

MENCAPAI KEBAHAGIAAN DI USIA EMAS

Buku panduan untuk warga tua dan penjaga mereka

© Yayasan RHT Rajan Menon 2018
(UEN No.201506964K)

Tujuan penerbitan ini hanya sebagai panduan umum dan sorotan isu-isu. Ia tidak bertujuan untuk digunakan kepada keadaan tertentu atau untuk merupakan nasihat guaman.

ISBN:

E-book: 978-981-11-8146-7

Paperback/Softcover: 978-981-11-8145-0

Supporting Partners



Official Sponsors



Rakan Kongsi Menyokong



Penaja Rasmi



© **Yayasan RHT Rajan Menon 2018**

Cetakan Pertama di Republik Singapura: November 2017
Edisi Kedua: Julai 2018

PENAFIAN

Buku panduan ini mengandungi maklumat umum mengenai undang-undang dan hal-hal perundangan, pertolongan kecemasan dan demensia, serta pemantauan rumah dan keselamatan jalan raya untuk warga tua. Maklumat ini disediakan sebagai perkhidmatan awam oleh Yayasan RHT Rajan Menon (“Yayasan”). Walaupun maklumat ini diperolehi dari sumber-sumber yang boleh dipercayai dan tepat pada 25 Julai 2018, Yayasan tidak membuat apa-apa representasi atau jaminan mengenai ketepatan maklumat tersebut. Yayasan dan para wakilnya juga tidak mengambil sebarang tanggungjawab bagi kesilapan atau ketinggalan di dalam maklumat yang disediakan. Maklumat yang disediakan bukanlah nasihat guaman dan tidak boleh dianggap sebagai alternatif kepada perolehan nasihat guaman daripada seorang peguam. Maklumat yang diberikan dalam buku panduan ini bukan analisis yang lengkap tentang tajuk-tajuk yang dibincangkan, dan nasihat guaman dan/atau profesional lain harus diambil sebelum anda megambil sebarang tindakan.

Pandangan yang diberikan oleh para penyumbang adalah pandangan peribadi para penyumbang masing-masing dan tidak semestinya menggambarkan pandangan Yayasan. Walaupun segala daya usaha telah diberi untuk memastikan ketepatan maklumat yang terkandung dalam buku panduan ini, para penyumbang, rakan kongsi dan penaja rasmi menafikan semua liabiliti dan tanggungjawab untuk apa-apa kesilapan atau ketinggalan dalam penerbitan ini, sama ada berkenaan dengan apa-apa atau diakibatkan kesilapan atau ketinggalan tersebut, walaupun dilakukan atau tidak dilakukan oleh mana-mana pihak yang bergantung, sama ada secara keseluruhan atau sebahagiannya, kepada keseluruhan atau mana-mana bahagian kandungan penerbitan ini. Yayasan juga tidak bertanggung jawab untuk laman web (atau kandungan mereka) yang tidak dimiliki oleh Yayasan.

Instrumen statut undang-undang Singapura yang disebut dalam buku panduan ini boleh didapati di statutes.agc.gov.sg

Hak cipta terpelihara. Tiada bahagian daripada penerbitan ini boleh diterbitkan semula, disimpan dalam sebarang sistem pengambilan semula atau dihantar, dalam apa jua bentuk atau dengan apa cara, sama ada elektronik atau fizikal, termasuk fotokopi dan rakaman, tanpa kebenaran bertulis pemegang hak cipta.

ISBN:

E-book: 978-981-11-8146-7

Paperback/Softcover: 978-981-11-8145-0

Kandungan

Kata Pengantar	4
Pengenalan: Kepentingan buku panduan ini penting untuk anda	6
Satu: Pengurusan Kebajikan Peribadi	9
Dua: Isu Undang-Undang Keluarga	14
Tiga: Pengurusan Kekayaan Kewangan	22
- Perancangan Kesenambungan Bisnes	23
- Perancangan Kekayaan Keluarga	28
- Pemilikan Hartanah (Cara Memegang Hartanah)	32
Empat: Memasuki Kontrak	35
Lima: Panduan kepada Bantuan Cemas untuk Pengasuh	40
Enam: Demensia dan Alzheimer	49
Tujuh: Certis OK! Perkhidmatan Pemantauan Rumah dan Tindak Balas	54
Lapan: Keselamatan Jalan Raya Untuk Warga Tua	60
Nombor Hubungan Berguna	62
Rakan Kongsi Menyokong	69
Penaja-penaja Rasmi	77
Penyumbang	78

Kata Pengantar

Pembaca yang dihormati,

Dengan masyarakat yang semakin tua, kita perlu memastikan bahawa warga tua kita dan penjaga mereka sedar tentang struktur dan program-program sokongan yang tersedia pada mereka. Saya berasa amat sukacita dengan tujuan di belakang Buku Panduan ini.

“Mencapai Kebahagiaan Di Usia Emas” adalah satu risalah yang berguna sedang kita melalui kerumitan masalah peribadi, kewangan dan perundangan sewaktu kita meniti usia tua. Buku Panduan ini adalah hasil kerjasama erat dan dedikasi antara pelbagai pihak-pihak tertentu, termasuk agensi-agensi pemerintah, rakan kongsi masyarakat dan juga ahli-ahli dari masyarakat awam.

Sambil kita berusaha untuk memberi khidmat kepada golongan yang lemah dalam cara yang lebih selaras dan lestari, sumber maklumat seperti Buku Panduan ini memainkan peranan yang penting untuk memastikan bahawa maklumat yang betul dan relevan dapat disampaikan dan memanfaatkan pihak-pihak yang disasarkan. Kami amat mengalu-alukan lebih banyak inisiatif seperti Buku Panduan ini dari golongan masyarakat. Kepada Yayasan RHT Rajan Menon, tahniah atas usaha anda yang baik, dan teruskan semangat perkhidmatan.

Encik Desmond Lee
Menteri Pembangunan Sosial dan Keluarga
Menteri Kedua untuk Pembangunan Negara

Pembaca yang dihormati,

Warga tua di Singapura boleh menikmati hidup yang memuaskan. Yang penting untuk mencapai kehidupan seperti ini adalah menjaga kesihatan, serta mengambil kesedaran akan cabaran-cabaran yang akan dihadapi dan dibawa semakin kita bertambah usia.

Buku Panduan ini adalah hasil usaha dan semangat perkhidmatan Yayasan RHT Rajan Menon dan seharusnya membolehkan warga tua kita menjalani hidup yang berhasil dan selesa. Sebagai apa yang sering dikatakan, “dengan penerimaan amaran awal, kita boleh lebih bersedia”.

Topik-topik di dalam Buku Panduan ini telah dipilih dengan teliti. Ia ditulis oleh sekumpulan profesional yang berdedikasi dan siap menawarkan masa dan kepakaran mereka, dan adalah repositori maklumat yang praktikal dan wajar untuk warga tua kami menggunakan. Saya berharap agar buku ini dapat diedarkan secara meluas dan dibaca oleh orang ramai untuk mencapai tujuan murni sebalik penerbitannya.

Saya menggalakkan anda untuk membacanya dengan teliti dan menyimpannya di tempat senang dicapai untuk rujukan masa depan.

Semoga anda dapat menikmati usia tua dengan penuh kebahagiaan.

Dari seorang rakan warga tua baru yang kini berusia 63 tahun,
Professor Madya Ho Peng Kee
Penaung Yayasan RHT Rajan Menon

PENGENALAN:

Kepentingan buku panduan ini untuk anda

Selama ini, purata jangka hayat di Singapura dan keseluruhan dunia telah meningkat secara berterusan. Ini bermakna bahawa pada hari ini, orang ramai boleh mengharap untuk hidup dengan lebih lama.

Walaupun anda berupaya menangani isu-isu yang anda hadapi pada saat ini, situasi anda mungkin berubah sambil anda menjadi meniti usia tua.

Sekitar beberapa tahun lepas, pihak pemerintah telah memperkenalkan beberapa undang-undang dan polisibaru untuk membantu orang ramai menangani cabaran usia tua.

Buku panduan ini dapat membantu anda memahami dan merancang langkah-langkah untuk diambil semasa anda atau orang kesayangan anda meniti usia tua.

Keperluan usia yang berlainan

Merancang Kehadapan

Masadepan anda adalah tanggungjawab anda sendiri.

Merancang dengan keseluruhan dan holistic amat penting untuk masadepan yang lebih selamat, damai dan memuaskan untuk anda dan ahli keluarga anda.

Ambillah langkah untuk hal-hal peribadi dan kewangan anda. Pernahkah anda pertimbangkan bagaimana asset-aset kewangan anda akan dibahagikan?

Bagaimana pula jika sekiranya anda tidak boleh membuat keputusan sendiri? Ini adalah beberapa soalan yang perlu anda hadapi sekarang selagi anda masih boleh membuat keputusan sendiri.

Undang-undang memberi anda kuasa untuk menjaga urusan masa depan anda.

Kekayaan Anda

Dengan mempunyai rancangan yang jelas mengenai kekayaan anda, anda boleh yakin bahawa masadepan anda, serta orang tersayang dan tanggungan anda, akan dijaga dengan cukup. Ada tiga bidang yang perlu anda perhatikan: **pengurusan kebajikan peribadi, isu undang-undang keluarga dan pengurusan kekayaan kewangan**. Kawasan-kawasan ini diliputi dalam Bab 1 hingga 3.

Pengurusan
Kebajikan Peribadi

Isu-isu Undang-
undang Keluarga

Pengurusan
Kekayaan Kewangan

Membeli Produk atau Perkhidmatan

Anda harus berhati-hati apabila anda memasuki kontrak, supaya anda tidak diambil kesempatan sedang anda membeli produk atau perkhidmatan. Topik ini diliputi dalam Bab 4.

Penjagaan Perubatan

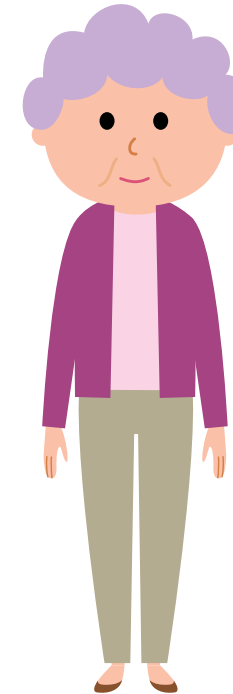
Penjagaan perubatan juga akan menjadi suatu pertimbangan yang semakin penting sambil anda meniti usia tua. Bab 5 akan memberi warga tua dan pengasuh mereka pengenalan umum kepada rawatan perubatan untuk warga tua.

Pemantauan Rumah dan Keselamatan Jalan Raya

Sambil anda menjadi tua, anda akan menghadapi pelbagai cabaran yang berkaitan dengan pergerakan fizikal anda, sama ada di dalam atau di luar rumah. Hal-hal pemantauan rumah dan keselamatan jalan raya adalah topik perbincangan didalam Bab 7 dan 8.

SATU:

Pengurusan Kebajikan Peribadi



Sambil anda meniti usia tua, anda mungkin menghadapi isu-isu berkaitan dengan kesihatan anda, baik fizikal atau mental.

Isu-isu kesihatan mental, yang sering dipandang remeh dan diabaikan, boleh mencabar keupayaan mental untuk diri anda. Kekurangan keupayaan mental mungkin timbul secara semulajadi ketika anda sedang berumur atau disebabkan kemalangan atau penyakit pada bila-bila masa.

Masalah kesihatan fizikal boleh menyebabkan penderitaan di penghujung hidup anda, yang mana semua orang berharap untuk mengelakkan.

Anda harus tahu bahawa undang-undang wujud untuk membantu anda menangani atau mengurangkan beberapa masalah ini, supaya keputusan anda untuk diri anda dapat dijalankan di masa hadapan sekiranya anda hilang keupayaan untuk membuat keputusan untuk diri anda.

**Akta Kapasiti
Mental**

**Undang-undang
Pengurusan
Kebajikan Peribadi**

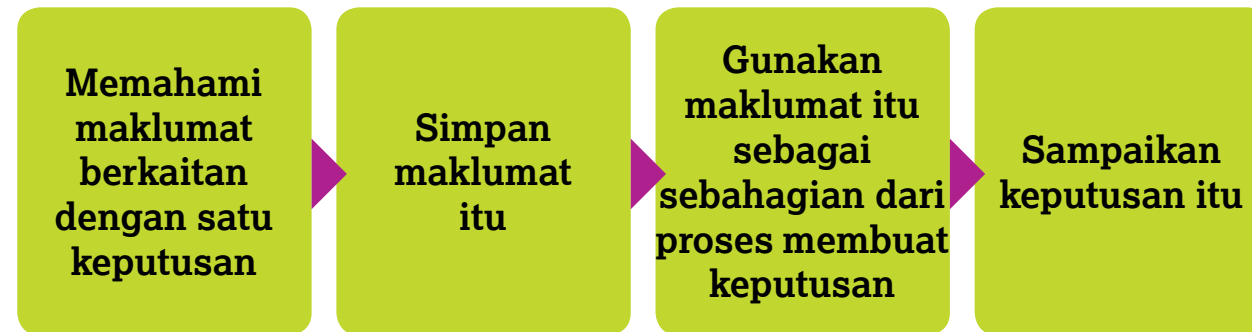
**Akta Arahan
Perubatan Awal**

Akta Kapasiti Mental

Akta Kapasiti Mental membolehkan anda melantik terlebih dahulu, semasa anda masih ada keupayaan untuk membuat keputusan untuk diri anda, seorang timbalan sekiranya anda hilang keupayaan mental. Ini terutamanya amat penting apabila untuk keputusan-keputusan yang boleh mengubah hidup anda.

Kekurangan kapasiti mental merujuk kepada ketidakupayaan untuk membuat keputusan berhubungan dengan sesuatu perkara pada masa yang relevan disebabkan oleh kemerosotan fikiran. Ini mungkin disebabkan oleh strok, kecederaan otak atau demensia.

