DAN ANCAMAN KESELAMATAN

82 Ancaman Bahan Kimia
85 Ancaman Biologi
88 Antraks
89 Ancaman Bom
92 Sekiranya Berlaku Letupan
94 Ancaman Bom Kotor
96 Prosedur Perlindungan Dalaman
99 Pengisytiharan Darurat Pertahanan Awam (SoCDE)
100 Prosedur Dekontaminasi
101 Keselamatan Pengangkutan Awam
102 SGSecure

81

Memandangkan kehadiran industri kimia Singapura yang mantap, langkah-langkah pencegahan serta keselamatan adalah tanggungjawab industri. Bagaimanapun, orang ramai harus dapat mengenal pasti tanda-tanda kebocoran bahan kimia secara tidak sengaja dan langkah-langkah yang sesuai untuk diambil sebagai individu dan sebagai sebuah masyarakat. Di samping itu, kemungkinan peranti CBRE (Kimia, Biologi, Radiologi dan Letupan) digunakan dalam serangan pengganas terhadap orang awam yang tidak bersalah merupakan satu kebimbangan yang semakin meningkat. Oleh itu, memahami dan mengetahui bentuk tindakan yang perlu diambil adalah penting dalam perjuangan kita menentang pengganasan. Kewaspadaan dan kesediaan kolektif kita terhadap kemalangan industri dan keganasan, seperti yang diperincikan dalam bab ini, merupakan komponen penting Pertahanan Mutlak kita, yang merangkumi elemen Pertahanan Awam, Sosial, *dan* Psikologi.

Ancaman kimia boleh datang dalam dua cara: semasa kemalangan industri atau serangan yang disengajakan. Ancaman kimia merujuk kepada kebocoran bahan kimia berbahaya yang boleh membunuh, mencederakan secara serius atau melumpuhkan orang. Sekiranya berlaku serangan yang disengajakan, pelbagai ejen kimia boleh disebarkan melalui alat letupan yang diubahsuai, alat semburan, senjata ketenteraan dan cara yang lain. Ejen kimia tersebut boleh menjejas saraf, menyebabkan kulit terbakar, menjejas aliran oksigen dalam darah dan menggangu pernafasan.

TANDA-TANDA KEMUNGKINAN TERJADINYA KEBOCORAN/SERANGAN KIMIA

- Ramai orang dalam kawasan yang sama mempamerkan simptom-simptom seperti:
  - Mata berair atau penglihatan kabur.
  - Sakit kepala dan pening.
  - Sukar bernafas.
  - Kekeringan tekak, batuk atau kerengsaan melampau kepada saluran pernafasan.
  - Rasa mual atau muntah.
  - Pengeluaran air liur berlebihan.
  - Sesak dada.
  - Kemerahan pada kulit serta kesakitan yang teruk dan pembentukan lepuh apabila kulit disentuh.
  - Renggutan otot, sawan dan kekejangan.
  - Ketidakupayaan untuk mengawal pembuangan najis atau air kencing.
  - Tidak sedarkan diri.
- Tiga atau lebih orang rebah tanpa sebarang sebab.
- Banyak burung dan binatang kecil yang sakit atau mati dalam kawasan yang terjejas.



SEKIRANYA BERLAKU KEBOCORAN/SERANGAN KIMIA

- Jika boleh, tentukan dengan cepat kawasan yang terjejas atau dari mana datangnya kebocoran/serangan kimia.
- Jika kebocoran/serangan berlaku di dalam bangunan, tutup mulut dan hidung anda dengan sehelai kain lembap (cth. tuala basah) dan segera tinggalkan bangunan tanpa melalui kawasan yang tercemar.
- Jika kebocoran/serangan berlaku di luar dan anda berada di tempat terbuka, tutup mulut dan hidung anda dengan sehelai kain dan beredar dari kawasan yang terjejas.
- Cari perlindungan secepat mungkin dan lakukan prosedur Perlindungan Dalaman (ms 96); jangan berjalan ke arah angin kerana ia mungkin mengandungi kimia-kimia berbahaya.
- Jika anda berada di dalam kenderaan anda semasa kebocoran/serangan berlaku, tuju ke rumah, pejabat atau bangunan awam dengan segera sekiranya berdekatan; jika tidak, lakukan Perlindungan Dalaman di dalam kenderaan anda (ms 98).
- Jangan meninggalkan tempat perlindungan untuk membantu orang lain sehingga pihak berkuasa menyatakan bahawa ia selamat untuk berbuat demikian.

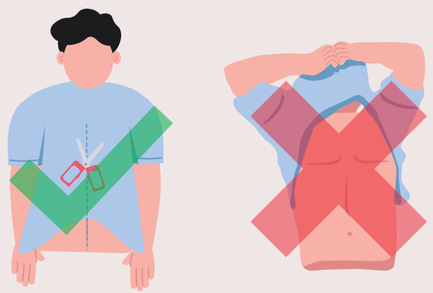


Ancaman Bahan Kimia

SEKIRANYA ANDA TELAH TERDEDAH KEPADA EJEN KIMIA

Jika anda mengalami simptom luar biasa seperti yang disenaraikan pada ms 82, anda mungkin telah terdedah kepada agen kimia. Anda harus tunggu untuk dekontaminasi oleh SCDF (ms 100). Jika tidak:

1. Cari sumber air yang terdekat.
2. Tanggal dan potong pakaian tercemar dengan segera. Jika boleh, jangan tanggalkan pakaian yang tercemar melalui kepala dengan segera untuk mengelakkan bahan kimia daripada terkena mata, hidung dan mulut. Ikatkan pakaian tercemar itu di dalam sebuah beg, jika ada, untuk pembuangan yang betul seperti diarahkan oleh pihak berkuasa.
3. Bilas diri anda sehingga bersih menggunakan air; 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 ejen kimia serta lokasi anda.
6. Kekal bertenang dan tunggu bantuan dari SCDF.



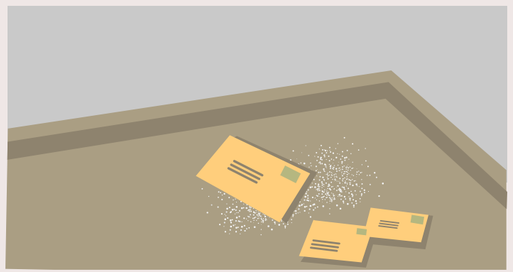
Prosedur dekontaminasi yang disebutkan di atas juga berlaku untuk pendedahan kepada Bahan Kimia Industri Beracun (TIC) sekiranya berlaku kebocoran secara tidak sengaja.