Carta aliran ini menunjukkan proses membuat keputusan.



To cater for a scenario where you may lose the ability to make decisions, you can appoint a person(s) as a representative (Donee) for yourself (Donor) under a Lasting Power of Attorney (LPA).

Bagi menampung senario di mana anda mungkin hilang keupayaan mental, anda boleh melantik seseorang sebagai timbalan (Donee) untuk diri anda (Donor) di bawah dokumen Surat Kuasa Berkekalan (LPA). LPA memberi Donee kebenaran untuk mengambil tindakan bagi pihak anda sekiranya anda hilang keupayaan mental, seperti yang berkaitan dengan kebajikan peribadi anda seperti penjagaan seharian, serta urusan hartanah anda.

Walaupun, Donee tidak boleh mengambil tindakan bagi pihak anda mengenai isu perkahwinan, agama, arahan perubatan awal (Advanced Medical Directive) dan pendermaan bahagian tubuh badan. Donee juga tidak patut membuat keputusan jika dia percaya bahawa Donor boleh membuat keputusan itu sendiri pada masa itu.

Terdapat juga sekatan khusus bagi setiap jenis Donee. Contohnya, **Donee hartanah dan urusan** tidak dibenarkan untuk melaksanakan wasiat, atau membuat atau membatalkan pencalonan CPF, manakala **Donee kebajikan peribadi** tidak boleh membuat apa-apa keputusan mengenai perjalanan atau penerusan rawatan yang mengekalkan hidup ke atas Donor.

Sekiranya anda tidak berkesempatan untuk membuat LPA sebelum hilang kapasiti mental, mahkamah boleh melantik seorang timbalan untuk membuat keputusan bagi pihak anda.

Anda perlu berfikir untuk melantik Donee yang boleh dipercayai dan merangka LPA yang jelas supaya anda dapat memastikan Donee anda menjalankan amanah untuk mengambil tindakan bagi pihak anda dengan penuh tanggungjawab selaras dengan kehendak dan hasrat anda.

Anda juga boleh membatalkan LPA pada bila masa selagi anda mempunyai kapasiti mental. Jika anda merasa bahawa kepentingan anda tidak dijaga dengan betul, anda juga boleh merujuk kepada Pejabat Penjaga Awam, satu divisi pemerintah, yang menjaga individu-individu yang kurang kapasiti mental.

Pejabat Penjaga Awam akan campur tangan sekiranya individu LPA yang dilantik tidak bertindak untuk kepentingan terbaik anda.



Akta Arahan Awal Perubatan

Selain daripada masalah kesihatan mental, anda juga harus memperhatikan penyakit fizikal. Walaupun kita semua akhirnya akan meninggal dunia, sesetengah daripada kita mungkin memilih untuk tidak menerima rawatan perubatan luar biasa yang boleh memanjangkan kehidupan sekiranya kita menghidap penyakit yang boleh membawa maut dan berada dalam keadaan tidak sedar diri.

Akta Arahan Awal Perubatan Awal membolehkan penciptaan **Arahan Awal Perubatan** (Advanced Medical Directive, atau AMD), sesuatu dokumen yang anda tandatangi pada masa awal selagi anda masih mempunyai keupayaan mental.

Dokumen ini memberitahu doktor anda bahawa anda tidak ingin menerima sebarang rawatan perubatan untuk memanjangkan umur anda sekiranya anda sakit parah.

Walau bagaimanapun, ini tidak termasuk penjagaan hujung hidup, yang bermaksud bahawa kesakitan masih akan terus diuruskan dan kualiti hidup anda tidak akan merosot dalam di penghujung kehidupan anda.

Oleh itu, penderitaan anda tidak akan berpanjangan dan doktor anda akan membiarkan anda menemui ajal melalui proses nazak secara semulajadi.

Sesiapa berumur 21 tahun ke atas yang mempunyai keupayaan mental boleh membuat AMD secara percuma.

Borang AMD boleh didapati di poliklinik, hospital dan laman web Kementerian Kesihatan. Dokumen AMD adalah rahsia dan hanya individu yang diberi kuasa oleh anda secara bertulis akan tahu tentang kewujudannya.

Adalah penting untuk diperhatikan bahawa AMD dan euthanasia sangat berbeza.

AMD tidak memberi kuasa kepada doktor untuk mempercepatkan kematian tetapi semata-mata membolehkan proses nazak untuk berjalan secara semulajadi semasa menguruskan kesakitan.

Ini bermakna anda akan menemui ajal melalui proses nazaksemulajadi.

Umat Islam dibenarkan membuat penciptaan AMD yang selaras dengan peruntukan Akta Arahan Awal Perubatan.

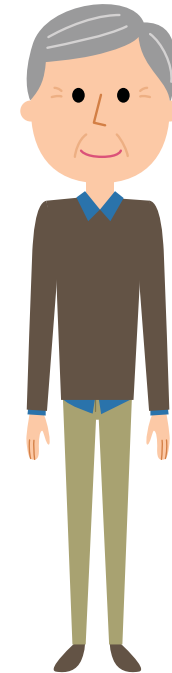
DUA:

Isu Undang-undang Keluarga

Dalam meniti usia tua, anda mungkin menimbang, atau sedang menghadapi, perceraian.

Adalah penting untuk memulakan perancangan untuk situasi sedemikian sementara kedua-dua pihak mengekalkan kapasiti mereka untuk membuat keputusan yang bermaklumat.

Ada dua isu undang-undang keluarga utama: **perceraian di usia tua dan penderaan.**



Perceraian Di Usia Tua

Walaupun kebanyakan kita tidak berfikir bahawa perkahwinan kita akan gagal, realiti perkahwinan adalah bahawa walaupun dalam kesatuan yang paling lama berkekalan, perceraian mungkin berlaku. Malangnya, ia telah menjadi lebih biasa bagi perkahwinan yang bertahan bertahun-tahun untuk runtuh.

Pemisahan dan kecurangan adalah sebab-sebab biasa perceraian di usia tua.

Ia mungkin sulit untuk mengurus butiran-butiran rumit dalam perceraian tanpa bantuan guaman.

Ada juga terdapat beberapa ciri-ciri yang unik kepada perceraian di usia tua yang memerlukan perhatian khusus.

Mengambil perhatian tentang butiran-butiran ini sekarang akan membantu anda membuat keputusan yang terbaik untuk diri anda jika kejadian malang ini berlaku.

Pertimbangan dan keutamaan warga tua sangat berbeza dari pasangan muda.

Pemeliharaan tabung simpanan untuk menampung pembelanjaan untuk penjagaan kesihatan jangka panjang adalah satu kasus yang perlu diberi tumpuan.

Menerima sokongan dan mengetepikan dana untuk kanak-kanak adalah antara keutamaan.

Dalam menentukan pembahagian aset, faktor-faktor yang berkaitan, termasuk sumbangan langsung, bukan langsung dan bukan kewangan, akan diambil kira.

Anda juga boleh memohon nafkah semasa dan pada akhir prosiding perceraian.

Sekiranya anda sedang memikirkan tentang perceraian, pertimbangkan juga untuk menyemak semula wasiat anda. Ini akan memastikan bahawa jika anda meninggal dunia sebelum selesai perceraian, aset anda akan pergi kepada orang pilihan anda.

Ini juga termasuk berfikir tentang pembahagian dana CPF dan polisi insurans anda.

Jika anda tidak mengeluarkan bekas pasangan anda sebagai benefisiari polisi insurans nyawa anda, dia boleh mewarisi aset anda.

Dapatkan nasihat daripada peguam anda untuk melindungi aset dan hartanah anda sekiranya berlaku perceraian.

Penderaan Warga Tua

Penderaan juga adalah satu masalah yang anda mungkin hadapi.

Aspek-aspek berlainan penderaan termasuk pengabaian, keganasan dan penderaan kewangan.

Sekiranya anda menjadi mangsa penderaan, anda harus mencari bantuan seawal mungkin.

Satu tempat yang anda boleh pergi untuk mendapatkan bantuan adalah Pusat Perkhidmatan Keluarga terdekat yang terletak di kejiranan anda.

Perlindungan dari penderaan harus dicari apabila kesusahan atau kemudaratan berlaku kepada orang yang lebih tua.

Piagam Wanita menawarkan saluran bantuan jika anda mengalami keganasan di rumah. Sebagai contoh, mangsa penderaan (sebarang jantina) boleh memohon kepada Mahkamah untuk Perintah Perlindungan untuk menghalang pendera.

Dalam kes-kes penderaan lebih serius yang melibatkan gangguan dan keganasan fizikal, anda boleh membuat laporan polis terhadap pendera.

Walau bagaimanapun, warga tua biasanya tidak melaporkan anak-anak mereka kepada polis atas pelbagai sebab, termasuk ketakutan bahawa anak-anak mereka akan dipenjarakan.

Dalam sesetengah situasi, orang tua mungkin mengalami pengabaian dan penderaan kewangan apabila anak-anak mereka yang sudah bekerja gagal untuk menyokong mereka dari segi kewangan. Sekiranya anda berumur 60 tahun dan ke atas, dan mendapati diri anda dalam situasi malang seperti ini, pemerintah telah menubuhkan Tribunal Untuk Penyelenggaraan Nafkah Ibu Bapa yang independen untuk menangani hal-hal begini. Anda boleh memohon kepada Tribunal tersebut untuk mempertimbangkan kes anda. Dalam kes-kes yang sewajarnya, Tribunal akan memerintah anak-anak memberi ibu bapa mereka elaun bulanan atau memberi sokongan kewangan kerap dalam bentuk lain.

Sistem Keadilan Keluarga telah memudahkan untuk anda menerima bantuan dari segi undang-undang sekiranya anda memerlukannya.

Sebagai contoh, ia akan menjadi lebih mudah untuk memohon nafkah dari anak-anak anda jika anda memerlukannya.

Pengetahuan mengenai hak-hak di atas boleh membantu anda menjalani kehidupan yang selesa di zaman kegemilangan anda.

Perlindungan Orang Dewasa Yang Lemah

Undang-undang baru yang dikenali sebagai Akta Perlindungan Orang Dewasa Lemah (Vulnerable Adults Act) telah diluluskan pada tahun 2018 untuk melindungi orang dewasa yang telah menjadi mangsa atau berisiko menjadi mangsa kepada penyalahgunaan, pengabaian atau pengabaian diri. Maklumat lanjut mengenai perlindungan orang dewasa yang lemah sepertimana disebutkan di atas boleh didapati di bawah.

Siapakah dewasa yang lemah?

Seseorang yang berumur 18 tahun ke atas dan mengalami kelemahan mental atau fizikal, kecacatan atau ketidakupayaan, atau yang tidak dapat melindungi dirinya daripada penyalahgunaan, pengabaian atau pengabaian diri.

Kenali penderaan dewasa yang lemah?

Penderaan orang dewasa yang lemah berlaku ketika seseorang atau pengasuh di dalam posisi kepercayaan atau bertanggungjawab untuk penjagaan orang dewasa tersebut, bertindak, atau gagal bertindak dengan cara yang menempatkan keselamatan, kesihatan atau kesejahteraan orang dewasa yang terancam pada risiko. Ia boleh merupakan perbuatan yang tunggal, atau perbuatan yang berlaku berulang kali dari masa ke masa.

Perhatikan tanda-tanda

Penderaan Fizikal:

Penderaan fizikal menyebabkan sakit fizikal atau kecederaan atau kematian kepada orang dewasa yang lemah itu, dan boleh dikenakan melalui pelbagai tindakan seperti memukul, menolak, mencekik, menyalahgunakan perubatan, menggunakan sekatan yang salah, atau sebarang kaedah yang membatasi kebebasan dewasa yang terancam untuk bergerak atau menahan orang dewasa yang lemah tanpa kehendaknya. Anda mungkin melihat sejarah kecederaan yang tidak dapat dijelaskan dan berganda pada peringkat penyembuhan yang berlainan, kelewatan melaporkan dan mendapatkan rawatan perubatan, kehilangan rambut atau berat badan dan kecederaan yang tidak dapat dijelaskan.

Penderaan Emosi & Psikologi:

Penderaan emosi atau psikologi orang dewasa yang lemah boleh diakibatkan dari ugutan, penghinaan, cacian, buli, gangguan atau percubaan untuk mengasingkan orang dewasa yang lemah dari keluarga dan teman-teman. Anda mungkin melihat orang dewasa yang lemah menjadi sangat cemas atau menarik diri dari keluarga dan rakan-rakan, mengalami masalah kemurungan atau tidur, dan mengalami kecenderungan atau tingkah laku mahu membunuh diri.

Penderaan Seksual:

Penderaan seksual berlaku apabila orang dewasa yang lemah dipaksa mengambil bahagian dalam aktiviti seksual tanpa kehendaknya, atau apabila dia tidak dapat memberikan persetujuan kerana kurang keupayaan mental. Pendedahan kepada pornografi dan bahasa seksual juga merupakan bentuk penderaan seksual. Tanda-tanda yang boleh terlihat termasuk pakaian dalam yang kotor, atau kesakitan, gatal-gatal atau kecederaan di kawasan alat kelamin.

Pengabaian:

Pengabaian merujuk kepada situasi di mana keperluan seharian asas orang dewasa yang lemah tidak dipenuhi, seperti makanan, perumahan, pakaian, penjagaan fizikal dan perubatan, dan sokongan kewangan. Seorang dewasa lemah yang diabaikan mungkin diperhatikan mendapat pemakanan yang tidak baik, kebersihan yang tidak baik, pakaian yang kotor atau tidak mencukupi, dan susulan perubatan yang kurang baik.