SEKIRANYA ANDA MENGESYAKI YANG SESEORANG ITU TELAH TERDEDAH KEPADA EJEN KIMIA

- Jangan cuba untuk memberikan bantuan kecemasan kepada orang yang terjejas. Anda boleh terjejas oleh bahan kimia tersebut dan turut menjadi mangsa.
- Beredar dari kawasan yang terjejas dan hubungi 995 untuk SCDF.

Ancaman Biologi

Serangan ejen biologi adalah pembebasan ejen-ejen biologi yang sengaja dilepaskan dalam bentuk mikroorganisma hidup dan toksin-toksin biologi untuk membunuh atau melumpuhkan orang ramai. Ejen sedemikian boleh dilepaskan ke persekitaran melalui semburan aerosol, pencemaran makanan dan air serta organisma yang dijangkiti seperti nyamuk dan tikus. Terdapat beberapa ejen biologi yang berjangkit (cth. cacar).



TANDA-TANDA KEMUNGKINAN TERJADINYA SERANGAN EJEN BIOLOGI

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

- Bahan-bahan seperti serbuk atau gel yang luar biasa dan barang-barang yang mencurigakan.
- Laporan mengenai trend penyakit luar biasa dalam masyarakat.
- Gelombang ramai orang sakit yang mendapatkan rawatan kecemasan tanpa penyebab yang jelas.

SEKIRANYA BERLAKU SERANGAN EJEN BIOLOGI

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

- Mengamalkan kebersihan diri yang baik untuk mengelakkan penyebaran kuman.
- Memantau berita dengan teliti untuk maklumat lanjut tentang simptom-simptom ejen biologi dan di mana untuk mendapatkan bantuan perubatan kecemasan sekiranya anda terjejas.
- Jangan menganggap bahawa sebarang penyakit atau simptom adalah disebabkan oleh kecemasan biologi yang diisytiharkan kerana banyak penyakit biasa mempunyai simptom yang serupa; anda dinasihatkan agar mendapatkan nasihat perubatan sekiranya kurang pasti.



JIKA ANDA TELAH TERDEDAH KEPADA EJEN BIOLOGI

- Anda mungkin tidak mengalami sebarang simptom yang jelas, tetapi anda harus segera mengenal pasti di mana kebocoran biologi disyaki berada, dan jika boleh, segera beredar.
- Tutup hidung dan mulut anda dengan sehelai kain lembap sambil bergerak menjauhi kawasan sumber.
- Jika anda berada di dalam bangunan, maklumkan kepada pengurusan bangunan dan hubungi 999 atau 995 untuk melaporkan bahawa anda telah terdedah kepada ejen biologi yang disyaki; tinggalkan nombor telefon anda sekiranya terdapat keperluan segera untuk menghubungi anda.
- Secepat mungkin, teruskan dengan prosedur dekontaminasi (ms 100).
- Jika anda atau ahli keluarga anda jatuh sakit, dapatkan nasihat perubatan di hospital yang dinyatakan oleh pihak berkuasa.





Tukar kepada pakaian yang bersih selepas mandi



Ikat pakaian yang tercemar di dalam beg untuk pembuangan yang betul seperti yang diarahkan oleh pihak berkuasa

JIKA ANDA RASA SESEORANG ITU TELAH TERDEDAH KEPADA EJEN BIOLOGI

- Anda boleh membantu mangsa jika anda mempunyai perlindungan pernafasan yang mencukupi (cth. pelitup N 95); jika tidak, jaga jarak dari orang tersebut dan elakkan sebarang sentuhan.
- Hubungi 995 untuk mendapatkan bantuan daripada SCDF atau 999 untuk Polis.

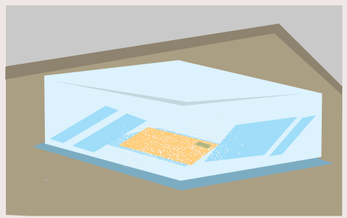
Antraks

Antraks 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 Singapore Post telah mengambil langkah berjaga-jaga untuk menangani ancaman ini.

SEKIRANYA ANDA MENGESYAKI BAHAWA SEBUAH ARTIKEL MENGANDUNGI ANTHRAX

- Hubungi 995 atau 999 untuk mendapatkan bantuan daripada SCDF atau Polis; maklumkan kepada kakitangan keselamatan dan/atau pengurusan jika anda berada di dalam bangunan.
- Jangan sentuh barang tersebut secara langsung dan jangan hidu barang tersebut atau kandungannya yang terdedah, atau cuba membersihkan kandungan yang tertumpah, jika ada.
- Jika barang tersebut sudah terbuka, tutup kandungan yang terdedah dan tertumpah dengan segera menggunakan penutup plastik, kain, kertas atau tong sampah; jangan mengalihkan penutup sehingga pihak berkuasa tiba.
- Matikan semua kipas dan unit pengudaraan di dalam kawasan yang terjejas.
- Keluar dari bilik dan tutup pintu atau halang kawasan itu untuk menghalang orang lain daripada masuk.
- Pergi ke tandas atau tempat mencuci tangan yang terdekat dan basuh tangan anda serta mana-mana kulit yang terdedah dengan sabun dan air.
- Sediakan senarai nama dan nombor telefon orang yang anda ketahui berada di sekitar barang yang mencurigakan itu dan serahkan senarai tersebut kepada Polis untuk siasatan susulan.
- Secepat mungkin, tanggalkan semua pakaian (lihat ms 100, Langkah 2), mandi sehingga bersih menggunakan sabun dan air; dan tukar kepada pakaian baru. Jangan gunakan peluntur atau bahan pembasmi kuman kuat yang lain pada kulit anda.
- Menggunakan sarung tangan pakai buang, bungkus rapat pakaian yang mungkin telah terdedah kepada antraks di dalam beg plastik dan buang mengikut garis panduan yang diberikan oleh pihak berkuasa.





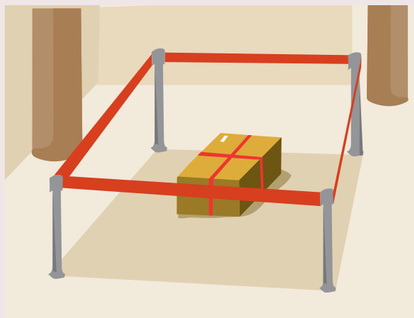




Ancaman Bom

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. Sebagai alternatif, anda boleh melaporkannya melalui aplikasi SGSecure.
2. Jangan sentuh atau mengalihkan bom yang disyaki.
3. Jauhi daripadanya dan ingatkan orang di kawasan itu untuk jauhi daripada bom yang disyaki.
4. Untuk prosedur pemindahan, rujuk ms 93.



JIKA ANDA MENERIMA ANCAMAN BOM MELALUI TELEFON

1. Kekal bertenang dan jika boleh, berikan isyarat kepada seseorang yang berdekatan untuk menghubungi 999 bagi membuat laporan Polis dan seorang lagi untuk memaklumkan kepada kakitangan pengurusan bangunan dengan segera.

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

3. Cuba dapatkan maklumat daripada pemanggil:
   - Bilakah bom itu akan meletup.
   - Di manakah bom itu diletakkan.
   - Apakah jenis bom itu dan bagaimana rupanya.
   - Apakah yang mencetuskan bom untuk meletup.
   - Jika dia sendiri yang memasang bom itu dan mengapa.
   - Apakah mesej yang cuba disampaikan oleh pemanggil dan kepada siapa.
   - Nama dan lokasi terkini orang tersebut.

4. Perhatikan bagaimana suara pemanggil, cth.
   - Ciri-ciri suara pemanggil, cth. suara seorang lelaki, wanita atau kanak-kanak, anggaran umur dll.
   - Bahasa yang digunakan dan loghat.
   - Artikulasi, cth. pemanggil bercakap dengan lancar atau gagap.
   - Nada suara, cth. beremosi, marah atau tenang.
   - Bunyi bising di belakang, cth. bunyi trafik, muzik, pengumuman.



5. Jangan menimbulkan kemarahan atau menghina pemanggil dalam apa cara sekalipun.

6. Jangan menyebarkan khabar angin.

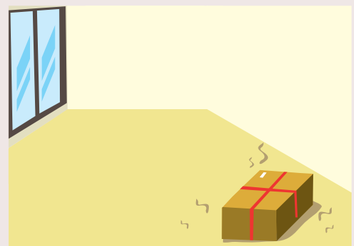
JIKA ANDA MENERIMA SURAT ATAU BUNGKUSAN YANG MENCURIGAKAN

1. Ambil 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 tekstur yang keras.
   - Kesan-kesan minyak atau kelunturan pada bahan pembungkus.
   - Bau luar biasa dan berbau seperti badam.
   - Kandungan berlogam dimana goncangan secara perlahan akan membuat artikel tersebut menghasilkan bunyi metalik.
   - Wayar atau kerajang aluminum melekat di luar artikel.
   - Tulisan tangan yang tidak dikenali.
   - Hanya nama penerima yang tertera 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 sebagai bom, laporkan kepada pihak Polis secepat mungkin.

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



5. Segera kosongkan bilik atau bangunan jika perlu. Biarkan semua pintu dan tingkap terbuka untuk mengurangkan kesan taburan kaca sekiranya 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.

JIKA ANDA CEDERA:

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

2. Jika anda tidak dapat melarikan diri, jauhi kawasan yang terjejas. Jika anda terperangkap, rujuk ms 68.

3. Jangan terlalu banyak bergerak kerana anda mungkin memburukkan kecederaan anda.



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

- Jika anda tidak berada dalam kawasan yang terjejas, jauhi kawasan letupan dan jangan menghubungi 995 atau 999 melainkan anda berhadapan dengan kecemasan; dengar radio atau televisyen untuk maklumat terkini.
- 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.
  - Kebocoran air dan gas disebabkan kerosakan paip utiliti dan pendedahan kepada kabel-kabel elektrik yang hidup.
  - Kemungkinan alat bom kedua.
- Pastikan keselamatan diri anda sendiri sebelum membantu orang lain.
- Jika keselamatan mengizinkan dan anda adalah pembantu pertama yang terlatih, rawat mangsa sehingga penyelamat kecemasan tiba.
- Jika anda tidak terlatih dalam bantuan kecemasan, jauhi kawasan bahaya; catatkan lokasi mangsa yang cedera parah dan maklumkan kepada penyelamat untuk membantu mereka.

PEMINDAHAN DARI KAWASAN LETUPAN

- Kekal bertenang dan jangan cemas.
- Bawa hanya apa yang perlu dan bergerak dengan cara teratur.
- Jangan gunakan lif kerana ia mungkin rosak; gunakan tangga tetapi jangan biarkan pintu terbuka kerana itu akan menyebabkan asap daripada serpihan atau api memasuki kawasan tangga.
- Jangan berlari tetapi berjalan dengan pantas sambil membantu orang yang kurang upaya, kanak-kanak dan warga emas.
- Pastikan jalan raya dan laluan pejalan kaki kosong untuk kenderaan kecemasan dan para penyelamat sambil memerhatikan mereka.
- Jangan gunakan telefon bimbit, radio atau sebarang peralatan elektronik di tapak pengeboman kerana ia mungkin mencetuskan letupan kedua.
- Secepat mungkin, beritahu orang yang tersayang bahawa anda selamat.
- Jangan sebarkan khabar angin tentang situasi tersebut.
- Jangan memasuki bangunan yang strukturnya telah rosak oleh letupan.
- Tinggalkan kawasan tersebut dan bersurai secepat mungkin sekiranya berlaku serangan kedua; jika serangan berlaku di tempat kerja, anda boleh mencari cara alternatif dengan mengambil kira kakitangan, rakan sekerja, penyewa dan pelanggan anda.







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

KESAN-KESAN RADIASI

Bergantung kepada tahap 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

- Letupan bom kotor kedengaran dan kelihatan seperti letupan konvensional, dan mangsa letupan sedemikian berkemungkinan mengalami kecederaan letupan termasuk luka terbakar dan serpihan.
- Peralatan khas diperlukan untuk mengesan kehadiran bahan radioaktif dalam serangan bom kotor; jika tidak, hampir mustahil untuk membezakannya daripada 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 terdedah, tunggu untuk dekontaminasi oleh kakitangan SCDF; jika tidak, jauhi kawasan bahaya dan elakkan berjalan ke arah angin.
- Jika anda berada di dalam bangunan dan letupan/radiasi berlaku berhampiran bangunan tersebut:
  - » Periksa jika terdapat sebarang kerosakan pada dinding dan elemen bangunan.
  - » Jika kawasan anda tidak mengalami kerosakan, kekal di situ, tutup semua tingkap dan pintu dan matikan hawa dingin dan sistem pengudaraan yang lain.
  - » Jika tidak pasti, keluar dari bangunan yang rosak dengan cara yang sama seperti yang anda lakukan di luar.
- 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, tunggu untuk didekontaminasi oleh kakitangan SCDF; jika tidak, jauhi kawasan bahaya dan elakkan berjalan ke arah angin.
- Dengar saluran radio atau saluran TV percuma tempatan untuk nasihat daripada pihak berkuasa di mana anda boleh melaporkan diri untuk pemantauan radiasi dan ujian lain bagi menentukan jika anda telah terdedah kepada radiasi; anda juga akan diberikan nasihat tentang langkah-langkah untuk melindungi kesihatan anda.