Penderaan Kewangan:

Penderaan kewangan berlaku apabila seseorang dalam posisi kepercayaan mengambil keuntungan dari wang atau sumber orang dewasa yang lemah untuk keuntungan dirinya sendiri. Ini mungkin termasuk pencurian, penipuan, atau tekanan ke atas orang dewasa yang lemah untuk membuat atau menukar wasiat, memindahkan harta atau membuat transaksi lain. Mungkin juga terdapat pengeluaran wang yang tidak boleh dijelaskan daripada akaun bank orang dewasa yang terancam atau penafian akses kepada harta atau dana sendiri orang dewasa yang terancam.

Di mana untuk mendapatkan bantuan?

Anda boleh mendapatkan bantuan daripada mana-mana Pusat Perkhidmatan Keluarga (Family Service Centres, atau FSC) dari segi kaunseling dan sokongan yang berkaitan dengan keganasan keluarga atau masalah kekeluargaan yang lain. Anda juga boleh menghubungi mana-mana Pusat Pakar Keganasan Keluarga (Family Violence Specialist Centres, atau FVSC) yang boleh memberi kaunseling yang lebih khusus dan bantuan yang berkaitan dengan keganasan keluarga.

Kes-kes yang lebih kompleks boleh dirujuk kepada Perkhidmatan Perlindungan Orang Dewasa (Adult Protective Service, atau APS) di bawah Kementerian Pembangunan Sosial dan Keluarga (MSF). Akta Perlindungan Orang Dewasa Lemah (Vulnerable Adults Act) membolehkan perkhidmatan sosial Pemerintah untuk campur tangan, membantu dan melindungi orang dewasa yang lemah apabila pencampuran tangan dari keluarga dan komuniti mangsa sendiri tidak mencukupi.

Jika anda khuatir tentang keselamatan anda, anda boleh memohon Perintah Perlindungan Peribadi (Personal Protection Order, atau PPO) di bawah Piagam Wanita. Anda boleh memohon PPO tersebut melalui sistem online iFAMS atau secara langsung di Mahkamah Keadilan Keluarga. Anda juga boleh membuat aduan melalui kemudahan video-link di mana-mana FVSC.

Jika keselamatan anda atau ahli keluarga anda terancam, anda harus menghubungi pihak Polis dengan segera di talian **999**.

Contact details:





ComCare Call

 1800 222 0000

Family Violence Specialist Centres


PAVE

 Blk 211 Ang Mo Kio Ave 3 #01-1446 Singapore 560211

 6555 0390


TRANS SAFE Centre

 Blk 410 Bedok North Ave 2 #01-58 Singapore 460410

 6449 9088

Care Corner Project StART

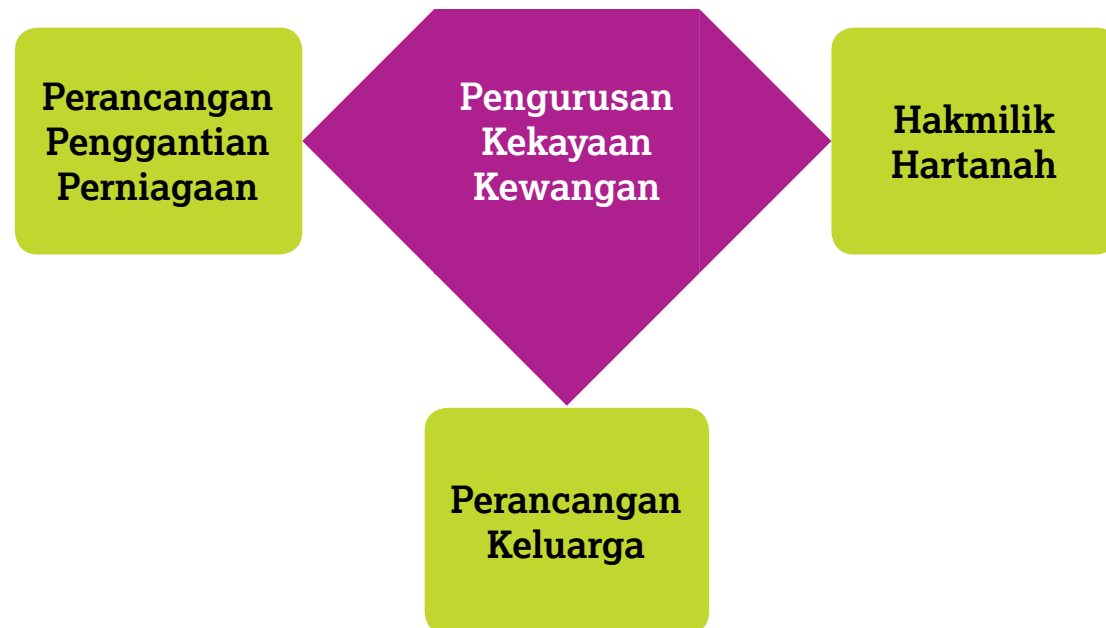
 Blk 7A Commonwealth Ave #01-672 Singapore 141007

 6476 1482

TIGA:

Pengurusan Kekayaan Kewangan

Terdapat beberapa jenis pengurusan kekayaan: **perancangan kesinambungan bisnes**, **perancangan kekayaan keluarga** dan **hakmilik hartanah**



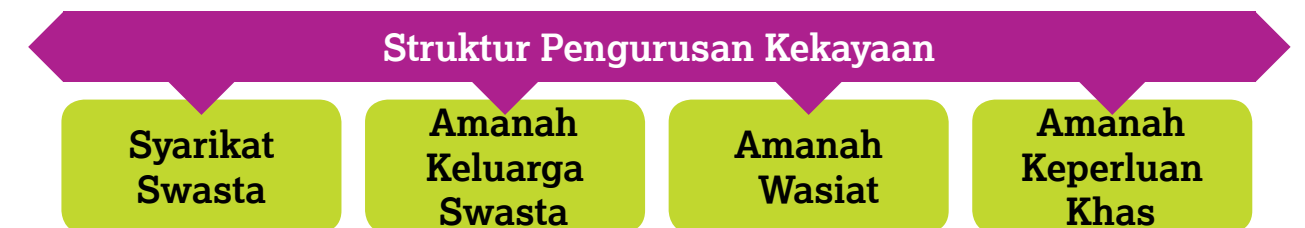
1. Perancangan Kesenambungan Bisnes

Kesenambungan bisnes keluarga sering menjadi kebimbangan bagi banyak pemilik bisnes.

Mempunyai perancangan kesinambungan bisnes yang jelas, terperinci dan berkuatkuasa dari segi undang-undang bukan sahaja dapat melindungi warisan anda sebagai pemilik bisnes tetapi juga membawa kestabilan kepada bisnes dan pekerja anda secara keseluruhan.

Adalah penting untuk memulakan perancangan dengan awal kerana terdapat banyak aspek yang perlu dipertimbangkan dengan betul. Ini seterusnya akan menentukan bentuk struktur bisnes yang pengganti itu akan ambil.

Bisnes keluarga boleh diuruskan melalui pelbagai struktur pengurusan kekayaan, iaitu syarikat swasta, amanah keluarga swasta, amanah wasiat atau amanah keperluan khas.



Objektif utama perancangan kesinambungan bisnes adalah untuk memastikan kesinambungan bisnes, supaya yang orang tersayang dan tanggungan anda dijaga dari segi kewangan, dan juga untuk memastikan pengumpulan kekayaan yang terbaik.

Syarikat Swasta

Syarikat swasta seperti **sebuah pejabat keluarga** boleh mentadbir aset mengikut kehendak anda, di mana objektif utama adalah pembahagian aset peribadi anda dalam jangka panjang, dan bukan untuk aktiviti komersial atau amal.

Ia berfungsi sebagai entiti undang-undang yang berasingan.

Manfaat tertentu untuk melakukan perancangan penggantian perniagaan melalui syarikat swasta termasuk:

- Ia memberi anda pilihan untuk menentukan berapa banyak perniagaan anda yang akan diterima oleh setiap seorang benefisiari anda.
- Ia memberikan kestabilan jangka panjang dengan melindungi kekayaan bisnis keluarga anda.
- Anda akan dapat mengekalkan kawalan ke atas syarikat swasta dan juga memberi anda pengurusan yang tepat.

Amanah Keluarga Swasta

Amanah keluarga swasta dan secara lanjutan **syarikat amanah swasta** (Private Trust Company, atau PTC) merujuk kepada entiti yang telah diserahkan pemilikan aset anda.

PTC memegang dan mentadbir aset anda untuk faedah keluarga anda.

PTC boleh menyediakan perkhidmatan amanah kepada satu amanah atau kumpulan amanah tertentu.

Ini membolehkan pemeliharaan dan kesinambungan urusan kewangan anda sementara anda masih mengekalkan kawalan ke atas amanah itu.

Berikut adalah beberapa faedah yang ditawarkan kepada anda sekiranya anda memilih untuk menggunakan PTC:

- PTC dikecualikan daripada keperluan pelesenan Pihak Berkuasa Kewangan Singapura (MAS) kerana ia hanya memberi perkhidmatan kepada anda dan keluarga anda sahaja. Bagaimanapun, ia mesti melantik syarikat amanah berlesen untuk menjalankan perkhidmatan pentadbiran amanah bagi tujuan menjalankan pemeriksaan yang diperlukan untuk mematuhi arahan yang dikeluarkan oleh MAS.
- Anda atau orang tersayang anda boleh secara aktif menguruskan aset ini dengan pelantikan ke lembaga pengarah PTC. Ini berguna terutamanya jika keluarga anda tahu rancangan jangka panjang bisnis keluarga dan ingin memiliki tahap kawalan yang tinggi dalam urusan bisnis keluarga, tetapi juga ada manfaat dari aset-aset dipegang oleh amanah.
- Jenis pendapatan tertentu diterima daripada PTC boleh dikecualikan daripada cukai, dan membolehkan pengekalan aset dalam keluarga.

Amanah Wasiat

Amanah wasiat merujuk kepada pewujudan suatu amanah di atas kematian anda seperti yang dinyatakan dalam wasiat anda.

Ini bermakna bahawa amanah yang anda buat hanya akan berkuatkuasa setelah kematian anda.

Wasi yang dilantik untuk melaksanakan wasiat anda akan memastikan bahawa kandungan wasiat anda (iaitu kehendak anda) dijalankan. Mereka biasanya dilantik sebagai pemegang amanah di bawah wasiat anda. Sebaik-baiknya, lebih daripada satu wasi perlu dilantik. Orang yang dipilih sebagai wasi mestilah berusia lebih dari 21 tahun dan berminda yang baik. Di samping itu, mereka harus bertanggungjawab dan bersedia mengambil peranan tersebut.

Sebaik-baiknya, mereka patut diberitahu bahawa mereka telah dilantik sebagai wasi anda, dan harus tahu di mana untuk mencari salinan asal wasiat anda sekiranya anda meninggal dunia.

Sebuah syarikat amanah juga boleh dilantik sebagai wasi wasiat anda. Atas kematian anda, syarikat amanah akan memohon kepada mahkamah untuk mendapatkan probet wasiat itu dan, jika probet diberikan, akan melaksanakan semua kuasa dan tugas seorang wasi.

Secara keseluruhan, adalah penting untuk diperhatikan bahawa perancangan awal adalah penting dalam memastikan kestabilan jangka panjang bisnes anda. Anda juga harus terus menyemak rancangan anda.

Amanah Keperluan Khas

Contoh **amanah keperluan khas** adalah satu yang ditadbir oleh **Special Needs Trust Company Limited** (SNTC), yang melayani orang-orang dengan keperluan khas. Ini termasuk tetapi tidak terhad kepada, demensia, autisme, Down Syndrome atau ketidakupayaan mental yang lain.

SNTC mempunyai pasukan pengurus kes berdedikasi yang dilatih dalam kerja sosial untuk bekerjasama dengan penjaga untuk mengenal pasti dan menilai keperluan tanggungan mereka dan membangunkan rancangan penjagaan untuk mereka. Mereka juga disokong oleh lembaga sukarelawan dari bidang undang-undang, medikal dan kewangan.

Amanah SNTC memastikan bahawa orang kesayangan anda menerima hadiah di bawah wasiat, pencalonan insurans dan CPF anda. Ia membolehkan anda

bergantung kepada pemegang amanah, yang tahu tentang hak-hak orang dengan keperluan khas, untuk menguruskan urusan kewangan orang tersayang anda dalam jangka panjang.

Sebuah Amanah SNTC memastikan hadiah yang telah anda ketepikan untuk orang yang anda sayangi di bawah wasiat, insurans dan pencalonan simpanan CPF anda dilindungi. Wang itu juga dijamin oleh Pemerintah kerana dana itu diuruskan oleh Pemegang Amanah Awam. Hal ehwal kewangan orang tersayang anda akan dijaga dengan baik.

SNTC juga bercadang untuk melancarkan perkhidmatan baru tidak lama lagi yang membantu orang tua tanpa sokongan keluarga untuk merancang untuk hari mereka kehilangan keupayaan mental. Pelanggan perkhidmatan baru ini boleh menunjukkan keinginan dan pilihan mereka mengenai penjagaan masa depan mereka, dan melantik seorang penerima kuasa. Sebagai alternatif, mereka boleh menyediakan SNTC dengan senarai timbalan dengan siapa SNTC harus berkerjasama sekiranya mereka kehilangan keupayaan mental. Sekiranya mereka kehilangan keupayaan mental, SNTC akan membantu melaksanakan hasrat mereka, dan menubuhkan satu amanah SNTC supaya urusan kewangan mereka dapat dijaga.

2. Perancangan Kekayaan Keluarga

Penciptaan Wasiat

Wasiat boleh dibuat untuk mengagihkan kekayaan anda di kalangan ahli keluarga anda.

Wasiat adalah dokumen undang-undang yang menetapkan arahan anda tentang cara, oleh siapa dan dengan cara apa, aset anda akan diedarkan selepas kematian anda.