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

Anda mungkin dikehendaki mematuhi prosedur Perlindungan Dalaman (IPP) apabila bahan berbahaya dilepaskan ke persekitaran secara sengaja atau semasa kemalangan industri. 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.

JIKA ANDA BERADA DI RUMAH

Apabila arahan dikeluarkan oleh pihak berkuasa untuk melakukan prosedur IPP melalui isyarat 'Pesanan Penting' Sistem Amaran Awam (PWS) dan yang disiarkan melalui radio FM, saluran TV percuma dan sistem pemberitahuan kecemasan, ikuti prosedur berikut:

1

MASUK DAN KEKAL DI DALAM

a. Kekal di dalam rumah;
b. Tutup semua pintu dan tingkap, termasuk bidai dan langsir serta tutup mana-mana lubang terbuka;
c. Tutup celah-celah dengan barangan rumah biasa seperti pakaian/tuala atau pita pelekat;
d. Matikan semua sistem pengudaraan dan unit hawa dingin.

2

DENGAR

a. Dengar saluran radio dan saluran TV percuma atau saluran media sosial SCDF untuk maklumat tentang situasi terkini dan/atau arahan daripada pihak berkuasa; dan
b. Tinggalkan bilik hanya apabila diarahkan oleh pihak berkuasa.

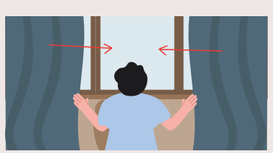
Nota: Sebagai peraturan, prosedur IPP dijangka akan diamalkan selama setengah hari. Walau bagaimanapun, jangka masa ini mungkin berbeza bergantung pada jenis kejadian.



Tingkap Berbingkai



Tingkap Gelongsor



Tutup langsir



Tutup celah-celah di bawah pintu

JIKA ANDA BERADA DI RUMAH: TINGKAP BILIK YANG BERBILAH

Sekiranya anda mempunyai tingkap berbilah, lakukan prosedur IPP yang berikut:

1

MASUK DAN KEKAL DI DALAM

a. Kekal di dalam rumah;
b. Tutup semua tingkap;
c. Untuk mengelakkan bahan kimia daripada meresap masuk, tutup celah-celah tingkap berbilah dengan lebih rapat menggunakan kepingan plastik dan pita pelekat atau dengan melekatkan pita pelekat pada celah-celah tersebut dengan kukuh.

2

DENGAR

a. Dengar saluran radio dan saluran TV percuma atau saluran media sosial SCDF untuk maklumat tentang situasi terkini dan/atau arahan daripada pihak berkuasa; dan
a. 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 jenis kejadian.



Tingkap Berbilah



Contoh bagaimana tingkap berbilah boleh ditutup. Proses menutup celah boleh dilakukan menggunakan kepingan plastik dan pita pelekat atau dengan melekatkan pita pelekat pada celah-celah dengan kukuh.

JIKA ANDA BERADA DI LUAR DAN/ATAU DI JALAN RAYA

- Orang awam yang tidak dapat mencari perlindungan di dalam rumah mereka sendiri iaitu jika mereka berada di luar di tempat terbuka atau di bahagian bangunan yang mempunyai pengudaraan semula jadi (cth. pusat penjaja), mereka harus mencari perlindungan di lokasi tertutup yang terdekat.

Prosedur Perlindungan Dalaman

JIKA ANDA BERADA DI SEKOLAH DAN/ATAU DI TEMPAT KERJA

- Jika anak-anak anda berada di sekolah, mereka akan dilindungi. 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 penyelarasan yang baik dan pelaksanaan prosedur IPP yang pantas. Panduan untuk menyediakan IPP bagi bangunan bukan kediaman boleh didapati melalui pautan ini: *https://www.scdf.gov.sg/fire-safety-services-listing/downloads/acts-codes-and-regulations/in-place-protection-(ipp)-for-non-residential-buildings* bawah Fire Safety > Downloads > Acts, Codes, & Regulations > Others > In-Place Protection (IPP) for Non-residential Buildings >Sample of IPP for Non-residential Buildings.

JIKA ANDA BERADA DI DALAM KENDERAAN/PENGANGKUTAN AWAM

- Tutup semua tingkap dan matikan unit hawa dingin/sistem pengudaraan. Pastikan lubang peredaran semula udara ditutup.
- Pandu keluar dari kawasan yang terjejas dan dengar stesen radio siaran tempatan percuma untuk maklumat tentang situasi terkini dan/atau arahan daripada pihak berkuasa.
- Setelah keluar dari kawasan yang terjejas, hidupkan unit hawa dingin/sistem pengudaraan dengan kelajuan kipas yang tinggi dan buka lubang peredaran udara.
- Sekiranya anda tidak dapat memandu keluar dari kawasan yang terjejas, tutup semua tingkap, matikan enjin dan duduk di dalam kenderaan atau pindah ke premis tertutup yang terdekat dan lakukan prosedur IPP.
- Jika anda berada dalam pengangkutan awam, dengarkan pengumuman yang dibuat oleh kakitangan pengangkutan/kapten bas (ms 101).

JIKA ANDA BERADA DI JALAN RAYA

- Pengurus bangunan atau kakitangan fasiliti mana-mana bangunan di kawasan yang terjejas harus memudahkan kemasukan orang awam yang mencari perlindungan untuk menyelamatkan nyawa mereka di bawah pengisytiharan Darurat Pertahanan Awam (SoCDE)[1].
- Perancangan awal oleh pihak pengurusan bangunan harus mempertimbangkan keperluan untuk menampung orang awam di kawasan sekitar, kerana ia perlu melangkaui bilangan penghuni biasa bangunan tersebut.
- Kemudahan seperti pusat beli-belah, bangunan pejabat, dewan persembahan dll. biasanya mempunyai ruang dalaman yang besar, dan merupakan lokasi yang sesuai untuk IPP.

TAMAT PROSEDUR IPP

- Setelah kepulan bahan kimia berlalu atau kepekatan bahan kimia toksik di luar turun ke tahap yang selamat, anda akan dimaklumkan.
- Amaran akan dibuat oleh SCDF melalui bunyi isyarat ‘Pesanan Penting’ melalui Sistem Amaran Awam (PWS) dan siaran ‘Pesanan Penting’ melalui stesen radio FM, saluran TV tempatan percuma, pemberitahuan telefon bimbit (cth. SGSecure dan SG Alert) dan saluran media sosial SCDF.
- 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.