Wasiat yang sah akan menjimatkan masa dan kos dan menghilangkan keraguan yang timbul berkenaan dengan pemilikan aset anda semasa kematian.

Di bawah undang-undang Singapura, anda boleh membuat wasiat apabila mencapai usia 21 tahun dan mempunyai keupayaan mental.

Ini paling baik dilakukan dengan berunding dengan peguam anda.

Apabila merancang wasiat anda, beberapa pertimbangan penting adalah:

- Agama anda
- Wang CPF
- Aset-aset Dipegang Oleh Pemilik-pemilik Bersama
- Polisi-polisi Insurans

Kerana setiap situasi individu adalah unik, sebaiknya berunding dengan peguam anda ketika menulis wasiat, supaya keinginan anda dapat dijalankan dengan tepat.

Wasiat yang ditulis dengan betul dan menyatakan niat anda dengan jelas, dapat membantu mengelaki pertikaian perundangan atas hartanah anda dan memelihara keharmonisan keluarga.

Bagi orang Islam di bawah Akta Pentadbiran Undang-undang Islam, orang Islam yang tinggal di Singapura hanya boleh mengedarkan harta mereka mengikut wasiat selaras dengan undang-undang Islam.

Melindungi Keselamatan Kewangan

Melindungi keselamatan kewangan anda adalah penting semasa anda meniti usia tua.

Dengan kenaikan kos, kejatuhan ke dalam hutang membuat anda tidak selamat dari segi wang dan lebih kemungkinan terjejas secara negatif dalam kemerosotan ekonomi.

Ancaman terhadap keselamatan kewangan anda mungkin disebabkan oleh **perjudian, penipuan Internet dan pelaburan**.

Perjudian

Hutang perjudian akan menjejaskan kesejahteraan kewangan anda. Keluarga anda juga mungkin terjejas oleh masalah kewangan anda.

Meminjam wang dari keluarga dan rakan anda untuk menyelesaikan hutang perjudian anda boleh menjejaskan hubungan anda dengan mereka.

Jika anda meminjam wang daripada peminjam wang berlesen, anda mungkin perlu membayar yuran pentadbiran, kadar faedah yang tinggi dan sebarang caj lewat.

Jika anda seorang penjudi masalah, anda boleh mendapatkan bantuan daripada:



Majlis Antarabangsa Masalah Perjudian



1800 6 668 668



www.ncpg.org.sg

Penipuan Internet

Dengan penggunaan telefon pintar dan Internet yang semakin pesat di kalangan orang tua, mereka sangat terdedah kepada penipuan yang dilakukan melalui Internet. Penipuan sedemikian mungkin melibatkan orang tua memindahkan wang kepada orang yang tidak dikenali untuk pelbagai sebab.

Anda perlu berjaga-jaga kepada kemungkinan permintaan wang melalui Internet mungkin tidak tulin.

Mengamalkan keselamatan siber akan membantu anda untuk melindungi kewangan anda. Maklumat lanjut boleh didapati di:



Agensi Keselamatan Siber Singapura



www.csa.gov.sg/gosafeonline

Suatu masa lagi apabila anda harus membuat laporan polis adalah apabila anda menjadi mangsa penipuan.

Penipuan-penipuan yang disebutkan termasuk penipuan penyamaran sebagai agensi pemerintah, dimana seorang penipu memperkenalkan diri sebagai kakitangan dari agensi pemerintah dan mendakwa bahawa anda telah melanggar undang-undang, dan seterusnya menuntut anda memberi butiran-butiran peribadi anda seperti nombor akaun bank atau menyuruh anda memindah wang ke akaun pihak yang tidak dikenali oleh anda.



Majlis Pencegahan Jenayah Antarabangsa Talian bantuan Anti-Penipuan



1800 722 6688



www.scamalert.sg

Pelaburan

Dengan umur, anda mungkin tidak boleh lagi mengambil pekerjaan yang anda lakukan dahulu atau mendapat sebanyak seperti dahulu.

Pelaburan mungkin merupakan cara yang menarik untuk mengembangkan modal anda dan memberi anda jaminan kewangan yang lebih baik.

Walau bagaimanapun, terdapat risiko yang terlibat dalam pelaburan. Sebagai contoh, nilai pelaburan anda mungkin jatuh dalam kemerosotan ekonomi.

Sebelum melabur simpanan persaraan hasil titik peluh anda, sentiasa mendapatkan nasihat daripada penasihat kewangan yang layak.

3. Pemilikan Hartanah (Cara Memegang Hartanah)

Dengan peredaran masa, pemilikan rumah dan harta tanah akan berubah dan merupakan satu sudut yang boleh mencetuskan komplikasi.

Bersedia terlebih dahulu dengan pengetahuan mengenai apa yang boleh dilakukan mengenai pemilikan rumah anda boleh membantu anda merancang lebih baik.

Dimana ada lebih dari satu pemilik, pemilikan hartanah di Singapura secara luas jatuh di bawah dua kategori: **pemilikan bersama (joint tenancy) dan pemilikan pecah milik (tenancy in common)**

Jenis penyewaan dan jika berkenaan, bahagian pemilikan, akan direkodkan dengan jelas dalam surat hakmilik hartanah itu.

Ini akan menjadi relevan kepada anda apabila soalan berkaitan dengan pemilikan hartanah itu timbul.

Tenancy-in-common	Joint Tenancy
Bahagian pemilik akan dialihkan ke benefisiari berkaitan dikenalpasti dalam wasiat selepas mereka mati	Semua pemilik mempunyai kepentingan yang sama dalam harta tersebut.

Tenancy-in-common	Joint Tenancy
Ini bermakna yang bahagian harta anda akan diserahkan kepada anak-anak and jika anda jika itu yang anda tetapkan dalam wasiat.	Ini bermakna jika sebarang satu pemilik bersama meninggal, kepentingannya dalam hartanah beralih kepada baki pemilik hartanah itu. Peralihan ini akan berlaku walaupun pemilik yang meninggal membuat wasiat untuk kenalpasti benefisiari kepada mana dia ingin memberi bahagiannya.

Menyedari tentang cara pemilikan yang sedia ada boleh menolong anda memutuskan samada anda perlu ambil tindakan untuk melindungi dari perkara masa hadapan.

Kemampuan mengambil tindakan di mana perlu akan memberi anda ketenangan fikiran tentang keperluan perumahan orang yang anda sayang.

Kategori	Tenancy-in-Common	Joint Tenancy
Pemegangan Bahagian	Tidak perlu sama.	Setiap pemilik memiliki Kepentingan yang sama.
Hak survivorship	Hak survivorship tidak terpakai. Hak pemilik yang mati dalam hartanah beralih dalam hartanah beralih ke estetnya.	Hak terus hidup terpakai. Atas kematian pemilik hartanah, bahagian harta pemilik yang mati beralih ke pemilik lain hartanah itu

Kategori	Tenancy-in-Common	Joint Tenancy
Kematian	Atas kematian pemilik bersama, hartanah itu hanya boleh diuruskan oleh wakil peribadi pemilik bersama yang mati.	Atas kematian pemilik bersama, pemilik masih hidup mempunyai hak untuk menguruskan hartanah.
Penukaran	Di mana pegangan bahagian sama, tenancy-in-common boleh ditukar ke tenancy bersama dengan mendaftar deklarasi di Daftar Tanah Singapura.	Dengan cara pemutusan, tenancy bersama boleh ditukar ke tenancy-in-common dengan bahagian sama dengan mendaftar deklarasi di Daftar Tanah Singapura.

Selain dari cara dalam mana harta dimiliki, pertimbangan kewangan juga perlu dirancang dengan teliti jika hartanah ini masih mempunyai gadai janji dan tidak dibayar sepenuhnya.

Dalam hal ini, selain daripada gadai janji tradisional, pilihan lain adalah gadai janji terbalik di mana peminjam tidak membayar balik kepada institusi kewangan (FI) tetapi menerima bayaran sekaligus atau bayaran bulanan dari FI sambil dia terus tinggal di rumahnya. Walau bagaimanapun, pilihan gadai janji terbalik tidak popular di Singapura kerana keperluan tertentu mesti dipenuhi untuk memenuhi syarat untuk gadai janji terbalik dan risiko kehilangan rumah wujud.

EMPAT:
Memasuki Kontrak

Kontrak adalah sebahagian dari hidup seharian kita.

Kita memasuki kontrak dengan orang lain di dalam banyak situasi, sama ada ianya berjumpa seorang doktor, membeli rumah, membeli barangan runcit di pasar raya atau di Internet.

Anda perlu mengingati perkara berikut apabila membuat kontrak.



Caveat Emptor –Pembeli Harus Berhati-hati

Penjual tidak dijangka menjamin kualiti produknya; ia adalah untuk pembeli untuk memeriksa kualiti produk - jika pembeli tidak berbuat begitu, pembeli menanggung risiko bahawa produk itu mungkin rosak. Prinsip undang undang ini dikenali sebagai “caveat emptor”, yang mengatakan bahawa pembeli harus berhati-hati.

Ia boleh menjadi sukar bagi orang tua untuk mendapat maklumat atau tahu apa yang perlu ditanya tentang produk yang mereka ingin membeli. Undang-undang kontrak am memberikan beberapa perlindungan untuk pembeli, contohnya, pembeli boleh membuat penjual bertanggungjawab sebab membuat pernyataan yang mengelirukan tentang produk mereka.

Juga, Akta Jualan Barangan memperuntukkan syarat-syarat tertentu dalam kontrak untuk penjualan barangan seperti memerlukan barangan untuk sepadan dengan deskripsi mereka dan adalah berkualiti yang memuaskan.

Berhati-hati sebelum anda menandatangani di garis titik.

Secara umumnya, sebaik sahaja anda menandatangani kontrak, anda terikat dengan syaratnya.

Anda tidak boleh kemudiannya menuntut bahawa anda tidak menyedari syarat kontrak atau tidak berhasrat untuk menandatangani kontrak.

Ini juga jelas terpakai walaupun anda tidak membaca kontrak sebelum menandatangani atau jika anda tidak fasih membaca bahasa Inggeris, selagi anda tahu bahawa apa yang anda lakukan adalah menandatangani kontrak.

Oleh itu, sebelum anda menandatangani sebarang kontrak, anda harus:

- Ketahui apa yang anda tandatangani.
- Minta untuk dokumen dibacakan kepada anda jika anda tidak boleh membaca.
- Minta untuk dokumen diterjemahkan atau ditafsirkan kepada bahasa yang anda boleh memahami.
- Di mana boleh, dapatkan nasihat guaman.

Adalah terbaik untuk mendapatkan nasihat guaman sebelum anda:

- Menyumbang jumlah kepada skim pelaburan yang menjanjikan pulangan yang sangat tinggi dengan risiko minima;
- Tandatangani dokumen yang akan menyebabkan jualan atau gadai janji rumah anda; atau
- Menbeli produk tidak teruji dan yang tidak sesuai untuk keperluan anda dan sangat mahal

Ia adalah dalam situasi yang sangat terhad yang anda boleh menuntut bahawa anda tidak patut terikat oleh kontrak. Satu contoh ialah di mana seseorang yang buta huruf menandatangani dokumen (sebagai contoh, dokumen jaminan) yang sangat berbeza daripada dokumen yang dia percayai (sebagai contoh, kontrak untuk penjualan barangan). Dalam situasi itu, orang yang buta huruf itu mungkin tidak terikat oleh jaminan jika dia tidak cuai dalam menandatangani jaminan itu.

Adakah anda menandatangani kontrak dengan kerelaan anda sendiri?

Adalah biasa bagi orang tua untuk dipengaruhi dan dipujuk sebelum membuat kontrak. Undang-undang mengiktiraf beberapa situasi di mana pengaruh dan pujukan seperti itu menyebabkan kontrak tidak sah dan tidak berkuatkuasa.

Paksaan

Kadang-kadang, seseorang boleh dipaksa untuk menandatangani kontrak di bawah ancaman bahaya fizikal atau melalui tekanan komersil yang tidak sesuai.

Di mana kontrak dibuat di bawah paksaan, ia tidak sah.

Oleh itu, anda perlu berhati-hati jika tertekan untuk menandatangani kontrak yang anda tidak mahu menandatangani.

Pengaruh Tidak Wajar

Pengaruh tidak wajar berlaku apabila satu pihak mengambil kesempatan dari kepercayaan dan keyakinan yang pihak lain ada padanya berdasarkan hubungan mereka. Kontrak adalah tidak sah jika satu pihak memasukinya di bawah pengaruh tidak wajar pihak lain.

Di bawah undang-undang, pengaruh tidak wajar boleh berlaku dalam hubungan berikut:

- Ibu bapa dan anak
- Pemegang Amanah dan benefisiari
- Peguam dan pelanggan

Satu cara untuk mengelakkan menjadi mangsa pengaruh tidak wajar adalah memastikan nasihat undang-undang yang bebas dan kompeten diperoleh sebelum memasuki kontrak.

Tawaran yang tidak munasabah

Tawaran yang tidak munasabah berlaku apabila satu pihak secara sedar berhasrat untuk mengambil kesempatan daripada pihak lain yang dari kumpulan berpendapatan rendah atau tidak berpendidikan tinggi dengan cara yang salah secara moral.

Satu contoh tawaran yang tidak munasabah adalah apabila seorang penyewa warga tua dengan hanya pendidikan sekolah rendah dipujuk oleh tuan tanahnya untuk menjual harta bendanya kepada tuan tanah pada nilai rendah yang ketara, tanpa manfaat nasihat guaman independen.

Seperti dengan pengaruh yang tidak wajar, adalah terbaik untuk mendapatkan nasihat guaman independen sebelum memasuki mana-mana transaksi yang berpotensi merugikan dengan pihak yang mempunyai kuasa tawar-menawar yang lebih kuat.

Adakah kontrak anda dilindungi oleh undang-undang?

Untuk melindungi orang yang lemah apabila mereka memasuki kontrak, undang-undang Singapura menyediakan perlindungan tertentu untuk mereka. Beberapa contoh disediakan di bawah.

1. Akta Perlindungan Pengguna (Fair Trading) (biasanya dikenali sebagai 'Lemon Law') menetapkan senarai amalan perdagangan yang tidak adil dan membolehkan pengguna menuntut remedi sivil terhadap perniagaan, pembekal dan peniaga yang bermasalah. Persatuan Pengguna Singapura (CASE) telah memberikan nasihat dan panduan berguna kepada pengguna di laman web mereka www.case.org.sg/consumer_guides.aspx.
2. Bagi polisi insurans dan produk sejenis yang lain, MAS menghendaki syarikat-syarikat insurans menawarkan 'tempoh lihat percuma' selama 14 hari. Sepanjang tempoh ini, pengguna boleh mengkaji, dan membatalkan polisi mereka untuk bayaran balik penuh premium mereka kurang perbelanjaan medikal dan lain-lain yang telah mereka bayar. MAS juga mengenakan 'tempoh lihat percuma' selama 7 hari untuk produk pelaburan. Ini membolehkan pelabur membatalkan pelaburan mereka tanpa perlu menanggung caj jualan atau komisen.
3. Selalunya, perniagaan boleh cuba mengecualikan atau membatasi tugas dan liabiliti mereka di bawah kontrak dengan memasukkan klausa pengecualian. Akta Syarat Kontrak yang Tidak Adil melindungi pengguna dengan membuat klausa pengecualian sebegitu tidak sah, sebagai contoh, di mana kematian atau kecederaan peribadi terjadi akibat kecuai perniagaan.

LIMA:

Panduan kepada Bantuan Kecemasan untuk Pengasuh

Bab ini disumbangkan oleh Palang Merah Singapura dan berfungsi sebagai pengenalan kepada rawatan perubatan untuk orang tua. Ini bertujuan untuk memberikan pengasuh kepada orang tua dengan maklumat dan pengetahuan asas dalam mengenal pasti, merancang dan menguruskan situasi kecemasan di rumah.

Sebagai penjaga dalam bantuan kecemasan, anda harus mengingati bahawa kemahiran dan pengetahuan anda terbatas. Apabila berlaku kecemasan, memperkenalkan diri anda kepada mangsa, dapatkan kebenaran untuk menghulur bantuan dan terangkan bantuan yang akan diberikan. Tanggungjawab anda bermula dari saat anda tiba di tempat kejadian dan terus sampai bantuan perubatan tiba atau ketika mangsa sembuh. Pesakit warga tua mempunyai keperluan bantuan kecemasan yang berbeza daripada orang yang lebih muda. Kulit tipis, tulang rapuh dan faktor lain membuat memberi bantuan kecemasan untuk warga tua lebih rumit.



Pengenalan kepada Bantuan Kecemasan

Definisi Bantuan Kecemasan adalah bantuan **serta merta** diberikan kepada seseorang yang cedera atau tiba-tiba sakit **sebelum ketibaan bantuan perubatan**.

Matlamat Bantuan Kecemasan

Sebagai pemberi Bantuan Kecemasan, ingati bahawa anda patut:

1. **Memelihara** nyawa dengan melakukan kemahiran resusitasi apabila perlu.
2. **Mencegah** kecederaan menjadi lebih teruk dengan memberi bantuan cemas untuk mengurangkan komplikasi lanjut.
3. **Menggalakkan** pemulihan dengan memastikan mangsa selamat. Pantau keadaan sehingga bantuan perubatan tiba.
4. **Memberi** keselesaan dan kelegaan dengan meyakinkan mangsa.

Prinsip-prinsip & Amalan-amalan Bantuan Kecemasan

Peranan anda sebagai pemberi Bantuan Kecemasan ialah untuk:

- **Menyelamatkan** nyawa dengan melakukan Resusitasi Cardio-Pulmonary (CPR) jika perlu.
- **Mengurus** penjagaan dan mengutamakan kecederaan.
- **Dapatkan bantuan** dengan menelefon Ambulans di talian 995 dan minta Alat Defibrillator Luar Automatik (AED) dan Kit Bantuan Kecemasan jika ada.
- **Perhatikan dan memantau** mangsa sehingga bantuan perubatan tiba. Elakkan meninggalkan mangsa sendirian atau tanpa pengawasan.

Keselamatan Diri

Perhatikan keadaan dan sekeliling kawasan sekitaran. Pastikan semua yang terlibat ada didalam keadaan selamat dan cuba mencegah orang lain daripada kecederaan. Anda mungkin bimbang tentang dijangkiti oleh mangsa yang anda merawat. Untuk mengurangkan kebarangkalian ini, anda harus mengikuti protokol berikut:

- Pakai sarung tangan getah dan topeng perubatan semasa merawat mangsa kecederaan.
- Lindungi diri anda dari dcedera oleh objek tajam.
- Jika mangsa mengalami pendarahan yang teruk, sebanyak mungkin anda harus elak bersentuhan dengan darah dan cecair badan lain.
- Apabila anda perlu memberi ventilasi mulut ke mulut, anda harus menggunakan topeng poket atau perisai muka.
- Sesudah merawat mangsa, basuh tangan anda dengan sabun dan buang semua peralatan pertolongan kecemasan yang digunakan.

Bantuan Pertolongan Cemas

Hairannya, kebanyakan kemalangan atau penyakit mendadak menghairankan berlaku di rumah. Dalam kebanyakan kes, kesilapan dan kecerobohan manusia adalah punca utama kemalangan. Inilah sebabnya mengapa langkah-langkah pencegahan adalah penting. Bantuan pertolongan cemas merujuk kepada usaha untuk menjadikan rumah, komuniti atau tempat kerja lebih selamat. Ia juga termasuk usaha untuk mengubah gaya hidup kita untuk merendahkan risiko terjadinya kecemasan perubatan seperti penangkapan jantung atau strok.

Mengenali Situasi Kecemasan Medikal

Kecemasan adalah satu situasi yang memerlukan perhatian dan tindakan segera. **Kecemasan medikal** adalah penyakit tiba-tiba yang **memerlukan perhatian medikal segera**. Adalah penting untuk anda mengenali situasi kecemasan medikal. Sebagai garis panduan am, tujuh tanda kecemasan medikal adalah:

1. Kesakitan mendadak atau teruk, termasuk kesakitan dada
2. Kesukaran bernafas atau sesak nafas
3. Pendarahan yang tidak terkawal dalam apa jua bentuk
4. Kekeliruan disorientasi yang mendadak
5. Pening kepala, kebas, kelemahan atau perubahan penglihatan mendadak
6. Batuk atau muntah darah
7. Muntah berterusan atau cirit-birit

Simpan senarai semua ubat yang orang anda sayangi ambil dengan dos yang disyorkan dan arahan khas jika ada. Belajar untuk mengendalikan dan menggunakan sebarang peralatan perubatan seperti AED, concentrator oksigen, nebuliser atau inhaler yang orang tersayang anda mungkin perlukan dalam satu kecemasan dan simpan butiran hubungan pembekal perkhidmatan atau pembekal dalam tangan.

Bagi orang tua, adalah penting juga untuk siapkan diri anda secara fizikal dan emosi. Anda perlu menyedari kesihatan psikologi dan dapat mengenali stres, seperti kilas balik dan mimpi buruk yang kerap berlaku mengenai kejadian itu. Apabila ini berlaku, dapatkan bantuan kerana penting untuk mengatasi perasaan ini. Ini bukan sahaja akan membantu anda menangani reaksi semasa anda, tetapi juga akan membantu anda belajar bagaimana untuk bertindak balas terhadap situasi di masa depan.

Menanggapi Kecemasan - Pelan Tindakan Kecemasan (EAP)

Seorang penjaga perlu bertenang dan melaksanakan pelan tindakan dalam keadaan kecemasan. Pelan tindakan kecemasan terdiri daripada Penyiasatan Utama, **Penyiasatan Sekunder dan Kedudukan Pemulihan.**

Penyiasatan Utama (D.R.S.A.B.C)

Kenali tanda-tanda dan gejala kecemasan yang mengancam nyawa untuk menyediakan rawatan yang sesuai untuk menyelamatkan.

1. Menilai tempat kejadian untuk keselamatan (D - Danger (Bahaya))

Pastikan keselamatan pembekal bantuan cemas dan orang yang cedera. Anda perlu memberi perhatian kepada punca kecederaan dan periksa untuk kemungkinan kecederaan tulang belakang. Dalam kes-kes kemalangan jalan raya atau jatuh dari tempat tinggi, jangan gerakkan mangsa.

2. Menetapkan Respon (R - Responsiveness (Reaksi))

Tentukan tahap kesedaran seorang mangsa sebagai sedar sepenuhnya, separuh sedar atau tidak sedarkan diri sepenuhnya. Pertama, panggil orang itu untuk melihat apakah dia boleh bertindak balas. Kemudian, ketuk mangsa dengan ringan pada bahu atau lengannya untuk melihat apakah dia menjawab. Jika dia tidak bertindak balas, anda boleh menentukan bahawa dia tidak sedar diri. Dalam kes di mana mangsa cedera itu bertiarap, jika situasi membenarkan (atau jika ada orang lain untuk membantu anda), telentangkan mangsa itu. Apabila mengalihkan mangsa, pastikan kepala, leher, dan tulang belakang bergerak bersama dalam satu tindakan lancar.

3. Menjerit untuk bantuan (S - Shout (Jerit))

Menjerit untuk bantuan. Anda boleh mendapatkan seorang laluan untuk membantu anda menolong mangsa.

4. Segera Dapatkan AED (A - Get AED (AED))

Jika AED berdekatan, dapatkan AED dan gunakan atas mangsa. Jika tidak, suruh seseorang mengambil AED dari lokasi berdekatan yang diketahui. Telefon untuk Perkhidmatan Medikal Kecemasan di 995.

5. Periksa untuk Pernafasan Normal (B - Breathing (Pernafasan))

Periksa pernafasan mangsa dengan melihat naik turun dada. Ia tidak boleh mengambil masa lebih daripada 10 saat untuk menyelesaikan langkah ini. Adalah penting untuk mengenal pasti bahawa tercungap-cungap bukan pernafasan biasa tetapi tanda serangan sakit jantung.

6. Jalankan CPR (C - Compression (Kompresi Dada))

Dedahkan dada untuk mencari mercu tanda untuk kompresi dada. Letakkan tumit tangan anda di atas bahagian rendah sternum mangsa (tulang dada). Letakkan tangan yang lain di atas tangan pertama. Selangkan jari kedua tangan dan angkat jari dari dinding dada. Anda perlu bersandar ke hadapan untuk menempatkan bahu anda terus di atas tangan anda dan dada mangsa. Luruskan kedua siku dan kuncikan. Menggunakan berat badan anda, tekan ke bawah ke arah dada sebanyak 4 - 6 cm. Tekan kuat, dan tekan cepat pada 100 - 120 kompresi setiap minit. Teknik Kompresi Dada terdiri daripada aplikasi tekanan secara bersiri dan rhythmic di atas bahagian rendah tulang dada.



Lakukan kitaran berterusan sebanyak 30 tekanan sehingga salah satu daripada yang berikut berlaku:

- AED disambungkan kepada mangsa dan mengarah anda untuk menghentikan CPR.
- Krew ambulans tiba dan mengambil alih penjagaan lanjut mangsa.
- Mangsa mendapat semula kesedaran.

Penyiasatan Sekunder (P.S.P.B.T)

Sekiranya mangsa sedang bernafas, jalankan Penyiasatan Sekunder. Ini adalah peperiksaan terperinci mangsa untuk kecederaan atau keadaan lain yang mungkin tidak jelas. Untuk menjalankan tinjauan sekunder, anda perlu melakukan pemeriksaan kepala ke kaki. Ini melibatkan perkara berikut:

1. Aduan Utama (P - Periksa)

Periksa aduan utama kesakitan atau ketidakselesaan. Perhatikan apa-apa tanda-tanda kecederaan yang jelas atau tanya mangsa bagaimana perasaannya. Tanya jika pesalah merasa tidak normal.

2. Sejarah (S - Sejarah)

Laporan kemalangan itu harus diberikan oleh mangsa atau saksi; sesetengah mangsa mungkin membawa rekod medikal. Tanya jika mangsa itu alah pada sebarang ubat atau sedang mengambil ubat. Minta sejarah medikalnya jika boleh. Anda juga boleh bertanya tentang kejadian yang membawa kepada insiden ini.

3. Pemeriksaan (P - Periksa)

Periksa mangsa dari kepala ke kaki untuk sebarang kecederaan yang terlepas.

4. Periksa untuk kelainan (B - Banding)

Bandingkan sisi bertentangan untuk kelainan. Semak untuk sebarang Kecacatan, Kecederaan terbuka, Kelembutan dan Kebengkakan (K.K.K.K) pada mangsa.

5. Tetap memantau tanda-tanda penting (T - Tetap)

Pantau pernafasan, keadaan kulit, suhu, nadi dan tekanan darah mangsa jika mungkin.

Kedudukan Pemulihan



Letakkan mangsa dalam kedudukan pemulihan. Ini sering digunakan untuk mangsa yang tidak sedarkan diri tetapi bernafas, yang dibaringkan dengan kaki bawahnya terbentang di belakangnya, dan kaki atasnya bengkok di hadapannya. Bahunya dimiringkan supaya lengan bawahnya juga di belakangnya manakala lengan atasnya bengkok di depan. Kepalanya dipusing untuk mengelakkan lidah menghalang saluran udara.