[1]Rujuk ms 99 untuk definisi penuh SoCDE.

Pengisytiharan Darurat Pertahanan Awam (SoCDE)

- Di bawah Seksyen 102 Akta Pertahanan Awam, Menteri Ehwal Dalam Negeri boleh mengisytiharkan keadaan Darurat Pertahanan Awam untuk membolehkan SCDF bertindak secara berkesan terhadap Darurat Pertahanan Awam*. SCDF akan mengeluarkan siaran akhbar untuk memberikan butiran tentang pengisytiharan Menteri.
- Pengisytiharan ini memberikan SCDF dan Polis kuasa khas di bawah Seksyen 103 Akta CD untuk menjalankan tindakan menyelamatkan nyawa. Contohnya, SCDF boleh mengarahkan mana-mana orang untuk membantu SCDF menyelamatkan nyawa yang berada dalam bahaya atau mengarahkan kawasan pemindahan. SCDF juga boleh mengarahkan semua pemilik dan pengendali bangunan untuk membenarkan orang awam di kawasan yang terjejas untuk mendapatkan perlindungan (iaitu melakukan IPP) di mana-mana bangunan dengan ruang dalaman yang sesuai.
- Sila rujuk Seksyen 102 dan 103 Akta Pertahanan Awam untuk maklumat lanjut tentang keadaan Darurat Pertahanan Awam.

**Merujuk kepada Akta Pertahanan Awam, Darurat Pertahanan Awam merujuk kepada insiden seperti kebakaran, letupan, gempa bumi, banjir, ribut, insiden bahan berbahaya atau peristiwa lain (sama ada disebabkan oleh atau tidak disebabkan oleh serangan musuh atau sebarang tindakan seperti peperangan) yang menyebabkan atau boleh menyebabkan kemusnahan atau kerosakan kepada harta benda atau kehilangan nyawa atau kecederaan atau kesusahan kepada orang atau yang dalam apa jua cara membahayakan keselamatan orang awam di Singapura atau di mana-mana bahagiannya.*

Prosedur Dekontaminasi

Sekiranya berlaku insiden bahan berbahaya yang melibatkan bahan kimia, biologi atau radiologi, SCDF akan menyediakan kemudahan dekontaminasi di tempat kejadian bagi 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 ini akan mengandungi barang-barang yang berikut:
  - Beg Untuk Menyimpan Barangan Berharga.
  - Beg Sampah.
  - Tuala.
  - Kemeja-T.
  - Seluar.
  - Selipar.
- Letakkan barang-barang yang penting di dalam beg untuk menyimpan barangan berharga dan pegang sepanjang proses dekontaminasi.

2

TANGGALKAN PAKAIAN

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



3

DEKONTAMINASI

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

DEKONTAMINASI KERING

- Gunakan bahan penyerap kering yang disediakan untuk mengelap bahan cemar daripada rambut dan kulit, tangan dan kemudian mana-mana kawasan kulit yang lain.
- Buang bahan penyerap yang telah digunakan ke dalam beg sampah.

DEKONTAMINASI BASAH

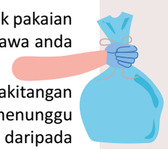
- Bersihkan badan anda sehingga bersih menggunakan sabun dan air, terutamanya bahagian ketiak dan pangkal paha.
- Keringkan diri anda dengan tuala dari pek pakaian dan buang ke dalam beg sampah.



4

MEMAKAI BAJU

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



5

PEMANTAUAN

- Angkat tangan anda ke sisi untuk membuat bentuk T dengan badan anda; ini akan membolehkan kakitangan SCDF mengimbas badan anda jika terdapat kesan bahan pencemaran.
- Jika sisa bahan pencemaran dikesan, anda akan diarahkan untuk mengulangi langkah 3.



Keselamatan Pengangkutan Awam

Sistem pengangkutan awam adalah sasaran yang menarik bagi pengganas dan kewaspadaan adalah kunci kepada keselamatan di kawasan ini. Jika anda melihat sesuatu atau seseorang yang mencurigakan, maklumkan kepada kapten bas, pengendali kereta api atau kakitangan keselamatan transit dengan segera. Sekiranya terdapat ancaman kepada nyawa atau kes-kes kecederaan, hubungi 999 untuk Polis dan 995 untuk SCDF.

APA PERLU DILAKUKAN SEMASA PEMINDAHAN DALAM SITUASI KECEMASAN

Ikuti Garis Panduan **S.A.F.E**:

Stay Calm (Kekal Bertenang)

- Untuk kereta api: Dapatkan bantuan daripada pusat kawalan melalui butang komunikasi kecemasan, atau dapatkan bantuan dengan telefon bimbit anda.
- Untuk bas: Berikan amaran dan dapatkan bantuan daripada kapten bas anda.

Assist Others (Bantu Orang Lain)

- Hulurkan bantuan kepada orang yang kurang upaya, kanak-kanak dan warga emas sambil anda menuju ke pintu keluar kecemasan yang terdekat. Pintu keluar terletak di kedua-dua hujung kereta api dan di pintu/ tingkap bas.

Follow instructions (Ikut arahan)

- Dengar dengan teliti pengumuman yang dibuat oleh kakitangan pengangkutan/kapten bas dan ikut arahan dengan teliti untuk berpindah dengan selamat.

Exit (Keluar)

Dengan cara yang teratur:

- Untuk kereta api: Ikut papan tanda dan lampu yang akan membimbing anda ke stesen seterusnya.
- Untuk bas: Ikut arahan kapten bas untuk berpindah ke kawasan selamat. Bantuan akan tersedia di sana.



Keselamatan adalah tanggungjawab bersama

Imbas untuk mengetahui lebih lanjut tentang Keselamatan Pengangkutan Awam

SGSecure adalah tindak balas masyarakat Singapura terhadap ancaman pengganasan

Ancaman pengganasan kekal tinggi. Singapura terus menjadi sasaran pengganas yang diketahui. SGSecure merupakan gerakan kebangsaan yang dilancarkan sejak 2016 sebagai respons masyarakat kita terhadap pengganasan. Adalah penting untuk kita mengetahui dan memainkan peranan, terus berwaspada, dan bersedia untuk memerangi pengganasan serta melindungi Singapura dan cara hidup kita. Ia bukan soal jika, tetapi bila. 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.