Kit Bantuan Kecemasan

Setiap rumah atau tempat kerja patut mempunyai kit bantuan kecemasan. Kit bantuan kecemasan direka bentuk untuk merawat keadaan bukan kecemasan dan untuk memberi penjagaan segera dalam situasi kecemasan. Kit bantuan kecemasan **mesti sedia ada dan boleh diakses** oleh semua orang.

Semua item mesti disepak secara berkala untuk **tarikh luput** dan **diisi semula** selepas digunakan.

Berikut adalah beberapa perkara asas biasa dalam kit dan penggunaannya:

Perkara	Jmh	Tujuan dan Kegunaan
Kain Kasa Penyerap 10'an (2"x2")	5	Untuk membersihkan / membalut / menghentikan pendarahan luka
Nasihat Asas Bantuan	1	Maklumat bantuan cemas asas
Cemas Bandaj Crepe 2" (5 cm)	1	Untuk memasang pembalut atau untuk memampatkan untuk menghentikan pendarahan atau untuk menghadkan bengkak untuk kecederaan tisu lembut
Bandaj Crepe 4" (10 cm)	1	
Sarung tangan pakai buang (Pasang)	2	Untuk melindungi penyelamat dari jangkitan
Pek Resusitasi pakai buang (Mask Resusitasi atau Mask Poket)	1	Untuk ventilasi mulut-ke-mulut
Plaster 10'an	2	Untuk menutup luka superfisial
Pad Mata (Steril)	2	Untuk menjadi pembalut untuk kecederaan mata
Perisai mata	2	Untuk melindungi mata
Pita Hypoallergenik	1	Untuk melekatkan pembalut
Pen lampu suluh / Lampu suluh	1	Untuk periksa mata (atau badan lain)
Pin Keselamatan	4	Guna bersama dengan sling tiga segi
Gunting ricih	1	Untuk memotong bandaj, pembalut atau kain kasa
Pembalut Tiga Segi (90 cm x 90 cm x 129 cm)	4	Untuk dijadikan sling atau berfungsi sebagai pad tekanan

NB: Saline steril / air hanya disyorkan untuk tempat dengan tiada bekalan air.

ENAM:

Demensia dan Alzheimer

Demensia

Menurut kajian Kesejahteraan Warga Tua Singapura (Wise), yang diketuai oleh Institut Kesihatan Mental (IMH), yang menemuduga hampir 5,000 orang warga tua dan ahli keluarga mereka, satu dari 10 orang di sini berusia 60 tahun ke atas mungkin mengalami demensia. Pakar-pakar IMH menunjuk kepada kenaikan bilangan disebabkan oleh populasi yang semakin cepat menua dan peningkatan kelaziman stroke, obesiti, kencing manis dan hipertensi, yang semuanya adalah faktor risiko untuk demensia. Dalam tahun 2018, kira-kira 50,000 orang di Singapura berumur 60 tahun dan lebih tua mengalami demensia dan jumlah ini dijangka meningkat dua kali ganda menjelang 2030. Di samping itu, tahap masalah kesusahan dan psikologi yang dihadapi oleh penjaga orang yang mengalami demensia dilaporkan jauh lebih tinggi berbanding kepada penjaga yang lain.

Apakah Demensia?

Demensia adalah kehilangan fungsi kognitif, yang disebabkan oleh kerosakan pada sel-sel otak, yang mengganggu keupayaan seseorang untuk melakukan aktiviti harian. "Demensia" adalah istilah yang digunakan untuk menggambarkan satu set gejala yang boleh menjangkau dari kehilangan ingatan dan kekeliruan kepada perubahan mood dan tingkah laku.

Apakah Alzheimer?

Penyakit Alzheimer adalah jenis demensia yang paling biasa. Ia melibatkan kemerosotan otak yang membawa kepada kemerosotan mental yang progresif. Lain-lain jenis

demensia termasuk demensia vaskular (terbentuk apabila terdapat kekurangan aliran darah ke otak, sering disebabkan oleh strok kecil), demensia dengan badan Lewy (pengumpulan deposit protein yang tidak normal yang dipanggil badan Lewy, yang menyebabkan perubahan dalam otak), dan demensia frontotemporal (berlaku apabila sel-sel saraf di lobus depan atau lobus temporal mati).

Apakah tanda-tanda dan gejala demensia?

Demensia memberi kesan kepada individu dengan cara yang berbeza dan unik. Ini bergantung kepada impak penyakit itu dan keperibadian seseorang sebelum permulaan penyakit.

Tanda amaran demensia umum termasuk:

1. Hilang ingatan
2. Kesukaran melakukan kerja-kerja biasa
3. Masalah dengan bahasa
4. Disorientasi mengenai lokasi atau waktu
5. Pertimbangan yang kurang baik atau berkurangan
6. Masalah dengan mengigati perkara / kehilangan barang
7. Perubahan dalam mood dan kelakuan
8. Perubahan dalam keperibadian
9. Kehilangan minat dalam hobi dan aktiviti peribadi
10. Keupayaan mengatasi masalah dan membuat keputusan yang terjejas

Saya asyik melupakan perkara. Adakah saya mendapat penyakit Alzheimer atau demensia?

Kebanyakan kita melupakan perkara-perkara seperti mana kita meletakkan kunci atau nama-nama orang, pada kadang-kadang. Walau bagaimanapun, kehilangan ingatan

dalam penyakit Alzheimer atau demensia mengganggu kehidupan seharian. Ia lebih serius daripada melupakan perkara-perkara sesekali. Contohnya adalah melupakan perjalanan anda pulang ke rumah pada laluan yang anda ambil dengan kerap dan biasa dengannya.

Adakah demensia diwarisi di dalam keluarga?

Sambil demensia menjadi lebih biasa dalam populasi yang semakin tua, ramai di antara kita akan menemui saudara-mara yang hidup dengan keadaan ini. Ini tidak bermakna kita akan mewarisinya. Gen yang kita warisi dari ibu bapa kita biasanya mempunyai kesan kecil terhadap risiko kita mengalami demensia. Kemungkinan kita mengalami demensia sering bergantung pada gabungan beberapa faktor termasuk umur, gaya hidup dan genetik.

Adakah benar bahawa penyakit Alzheimer dan demensia hanya berkesan pada orang tua?

Tidak, ia juga boleh menjejaskan golongan muda (di bawah umur 65 tahun) dalam demensia permulaan yang muda. Walau bagaimanapun, risiko mengalami demensia ketara bertambah dengan umur untuk mereka di atas 65.

Adakah terdapat ubat untuk demensia?

Pada masa ini tiada ubat untuk demensia. Walau bagaimanapun, terdapat ubat untuk mengatasi gejala penyakit Alzheimer buat sementara atau melambatkan kemajuannya pada individu tertentu. Penjagaan dan sokongan untuk memperbaiki kehidupan orang-orang dengan demensia, penjaga dan keluarga mereka juga tersedia.

Adakah terdapat apa-apa yang boleh saya lakukan untuk mengurangkan risiko mengalami demensia?

Tidak ada cara yang pasti untuk mencegah demensia. Walau bagaimanapun, beberapa faktor risiko untuk demensia dapat diuruskan dengan secukupnya melalui gaya hidup yang sihat, kerap membuat senaman dan tetap aktif secara dari segi sosial.

Apakah perkhidmatan dan program yang ditawarkan oleh Persatuan Penyakit Alzheimer (ADA)?

ADA menyediakan perkhidmatan dan program berikut:

Perkhidmatan untuk Pesakit Demensia (Person with Dementia atau PWD)

- **New Horizon Centres (NHC)** adalah pusat penjagaan pesakit demensia yang menyediakan perkhidmatan penjagaan harian untuk PWD
- **Keluarga Kebijaksanaan (FOW)**, program tiga jam mingguan untuk PWD disertai oleh penjaga mereka
- **Perkhidmatan Perawatan Eldersit Respite** di mana pakar penjaga pesakit demensia yang dikenali sebagai Eldersitters terlatih melibatkan PWD dalam aktiviti-aktiviti yang bermakna dan terapeutik di rumah mereka
- **ADAcafé** untuk PWD untuk terlibat secara fizikal, kognitif dan sosial dengan membantu dalam tugas-tugas di kafe dan berinteraksi dengan pelanggan awam.

Sokongan untuk Penjaga-penjaga :

- **Talian Bantuan Demensia 63770700**, untuk mendapat sokongan untuk penjaga pesakit demensia.
- **Kumpulan Sokongan Penjaga**, di mana penjaga boleh mendapat manfaat daripada sesi-sesi sokongan dan perkongsian dan ceramah bermaklumat yang berkaitan dengan demensia oleh pakar-pakar.
- **Kerja Kes dan Kaunseling** bekerjasama dengan penjaga untuk mengenalpasti dan memahami keperluan pengasuhan mereka melalui pendidikan psikologi, sokongan emosi, pautan perkhidmatan yang relevan dan rujukan
- **Sokongan Untuk Penjaga Pesakit Demensia** memberi khidmat sokongan untuk penjaga-penjaga pesakit demensia yang tertekan.

Latihan untuk Penjaga-penjaga :

- Latihan (kuliah kelas, pembelajaran pengalaman, perbincangan kumpulan, lakunan peranan) ada tersedia di pelbagai kumpulan penjaga, melengkapkan mereka dengan kemahiran dan pengetahuan penting dalam penjagaan demensia
- Program Latihan Penjaga Keluarga (Family Caregiver Training Program, atau FTCP)
- Bengkel Latihan Penjagaan Demensia untuk Pekerja Rumah Negeri Asing (Foreign Domestic Worker, atau FDW))
- Latihan untuk Carestaff Profesional pada tahap kecekapan yang berbeza.

Pendayaan Komuniti:

- Melalui forum, rundingan, pameran, pertunjukan jalan raya dan program komuniti seperti Program Kesenian dan Demensia dan Cafe Memories, kami berhasrat untuk bergerak ke arah masyarakat yang merangkumi demensia.

TUJUH:

Certis OK! Perkhidmatan Pemantauan Rumah dan Tindak Balas

Bab ini disumbangkan oleh Perkhidmatan Sokongan Kesihatan Certis.

Adakah anda tahu lebih ramai warga tua yang cedera di rumah daripada di luar rumah? 6 daripada 10 kecederaan yang dialami oleh warga tua berlaku di rumah disebabkan oleh kejadian tidak sengaja / alam sekitar (gelincir dan jatuh, tersandung dan terjatuh atau persekitaran gelap), yang boleh dicegah.*

Adakah anda tinggal bersendirian dan memerlukan bantuan dari semasa ke semasa?

Adakah anda mempunyai kesukaran untuk bergerak dan bimbang bahawa anda tidak boleh mendapatkan bantuan jika sesuatu berlaku kepada anda semasa anda berada di rumah seorangan?

Certis OK? Perkhidmatan Pemantauan dan Tindak Balas di Rumah

Perkhidmatan Pemantauan Rumah dan Tindak Balas Certis OK! adalah jawapan pemantauan warga tua yang berpatutan dan tidak mengganggu yang memastikan sokongan pantas dan tepat pada masa untuk anda sepanjang masa apabila anda bersendirian di rumah. Dengan persediaan sensor yang mudah dipasang di rumah anda dan sokongan sistem AI pintar, ia memantau trend aktiviti dan pergerakan anda di sekeliling rumah anda. Butang kecemasan membolehkan anda memanggil bantuan pada bila-bila masa. Tiada kamera yang digunakan dalam sistem oleh itu bermakna bahawa privasi anda dilindungi 100% dan anda boleh menikmati kesenangan anda di rumah, sambil mengetahui bantuan itu tersedia dengan tekanan satu butang.

Kenapa Certis OK ?!

Adakah anda tahu bahawa rumah anda boleh menimbulkan lebih ancaman kepada keselamatan anda daripada di luar rumah? Satu kajian yang dijalankan oleh Hospital Nasional Universiti (NUH) ke atas 720 pesakit berusia 65 tahun dan lebih, dan diterbitkan di Singapore Medical Journal (2009) mendapati hampir **60 peratus** kecederaan yang dialami oleh warga tua berlaku di rumah. Kajian itu juga mendapati bahawa kejatuhan adalah punca utama trauma dalam lebih daripada 8 daripada 10 kes. Ini boleh berlaku kepada anda.

Kita semua tahu betapa pentingnya memanggil untuk bantuan dengan serta-merta apabila tiada siapa di sekeliling. Sekiranya berlaku kecemasan / kemalangan dan anda bersendirian di rumah tanpa bantuan atau pertolongan, Certis OK! memastikan anda akan dilayan dengan pantas melalui perkhidmatan pemantauan dan tindak balasnya. Anda boleh meneruskan aktiviti harian anda dan gaya hidup bebas di rumah sambil mengetahui bahawa anda boleh meminta bantuan pada bila-bila masa yang anda perlukan. Pada masa yang sama, ia juga membolehkan waris anda mempunyai ketenangan fikiran dan keyakinan terhadap kesejahteraan anda, terutamanya jika anda berumur 65 tahun ke atas, hidup secara mandiri.

- Memberi anda keyakinan untuk menua secara bebas dan membolehkan kebebasan yang lebih besar untuk anda di rumah
- Memberi penjaga dan anak-anak ketenangan fikiran bahawa anda selamat dan sejahtera di rumah
- Pemberitahuan serta merta kepada waris / penjaga jika anda memerlukan sebarang bantuan
- 24/7 Pusat Hubungan dan Tindak Balas
- Bantuan Perubatan Tindak Balas Pantas yang disediakan jika perlu
- Tidak mengganggu - Tiada penggunaan kamera, untuk memastikan 100% privasi anda di rumah

Bagaimanakah ia berfungsi?

Certis OK! adalah mudah digunakan dan hanya memerlukan satu pemasangan yang mudah. Merangkumi pelbagai sensor dan unit utama AI Pintar, sistem itu memantau pergerakan dan bukan pergerakan dan mengesan anomali aktiviti berdasarkan pengaturcaraan pintar belakang. Sekiranya tiada pergerakan dikesan dari anda untuk jangka masa yang panjang, atau jika butang kecemasan ditekan, satu amaran SMS akan dihantar kepada seorang waris yang dipilih untuk dia memeriksa anda.

Sekiranya tidak ada tindak balas dari waris, pusat panggilan kami akan dimaklumkan, dan wakil Certis Healthcare akan dihantar ke kediaman anda untuk memberikan bantuan perubatan.

Ini membolehkan keluarga atau penjaga keamanan fikiran untuk meneruskan kehidupan seharian mereka di tempat kerja dan juga menggalakkan kualiti hidup bagi anda dalam keselesaan rumah anda.

Apa yang perlu saya pasangkan?

Sensor Gerakan



Sensor gerakan bergantung kepada penggunaan cahaya inframerah untuk mengesan pergerakan di rumah anda.

Adalah disyorkan untuk memasang sensor gerakan di bilik tidur, ruang tamu dan dapur, tersebar di kawasan yang berbeza di rumah anda. Ini membolehkan sistem untuk dapat memantau pergerakan atau tidak-pergerakan anda dengan lebih tepat dan menghantar amaran kepada waris / penjaga anda apabila perlu.

Sensor Pintu



Sensor pintu bergantung kepada penggunaan magnet untuk mengesan pembukaan dan penutup pintu utama rumah anda.

Sensor pintu akan dipasang di atas pintu utama kediaman, membolehkan sistem mengenali apabila anda melangkah keluar dari rumah anda.

Gerbang



Gerbang itu berfungsi sebagai portal untuk maklumat yang dikumpulkan melalui sensor gerakan, sensor pintu dan butang kecemasan untuk dihantar ke sistem yang dipantau oleh ejen panggilan 24/7 kami.

Butang Kecemasan



Butang kecemasan adalah peranti elektronik yang direka untuk anda menghantar amaran di bawah keadaan panik, supaya bantuan segera dapat diberikan kepada anda secepat mungkin.

Ia mudah alih dan membolehkan anda memakainya di leher anda atau disimpan di dalam poket anda ketika berada di rumah untuk mudah dicapai bila-bila masa anda perlu menggunakannya.

Pengesan Asap*



*Hidak Wajib

Dengan visi untuk mewujudkan rumah pintar untuk anda, pengesan asap pilihan boleh dipasang dan dihubungkan secara sentral ke rangkaian Certis OK! Amaran akan dihantar ke pusat hubungan kami jika pengesan asap anda dicetuskan pada bila-bila masa hari, membenarkan pengaktifan SCDF apabila perlu.

Apa yang saya buat semasa kesesakan?

Semasa kesulitan dan jika anda memerlukan bantuan, tekan sahaja Butang Kecemasan.

Apa yang berlaku apabila Butang Kecemasan / Sensor Gerakan diaktifkan?

Setelah menghidupkan Butang Kecemasan, waris / penjaga anda akan menerima pemberitahuan SMS serta-merta dan dimaklumkan bahawa anda telah mengaktifkan Butang Kecemasan. Sekiranya diperlukan, pasukan Penjagaan Kesihatan Certis kami yang terlatih juga akan segera diaktifkan dan dihantar untuk membantu anda, memastikan tindak balas cepat pada masa-masa keperluan.

Pasukan Sokongan Kesihatan Certis terdiri daripada ejen panggilan yang berpengalaman dan profesional penjagaan kesihatan yang berkelayakan yang mempunyai banyak pengalaman khusus dalam Sektor Penjagaan Kesihatan. Mereka berkomit untuk menyediakan bantuan penjagaan kesihatan di rumah yang berkualiti dan cukup dilengkapi dengan kemahiran yang relevan dan sesuai untuk memberikan perkhidmatan terbaik kepada anda.

Berapakah harga ini?

Untuk menampung keperluan yang berbeza, terdapat pelbagai pakej langganan yang tersedia untuk serendah 33 sen sehari! Hubungi kami di **6268 3133** untuk mengetahui lebih lanjut.

Jangan ragu untuk menghubungi kami untuk berbincang dan pasukan kami akan melihat bagaimana kami dapat membantu anda.

Bagaimanakah saya melanggan?

Hubungi kami di **6268 3133** atau e-mel healthcare@certissecurity.com untuk mengetahui lenih lanjut hari ini

certis

**WORRIED TO
BE HOME ALONE?**
It's **OK!**

Certis OK! Home Monitoring & Response Services
is the elderly monitoring solution that ensures total care for you when you are alone.

BENEFITS

- Enjoy greater freedom at home
- Reassure relatives of your well-being
- 100% privacy – No CCTVs

Certis OK! Components:

- Motion sensor**
Placed around the house to monitor activity
- Gateway**
Main control unit of Certis OK! system
- Distress button**
Worn by elderly relative in case of emergencies. When pressed, an alert will be sent to your appointed next-of-kin.
- Door sensor**
Placed at the entrance of the home to monitor entry / exit from home.

Devices shown are for illustration purposes only.

To find out more:

Call: **6268 3133**
Email: healthcare@certissecurity.com

*Source: More seniors hurt at home than outdoors, The Straits Times, Home Section, (Friday, 09 April 2010)

LAPAN:

Keselamatan Jalan Raya Untuk Warga Tua

Bab ini disumbangkan oleh Majlis Keselamatan Jalan Raya Singapura.

Sambil anda menjadi tua, terdapat banyak factor yang membuat anda kerap tidak melihat bahaya di jalan raya, seperti penglihatan dan keupayaan pendengaran yang semakin teruk.



✓ Senarai Semak Keselamatan Jalan Raya



Berjaga-jaga. Perhatikan pengguna jalan raya, pejalan kaki dan lalu lintas yang akan datang.



Pakai pakaian berwarna cerah untuk memastikan anda kelihatan kepada semua orang.

✓ Senarai Semak Keselamatan Jalan Raya



Elakkan bahaya jalan raya. Jangan menyeberang di hadapan atau di antara kenderaan berhenti.

Jangan sekali-kali lari melintas jalan tanpa melihat untuk trafik sedang datang.



Angkat tangan anda untuk maklumkan pemandu tentang kehadiran anda ketika menyeberang.



Sentiasa gunakan lintasan pejalan kaki seperti jambatan atas, lintasan bawah tanah, lintasan zebra atau lampu isyarat yang bertanda.

Patuhi isyarat lalu lintas. Jangan melintas apabila "lelaki merah" muncul atau apabila "lelaki hijau" berkelip.



Sentiasa berjalan di laluan kaki dan tempat berjalan.



Jangan melintas di selekoh jalan. Ia berbahaya kerana anda tidak dapat melihat kenderaan yang akan datang.

Nombor Hubungan Berguna

Butiran Hubungan Berguna	Pihak Dihubungi	Nombor Hubungan
Perkhidmatan Ambulans	Alexandra Hospital	6472 2000
	Changi General Hospital	6788 8833
	Institute of Mental Health	6389 2000
	Khoo Teck Puat Hospital	6555 8000
	KK Women's & Children's Hospital	6225 5554
	National University Hospital	6779 5555
	Ng Teng Fong General Hospital	6716 2000
	Perkhidmatan Ambulans (Bukan Kecemasan)	1777
	Prekhidmatan Ambulans SCDF (Kecemasan)	995
	Singapore General Hospital	6222 3322
	Tan Tock Seng Hospital	6256 6011
	Palang Merah Singapura (Ambulans Kecemasan)	6337 3333
Tabung Simpanan Pekerja	CPF Pusat Hubungan mengenai butiran Tabungan Simpanan Pekerja	1800 227 1188

Butiran Hubungan Berguna	Pihak Dihubungi	Nombor Hubungan
Persatuan Pengguna Singapura (Consumers Association of Singapore, atau CASE)	Talian Perhubungan CASE	6100 0315
Penjagaan Warga Emas	Agensi untu Penjagaan Bersepadu	6603 6800
	Singapore Silver Line (Talian untuk Warga Tua)	1800 650 6060
Polis / Civil Pasukan Pertahanan Singapura	Polis (Kecemasan)	999
	Polis (Pertanyaan Umum)	1800 255 0000
	Pasukan Pertahanan Awam Singapura (Kecemasan)	995
Palang Merah Singapura	Pemantauan dan Penjagaan Rumah Warga Tua (HoME +) atau Pertolongan untuk Warga Tua yang Tinggal Bersendirian	6664 0500
Talian Teksi	Perkhidmatan Teksi Comfort	6552 1111
	Perkhidmatan Teksi Limosin	6552 2828
	Perkhidmatan Teksi SMRT	6555 8888
	Perkhidmatan Teksi Trans-Cab	6555 3333

Butiran Hubungan Berguna	Pihak Dihubungi	Nombor Hubungan
Perkhidmatan Amanah untuk Warga Penerima Keperluan Khas	Special Needs Trust Company Limited (SNTC)	6278 9598

Butiran Hubungan Berguna	Pihak Dihubungi	Nombor Hubungan
Penderaan	Talian ComCare	1800 222 0000
	Polis	999
	Pusat Pakar Keganasan Keluarga	
	• PAVE	6555 0390
	• Pusat TRANS SAFE	6449 9088
	• Projek Sudut Penjagaan StART	6476 1482
Penyelenggaraan Ibu bapa	Tribunal untuk Penyelenggaraan Ibu Bapa	1800 258 5128
Anti-Penipuan	Majlis Pencegahan Jenayah Kebangsaan: Talian Perhubungan Mangsa Penipuan	1800 722 6688

Klinik Bantuan Guaman mengikut Daerah*

Klinik Undang-undang mengikut Daerah	Pihak Dihubungi	Nombor Hubungan
Central	Pusat Pro Bon SMU, disokong oleh Yayasan RHT Rajan Menon	6828 1951
	Persatuan Peguam Katolik	6801 7494
	Pusat Komuniti Cheng San	6458 8222
	Pusat Komuniti Henderson	6271 0168
		6272 1900
	Pusat Komuniti Kallang	6298 4582
	Pusat Komuniti Kreta Ayer	6222 3597
	Law Society Pro Bono Services	6536 0650
	Pusat Komuniti Pek Kio	6299 0565
	Pusat Komuniti Potong Pasir	6280 1182
	Pusat Komuniti Queenstown	6474 1681
	Pusat Komuniti Radin Mas	6273 5294
	Sultan Mosque (Undang-undang Syariah)	6293 4405
	Whampoa	6254 7060

Klinik Undang-undang mengikut Daerah	Pihak Dihubungi	Nombor Hubungan
Timur Laut	Pusat Komuniti & PCF Braddell Heights	6281 1050
	Klinik Bantuan Guaman Jamiyah (Undang-undang Syariah)	6743 1211 ext 26
	OneStop @ Paya Lebar	6289 0115
	Pasir Ris East	6584 2840
	Pasir Ris Elias	6583 1220
	Punggol	6387 1833
	Punggol Oasis RC	Masa Lawatan: Isnin pertama setiap bulan; pendaftaran bermula di jam 8 malam; pendaftaran tutup jam 8.30 malam
	Sengkang	6312 5400
Barat Laut	RC Bukit Panjang Kawasan 2	6760 0609
	Chong Pang	6758 8258
	Pusat Komuniti Kebun Bahru	6457 7379
	Perkhimatan Bantuan Guaman Percuma Persatuan Peguam Singapura	6536 0650
	Seng Pang Tua Pek Kong Keng	9780 1167

Klinik Undang-undang mengikut Daerah	Pihak Dihubungi	Nombor Hubungan
	Pusat Komuniti Ulu Pandan	6463 7333
	Woodlands	6368 9938
Timur Selatan	Pusat Komuniti Geylang West	6748 3024
	Pusat Komuniti Kampong Kembangan	9730 1660 (Jam 2 hingga 5 pada hari-hari kerja)
	Perkhimatan Bantuan Guaman Percuma Persatuan Peguam Singapura	6536 0650
	Pusat Komuniti Marine Parade	6346 4900
Barat Daya	Pusat Komuniti Siglap	6449 8040
	Pusat Komuniti Jurong Spring	6562 4066
	Pusat Komuniti Telok Blangah	6271 9602
	Perkhimatan Bantuan Guaman Percuma Persatuan Peguam Singapura	6536 0650

* Diekstrak dari lebih dari 60 Klinik Bantuan Guaman Percuma di Singapura dan termasuk Klinik Bantuan Guaman Percuma di kawasan perumahan dengan kadar tinggi warga tua yang berusia 65 tahun ke atas, berasal dari Jabatan Perangkaan Singapura Penyiasatan Isi Rumah Umum 2015 (Singapore Department of Statistics General Household Survey 2015).