Kewaspadaan

Awasi apa-apa yang Tidak Normal, Tidak Teratur, Pelik atau Luar Biasa



Barang

- Dibiarkan Tanpa Diawasi
- Mengeluarkan bau yang Luar Biasa
- Wayar terkeluar



Tingkah Laku

- Berlegar-legar secara mencurigakan
- Mengambil gambar dan/atau merakam video kemudahan keselamatan secara mencurigakan cth. kamera CCTV
- Memakai pakaian bersaiz besar seolah-olah menyembunyikan objek
- Bertanya soalan-soalan yang pelik



Kenderaan

- Menuju ke arah orang ramai tanpa mengurangkan kelajuan
- Berputar-putar di sekitar sebuah kawasan berulang kali
- Terlalu sarat dengan kargo yang tidak diketahui
- Barangan mencurigakan di dalam kenderaan

Daya Tahan

Apakah yang boleh anda lakukan sekiranya berlaku serangan? pengganas?

Ingat tiga langkah penting ini sekiranya berlaku serangan pengganas: “Lari, Sembunyi, Beritahu”.

Jika anda menemui mangsa yang mengalami pendarahan yang banyak semasa bersembunyi daripada serangan pengganas, ikuti tiga langkah berikut: “Tekan, Ikat, Beritahu”.

Perpaduan

Kekal bersatu adalah pertahanan terbaik kita terhadap serangan pengganas

Selepas berlakunya serangan:

- Kekal bertenang dan kekal maklum
- Jangan sebarkan khabar angin dan jangan membuat spekulasi
- Prihatin dengan orang lain dengan membantu mereka kembali kepada rutin harian

APAKAH YANG BOLEH ANDA LAKUKAN SEKIRANYA BERLAKU SERANGAN PENGGANAS

Ingat tiga langkah penting ini sekiranya berlaku serangan pengganas:



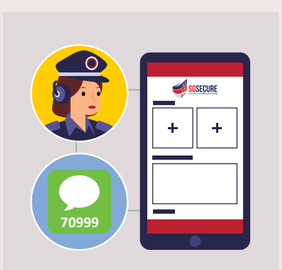
LARI

Pertimbangkan laluan paling selamat dan bergerak pantas dan secara senyap untuk mengelakkan daripada dilihat oleh penyerang. Jangan menyerah diri atau cuba berunding. Desak orang lain untuk meninggalkan tempat itu bersama anda. Tinggalkan barang-barang anda.



SEMBUNYI

Bersembunyi dan jauhi daripada pandangan penyerang. Letakkan objek berat seperti meja di belakang pintu untuk menghalang akses oleh penyerang. Jauhi dari pintu. Berdiam diri dan tukar telefon anda kepada mod senyap.



BERITAHU

Apabila anda berada dalam keadaan yang, selamat, hubungi Polis di 999, SMS 70999 jika tidak selamat untuk bercakap. Berikan butiran tentang lokasi anda dan penyerang. Gunakan aplikasi SGSecure untuk memberikan maklumat lanjut, gambar dan video kepada Polis.

APAKAH YANG BOLEH ANDA LAKUKAN SEKIRANYA UNTUK MENGHADAPI SERANGAN PENGGANAS

Jika anda menemui mangsa yang mengalami pendarahan yang banyak semasa bersembunyi daripada serangan pengganas, ikuti 3 langkah berikut:



TEKAN

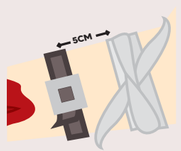
Tekan langsung pada luka untuk menghentikan pendarahan menggunakan barang seperti sapu tangan atau kain. Jika pendarahan tidak berhenti, teruskan untuk Ikat.



IKAT

Sekurang-kurangnya 5cm 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'.

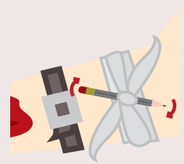
Langkah-langkah teknik 'windlass':



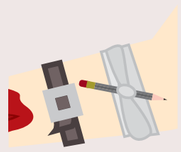
A. Ikat sekurang-kurangnya 5cm di atas ikatan pertama.



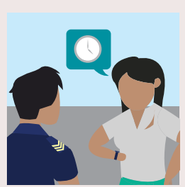
B. Letakkan sebatang rod (pen atau sebatang kayu) pada ikatan kedua dan ikatkan rod tersebut. Letakkan batang (pen atau sebatang kayu) pada ikatan kedua dan ikatkan batang.



C. Putar rod ke satu arah sehingga pendarahan berhenti.



D. Ketatkan rod dengan mengikat simpul.



BERITAHU

Beritahu pegawai kecemasan SCDF mengenai kecederaan tersebut dan waktu ketika anda mengikat luka. Hulurkan bantuan anda kepada orang lain tanpa menarik perhatian yang tidak diingini dan hanya apabila selamat untuk berbuat demikian.

KEKAL BERSATU ADALAH PERTAHANAN TERBAIK KITA UNTUK MENGHADAPI SERANGAN PENGGANAS



KEKAL BERTENANG KEKAL MAKLUM

Dapatkan maklumat dan nasihat terkini daripada sumber rasmi, seperti laman web atau halaman Facebook Polis, siaran akhbar pemerintah dan aplikasi SGSecure.



JANGAN SEBARKAN KHABAR ANGIN JANGAN MEMBUAT SPEKULASI

- Jangan siarkan atau kongsi video atau foto yang tidak disahkan yang boleh menyebabkan panik atau ketakutan.
- Muat turun aplikasi SGSecure untuk menerima maklumat rasmi tentang insiden pengganas.
- Anda boleh mengetahui lebih lanjut tentang literasi maklumat melalui program S.U.R.E Lembaga Perpustakaan Negara (NLB). Untuk maklumat lanjut, lungsuri *https://sure.nlb.gov.sg*.



JAGA SATU SAMA LAIN BANTU ORANG LAIN KEMBALI KEPADA RUTIN HARIAN

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



Muat turun aplikasi SGSecure

Aplikasi SGSecure membolehkan anda untuk:

- **Melaporkan barang/tingkah laku yang mencurigakan atau tanda-tanda radikalisasi kepada pihak berkuasa** melalui aplikasi SGSecure.
- **Membantu kecemasan** seperti serangan jantung atau kebakaran kecil. Lengkapkan diri anda dengan kemahiran menyelamatkan nyawa (cth. CPR/AED, bantuan kecemasan, memadam kebakaran kecil, bantuan kecemasan psikologi).
- **Mendapatkan maklumat tentang inisiatif dan pengumuman SGSecure terkini** melalui skrin utama.
- **Mengaktifkan SOS Peribadi** untuk menghubungi Polis melalui SMS dan membenarkan mereka mengakses anggaran lokasi anda.
- **Menerima hanya maklumat yang disahkan tentang insiden keselamatan luar negara dan tempatan.** Kekal bertenang, jangan sebarkan khabar angin, dan prihatin terhadap orang lain.

Tiada peranan yang terlalu kecil. Setiap tindakan kecil boleh membuat perubahan positif. Untuk maklumat lanjut tentang gerakan SGSecure, sila lungsuri *www.sgsecure.gov.sg atau ikuti @SGSecureOfficial di Instagram*.

Imbas kod QR untuk muat turun aplikasi SGSecure

Untuk Android *Untuk IOS*

Aplikasi SGSecure

Soalan	Jawapan
Sekiranya saya sudah berdaftar sebagai penggerak balas untuk aplikasi SGSecure atau aplikasi myResponder, adakah saya juga perlu berdaftar di aplikasi yang lagi satu?	Anda tidak perlu berdaftar sebagai responden di kedua-dua aplikasi kerana kedua-duanya membolehkan anda menerima maklumat yang serupa tentang serangan jantung dan kes kebakaran kecil. Salah satu aplikasi boleh digunakan untuk menghulurkan bantuan bagi 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.
Perlukah saya memuat turun kedua-dua aplikasi SGSecure dan myResponder?	Walaupun kedua-dua aplikasi ini membolehkan anda menerima maklumat dan memberikan respon terhadap serangan jantung dan kes kebakaran kecil, setiap aplikasi mempunyai ciri uniknya sendiri yang mungkin berguna untuk anda. Oleh itu, anda digalakkan untuk muat turun kedua-dua aplikasi tersebut.

SGSecure	myResponder
1. Terima mesej siaran penting daripada pihak berkuasa semasa kecemasan-kecemasan besar.	1. Berhubung dengan 995 melalui daya geolokasi.
2. Hantar video, foto, mesej kepada pihak berkuasa untuk memberikan maklumat tentang ancaman berkaitan keselamatan yang telah anda saksikan.	2.Panduan langkah demi langkah SCDF untuk menangani kes kecemasan seperti serangan jantung atau memadamkan kebakaran kecil.
3. Dapatkan bantuan daripada pihak berkuasa semasa kecemasan.	3. Perkhidmatan maklum balas kepada SCDF tentang keselamatan kebakaran melalui talian.
4. Terima maklumat terkini tentang Nasihat Perjalanan MFA berkaitan keselamatan.	4. Peta AED di Singapura.
5. Dapatkan maklumat tentang Inisiatif dan pengumuman SGSecure terkini melalui skrin utama.	5. Halaman pembelajaran dalam talian dengan modul ringkas tentang kesediaan kecemasan.
6. Aktifkan SOS Peribadi untuk menghubungi Polis melalui SMS dan membenarkan mereka mengakses anggaran lokasi anda.	6. Bahagian berita masyarakat yang mengetengahkan kisah-kisah tentang Pihak Pertama Bertindak Dalam Masyarakat.

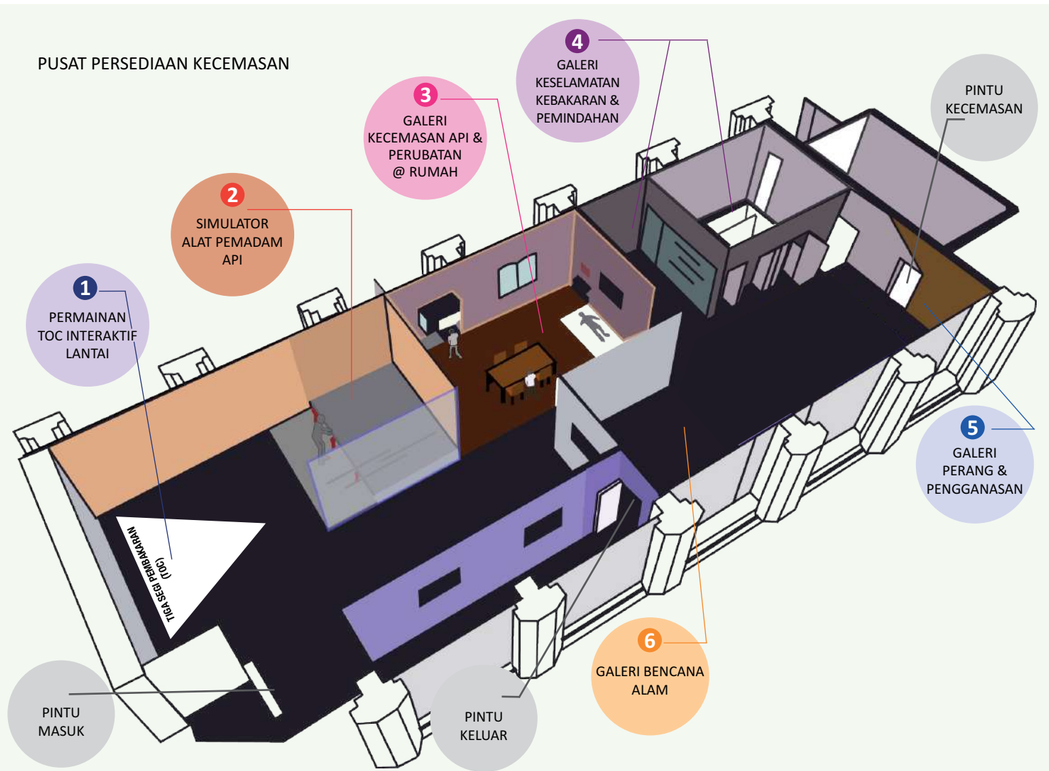
JADI PIHAK PERTAMA BERTINDAK DALAM MASYARAKAT & BUAT PERBEZAAN POSITIF SEMASA KRISIS

107

Semasa kecemasan, anda boleh membuat perbezaan positif dengan menjadi Pihak Pertama Bertindak Dalam Masyarakat (CFR) dan memberikan bantuan kepada mereka yang dalam kesusahan, sebelum pasukan bantuan kecemasan SCDF tiba. Berikut adalah beberapa cara anda boleh meraih kemahiran kesediaan kecemasan dan menyelamatkan nyawa untuk membantu orang tersayang, jiran-jiran dan masyarakat anda semasa kecemasan. Mari sama-sama kita jadikan Singapura sebuah negara penyelamat nyawa.

PUSAT KESEDIAAN 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 memaparkan beberapa senario kebakaran peringkat awal, serta patung untuk pelawat mencuba prosedur 'Heimlich Manoeuvre' dan CPR. EPC ini mempunyai enam zon pembelajaran yang berbeza:



Bersedia Sebagai Pihak Pertama Bertindak Dalam Masyarakat

PUSAT KESEDIAAN KECEMASAN (Emergency Preparedness Centre)

Waktu Pembukaan EPC

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

Alamat

Aras 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 orang dewasa dan kanak-kanak).

Untuk melawat EPC, sila buat **tempahan** dalam talian melalui borang dalam talian Lawatan EPC melalui pautan ini *https://form.gov.sg/5ccab45a9196e30010fae878* atau melalui laman web SCDF kami (*www.scdf.gov.sg* > 'Community & Volunteers' > Visit SCDF Establishments > Request for Emergency Preparedness Centre/Civil Defence Heritage Gallery Visit.

Untuk pertanyaan

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



EPC ialah tempat orang dewasa dan kanak-kanak belajar dan berseronok!

PROGRAM RESPONDERS PLUS (RPP)

Program Responders Plus (RPP) ialah program latihan kesediaan kecemasan SCDF, yang melengkapkan pelajar dengan kemahiran teras menyelamatkan nyawa, iaitu Bantuan Kecemasan, CPR-AED dan Memadam Kebakaran.

RPP mempunyai dua komponen:

RPP (Dalam Talian): 45 minit
URL: *https://www.go.gov.sg/scdfrpp*

Kemahiran teras menyelamatkan nyawa secara dalam talian, menumpukan kepada topik-topik berikut:

1. Apakah itu Pihak Pertama Bertindak Dalam Masyarakat
2. Kemahiran Bantuan Kecemasan Asas
3. CPR/AED
4. Memadam Kebakaran Asas
5. SGSecure

RPP (Sesi Praktikal): 4 jam
URL: *https://www.go.gov.sg/scdfrpp*

Melalui sesi praktikal secara amali, anda akan mengasah lagi kemahiran anda menyelamatkan nyawa. RPP (Sesi Praktikal) dijalankan di empat Ibu Pejabat Divisyen SCDF dan berfungsi sebagai pusat latihan sehenti yang menumpukan kepada aplikasi amali kemahiran-kemahiran yang berikut:

1. Pengetahuan Kesediaan Kecemasan Penting
2. Bantuan Kecemasan
3. CPR/AED
4. Memadam Kebakaran Asas
5. SGSecure

Untuk mendaftar bagi RPP (Sesi Praktikal), anda boleh menghubungi salah satu daripada empat Ibu Pejabat Divisyen SCDF yang terdekat dengan pejabat/rumah anda.

Anda amat digalakkan untuk menghadiri kedua-dua komponen RPP untuk pengalaman pembelajaran yang lebih baik.



Imbas di sini untuk mengakses kursus dalam talian

Imbas di sini untuk menghubungi nombor telefon empat Ibu Pejabat Divisyen SCDF

Bersedia Sebagai Pihak Pertama Bertindak Dalam Masyarakat

Aplikasi myResponder

Aplikasi myResponder memberi maklumat kepada pengguna mengenai kes serangan jantung dan kes kebakaran kecil di kawasan berhampiran mereka. Orang ramai juga boleh mengakses daftar AED Kebangsaan, yang merupakan pangkalan data lokasi AED di tempat-tempat awam, melalui aplikasi myResponder.

Pihak Pertama Bertindak Dalam Masyarakat (CFR) 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 CFR untuk mengiringi kru ambulans ke lokasi kejadian.

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

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

GET IT ON Google Play

Download on the App Store

Imbas kod QR untuk muat turun aplikasi myResponder

Ciri-ciri aplikasi myResponder



Nombor Kecemasan/Penting

KHIDMAT AMBULAN, KEBAKARAN DAN KECEMASAN	**995**
SMS KHIDMAT KECEMASAN SCDF [dikhaskan bagi orang-orang yang pekak (Deaf), kurang pendengaran (Hard-of-hearing) dan/atau mempunyai masalah pertuturan (Speech impairment) (DHS)]*	**70995**
TALIAN SCDF	**1800 280 0000**
KHIDMAT KECEMASAN POLIS [untuk bantuan polis segera]	**999**
SMS KHIDMAT KECEMASAN POLIS [untuk bantuan polis segera jika tidak selamat untuk bercakap atau tidak dapat berkomunikasi kerana masalah pertuturan atau pendengaran]	**70999**
TALIAN PENTING POLIS [untuk melaporkan maklumat berkaitan jenayah kepada Polis]	**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 ENERGY [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 241 7711**

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

JADI SEORANG PIHAK PERTAMA BERTINDAK DALAM MASYARAKAT & BUAT PERBEZAAN POSITIF SEMASA KRISIS

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

GET IT ON Google Play

Download on the App Store

Untuk menjadi seorang **Pihak Pertama Bertindak Dalam Masyarakat,** daftar melalui **Aplikasi myResponder.**

Edisi Pertama: 1990 Edisi Kedua: 1993 Edisi Ketiga: 2001 Edisi Keempat: 2003 (dikemaskini: 2004) Edisi Kelima: 2005 (dikemaskini: 2007)
Edisi Keenam: 2008 Edisi Ketujuh: 2010 (dikemaskini: 2012) Edisi Kelapan: 2015 Edisi Kesembilan: 2021 (dikemaskini: 2024) Edisi Kesepuluh: 2026

PENGHARGAAN

Dalam membangunkan Edisi ke-10 Buku Panduan Kecemasan Pertahanan Awam ini, input daripada pelbagai agensi telah disertakan.

SCDF ingin mengucapkan terima kasih kepada agensi-agensi berikut kerana memberikan input berharga kepada nasihat dan garis panduan ini.

Agensi-agensi
Penguasa Bangunan dan Binaan (BCA)
Penguasa Pasaran Tenaga (EMA)
Penguasa Sains Kesihatan (HSA)
Penguasa Pengangkutan Darat (LTA)
Majlis Kesediaan Kebakaran dan Kecemasan Awam Kebangsaan (NFEC)
Nexus
PUB, Agensi Air Negara Singapura
SG Enable
Pejabat Program SGSecure
Lembaga Kemajuan Ekonomi (EDB) Singapura
Agensi Makanan Singapura (SFA)
Pasukan Polis Singapura (SPF)
Agensi Sekitaran Kebangsaan (NEA)

Penasihat Editorial
SAC Abdul Razak Abdul Raheem
LTC Navin Balakrishnan

Pasukan Editorial
Qurratu' Aini Binti Mohd Ali

Pasukan Kreatif
Qurratu' Aini Binti Mohd Ali
Farah Hanny Binte Mohd Nazrain



SEBUAH PROJEK PENDIDIKAN MASYARAKAT

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

DENGAN KERJASAMA

NFEC
National Fire And Emergency Preparedness Council