Dokumen Undang-undang – Pihak Yang Boleh Dihubungi

Dokumen Undang-undang	Pihak Dihubungi	Nombor Hubungan
Surat Kuasa Perwakilan Berkekalan	Pejabat Pengawal Awam (Office of the Public Guardian)	1800 226 6222

**Arahan Awal
Perubatan
(Advanced
Medical
Directive, atau
AMD)**

Pendaftaran Borang AMD tersedia
untuk muat turun di laman:
www.moh.gov.sg

6325 9136

Isu-isu Demensia – Pihak yang Boleh Dihubungi



Talian Bantuan Demensia:



6377 0700



info@alz.org.sg

Waktu operasi

Isnin - Isnin, 9.00 pagi - 6.00 malam

**Tunjukkan sokongan anda dan ikuti
kami di media sosial**

Laman web: www.alz.org.sg

Facebook: [/alz.org.sg](https://www.facebook.com/alz.org.sg)

Instagram: [@alz.org.sg](https://www.instagram.com/alz.org.sg)

Twitter: [@alz_sg](https://twitter.com/alz_sg)

Rakan Kongsi Menyokong

Mengenai Yayasan RHT Rajan Menon

Sebuah organisasi amal dan pemberi derma filantropik yang berdaftar di Singapura, RHT Rajan Menon Foundation Ltd (“Yayasan”) adalah kenderaan tanggungjawab sosial korporat RHTLaw Taylor Wessing dan Kumpulan Syarikat RHT. Yayasan ini membolehkan aktiviti-aktiviti filantropi dijalankan dengan cara terstruktur dan lebih mampan. Ditubuhkan pada tahun 2015, Yayasan ini bertujuan untuk menubuhkan, memberi inspirasi dan menggalakkan budaya dermawan di kalangan persaudaraan korporat dan perundangan untuk memberi kembali kepada komuniti dengan cara yang berfokus, langsung dan bermakna.

www.rhtrajanmenon.foundation

Mengenai RHTLaw Taylor Wessing

RHTLaw Taylor Wessing membanggakan diri sebagai firma guaman yang menyampaikan keupayaan antarabangsa, secara tempatan. Berpangkalan di Singapura, kami menawarkan pelanggan akses kepada rangkaian lebih daripada 1,700 profesional undang-undang di lebih daripada 40 pejabat di Asia, Timur Tengah, Eropah dan Amerika Syarikat melalui keahlian kami dengan rangkaian Taylor Wessing dan Kumpulan ASEAN Plus. Kami juga adalah ahli eksklusif Singapore dalam The Interlex Group, rangkaian sedunia firma-firma guaman terkemuka.

www.rhtlawtaylorwessing.com

Mengenai RHT Holdings

Sebagai pembekal perkhidmatan penyelesaian korporat yang berwawasan, RHT Holdings adalah pembekal perkhidmatan profesional penuh yang dilengkapi untuk membantu syarikat dalam pelbagai peringkat kitaran hayat perniagaan mereka, termasuk permulaan, SME, syarikat tersenarai dan korporasi multinasional. Dengan ibu pejabat di Singapura, kami mempunyai pejabat dan sekutu di Hong Kong, Malaysia dan Indonesia. Kami berhasrat untuk berkhidmat kepada komuniti kami dengan mematuhi piawaian tertinggi amalan perniagaan, tadbir urus, tanggungjawab alam sekitar dan penjagaan pekerja. RHT Holdings adalah ahli Kumpulan Syarikat RHT, salah satu daripada kumpulan perkhidmatan profesional Singapura yang terkemuka dan dinamik.

www.rhtholdings.com

Mengenai Kementerian Pembangunan Sosial Dan Keluarga

Kementerian Pembangunan Sosial dan Keluarga (MSF) bertujuan untuk memupuk individu yang berdaya tahan, keluarga yang kuat dan masyarakat penyayang.

Di MSF, kami adalah golongan profesional dengan semangat untuk orang ramai. Kami membangunkan “peralatan hati” untuk Singapura melalui polisi, infrastruktur komuniti, program dan perkhidmatan kami. Melalui usaha ini, kami berharap untuk memupuk individu dan keluarga yang berdaya tahan, dan memainkan peranan dalam membantu warga negara kami mencapai harapan dan aspirasi mereka untuk diri mereka sendiri dan keluarga mereka.

www.msf.gov.sg

Mengenai Persatuan Rakyat

Persatuan Rakyat (PA) adalah lembaga berkanun yang ditubuhkan pada 1 Julai 1960 untuk menggalakkan keharmonian kaum dan perpaduan sosial, dan bertindak sebagai jambatan antara Pemerintah dengan rakyat. Kami menawarkan pelbagai program komuniti dan peluang sukarela untuk rakyat Singapura dari semua lapisan masyarakat. Rangkaian kami merangkumi lebih daripada 1,800 organisasi akar umbi (GRO), lebih 100 Kelab Komuniti, lima Majlis Pembangunan Komuniti, Institut Kepimpinan Masyarakat Nasional dan Usaha-Air.

www.pa.gov.sg

Mengenai Lembaga Tote

Ditubuhkan pada 1988, Lembaga Tote (Lembaga Penyelaras Singapura) adalah lembaga berkanun Kementerian Kewangan. Sebagai organisasi pemberian geran yang luas, Lembaga Tote bekerja rapat dengan pihak berkepentingan dan rakan kongsi, untuk menyokong projek yang luas dan beraneka ragam dalam sektor Seni, Pembangunan Masyarakat, Pendidikan, Kesihatan, Perkhidmatan Sosial dan Sukan. Melalui projek-projek ini, Lembaga Tote membantu menaikkan taraf masyarakat dengan memberi harapan kepada kumpulan yang lemah dan memperbaiki kehidupan semua di Singapura.

Geran-geran Lembaga Tote diperoleh daripada lebih daripada perniagaan permainan Singapore Pools (Private) Limited (anak syarikat Lembaga Tote) dan Singapore Turf Club (kelab proprietari Lembaga Tote), serta pengumpulan pungutan masuk kasino.

Lembaga Tote juga memastikan bahawa Singapore Pools dan Singapore Turf Club menjalankan perniagaan mereka dengan cara yang bertanggungjawab secara sosial, untuk menyediakan jalan yang selamat dan dipercayai untuk permainan dan mengatasi perjudian haram.

Matlamat Lembaga Tote adalah untuk membantu membina masyarakat yang berkembang maju di Singapura. Kami ingin memberi inspirasi kepada perubahan positif dan menyumbang ke arah membina komuniti yang inklusif, berdaya tahan dan bertenaga, sambil memupuk negara yang penuh kasih sayang dan penuh belas kasihan.

www.toteboard.gov.sg

Mengenai Majlis Keselamatan Jalan Raya Singapura

Majlis Keselamatan Jalan Raya Singapura (SRSC) telah ditubuhkan pada 9 Disember 2009 oleh Kementerian Hal Ehwal Dalam Negeri (MHA), disokong oleh Kementerian Pengangkutan (MOT), Pihak Berkuasa Pengangkutan Darat (LTA) dan pihak berkepentingan berkaitan keselamatan jalan raya yang lain. Majlis ini dibiayai sendiri melalui tajaan dan derma. Objektif Majlis adalah untuk meningkatkan kerjasama di kalangan pihak berkuasa tempatan dan agensi untuk pendekatan holistik dalam semua aktiviti pencegahan kemalangan jalan raya, terutamanya melalui kempen, latihan dan pendidikan awam.

www.srsc.org.sg

Mengenai Pusat Pro Bono Universiti Pengurusan Singapura

Sebagai pihak berkepentingan sistem keadilan, Pusat Pro Bono Universiti Pengurusan Singapura (SMU) menganjurkan budaya pro bono di kalangan pelajar guaman melalui pelbagai program pro bono yang dipupuk sejak tahun 2007, permulaan sekolah guaman itu.

Pusat ini ditubuhkan pada tahun 2013 sebagai pengiktirafan komitmen kuat Sekolah Guaman kepada pro bono. Ia juga menjaga semua projek pro bono termasuk menjalankan klinik perundangan di SMU, menganjurkan dan menjadi hos program untuk meningkatkan kesedaran pro bono. Di peringkat serantau, Pusat ini bekerjasama dengan universiti-universiti Asia untuk meningkatkan kesedaran pro bono di kalangan para pelajar di rantau ini.

<https://pbc.smu.edu.sg/>

Mengenai Singapore Red Cross

Singapore Red Cross adalah organisasi kemanusiaan yang berdedikasi untuk melegakan penderitaan manusia, melindungi nyawa dan martabat serta memberi respons kepada keadaan kecemasan sejak tahun 1949. Kami berkhidmat kepada golongan lemah melalui program mencari penderma darah, pusat kegiatan rumah dan hari untuk golongan kurang upaya, bantuan pengangkutan, bantuan makanan, dan bantuan cemas masyarakat.

www.redcross.sg

Mengenai Yayasan Komuniti PAP

Yayasan Komuniti PAP (PAP Community Foundation, atau PCF) adalah organisasi amal yang dipertubuhkan oleh Parti Tindakan Rakyat (People's Action Party) di tahun 1986. PCF berpegang teguh kepada pemupukan sebuah masyarakat yang berbilang kaum, wajar, adil dan inklusif, dengan menyediakan perkhidmatan pendidikan, kebajikan dan kemasyarakatan.

Ia menyediakan perkhidmatan pendidikan prasekolah melalui pertubuhan PCF Sparkletots, yang merupakan satu pertubuhan perkhidmatan pendidikan prasekolah terbesar di Singapura, dengan lebih 360 cawangan prasekolah. Ia juga menyediakan pusat-pusat penjagaan warga tua melalui pertubuhan PCF Sparkle Care. Pusat Penjagaan Warga Tua PCF adalah satu kemudahan penjagaan warga tua yang terpadu yang menyediakan perkhidmatan penjagaan komuniti warga tua dari pusat-pusat tersebut untuk warga tua yang lemah dan memerlukan penjagaan pada siang hari ketika keluarga mereka bekerja. PCF Sparkle Care menyediakan perkhidmatan-perkhidmatan berikut: penjagaan harian, penjagaan harian demensia, penjagaan pemulihan komuniti dan penjagaan kejururawatan.

www.pcf.org.sg

Mengenai Persatuan Automobil Singapura

Ditubuhkan pada 1907, Persatuan Automobil Singapura adalah persatuan bermotor terkemuka di Singapura, menyediakan perkhidmatan bantuan tepi jalan, manfaat gaya hidup dan keistimewaan kepada ahli. AA Singapura mewakili kepentingan ahli dan suara pemandu, bertindak sebagai jambatan antara pihak awam motor dan pihak berkuasa Singapura. Berafiliasi dengan Persekutuan Internationale de l'Automobile (FIA), Ahli AA dapat menikmati tahap kemudahan pemanduan yang sama semasa memandu di luar negara. Sebagai peguam bela yang kuat dalam keselamatan jalan raya, Persatuan ini telah menubuhkan Akademi AAS pada 2015 dengan matlamat menyediakan latihan profesional asas pasca kepada pemandu dengan penekanan terhadap keselamatan.

www.aas.com.sg

Mengenai Certis

Kumpulan Certis adalah organisasi keselamatan terbesar Singapura dengan sejarah 60 tahun, menawarkan pelbagai perkhidmatan bersepadu dari Polis Auxiliari kepada “penyelesaian onestop” untuk pelbagai perkhidmatan keselamatan fizikal, IT dan data. Kumpulan Certis juga merupakan pembekal terkemuka dalam perkhidmatan bukan berasaskan keselamatan, mulai dari pengurusan kemudahan, ke proses penyumberan luar perniagaan dan latihan kepada perkhidmatan sokongan penjagaan kesihatan yang menyediakan perkhidmatan sokongan penjagaan rumah sepanjang hari untuk mempromosikan penuaan dalam tempat.

www.certissecurity.com

Mengenai Syarikat Amanah Keperluan Khas

Syarikat Amanah Keperluan Khas (SNTC) adalah syarikat amanah bukan-keuntungan pertama Singapura yang didedikasikan untuk menyediakan perkhidmatan amanah yang berpatutan kepada komuniti orang yang mempunyai keperluan khusus. Sejak penubuhannya pada tahun 2008, SNTC telah memelihara sumber kewangan yang diketepikan oleh keluarga untuk lebih daripada 500 individu keperluan khas. Ia disokong oleh Kementerian Pembangunan Sosial dan Keluarga serta Pejabat Pemegang Amanah Awam.

www.sntc.org.sg

Mengenai Persatuan Penyakit Alzheimer

Persatuan Penyakit Alzheimer (ADA) ditubuhkan pada tahun 1990 untuk menangani keperluan yang semakin meningkat bagi orang-orang yang mengalami demensia dan keluarga mereka. Dilantik sebagai “Pusat Pengkhususan” oleh Majlis Kebajikan Sosial Nasional (NCSS) pada tahun 2007, ADA adalah organisasi kebajikan sukarela (VWO) yang terdiri daripada penjaga, profesional dan semua yang berminat mengurus demensia. ADA berusaha untuk mengurangkan stigma melalui peningkatan kesedaran dan pemahaman demensia, membolehkan dan melibatkan orang-orang dengan demensia untuk diintegrasikan dan diterima dalam masyarakat, membawa kepada kualiti perkhidmatan penjagaan demensia yang menyokong orang-orang dengan demensia dan keluarga mereka.

www.alz.org.sg

Mengenai Pergerakan Kebaikan Singapura

Pergerakan Kebaikan Singapura (Singapore Kindness Movement, atau SKM) adalah sebuah masyarakat untuk mempromosikan perbuatan baik untuk memupuk masyarakat yang lebih pemurah dan berbelas kasihan. Ia bertujuan untuk mempengaruhi dan menaikkan taraf tingkah laku sosial dan nilai kebaikan masyarakat.

SKM menjangkau kanak-kanak prasekolah dan tadika dan bekerja rapat dengan Kementerian Pelajaran (Ministry of Education) dalam menanamkan nilai kebaikan di sekolah. Ia juga memupuk dan menggalakkan Pergerakan Ground-Up untuk memulakan, menunjukkan dan berkongsi tindakan kebaikan. SKM mengalu-alukan perkongsian dengan individu dan organisasi yang berganding dengan kebaikan dan keikhlasan dalam mewujudkan kejiranan dan tempat kerja yang lebih baik.

www.kindness.sg

Penaja-penaja Rasmi

Mengenai Yayasan Amal Chow Tai Fook (Singapore)

Yayasan Amal Chow Tai Fook (CTFCF) adalah yayasan keluarga persendirian yang ditubuhkan oleh Dr. Cheng Yu-Tung dan ahli keluarganya di tahun 2012 di Hong Kong. Cawangan CTFCF Singapura (CTFCF (Singapura)) pula ditubuhkan di tahun 2016. CTFCF (Singapura) secara aktif menyokong sebab-sebab amal melalui perkongsian dan pemberian bantuan kewangan kepada organisasi bukan untuk keuntungan, untuk menyediakan peluang dan bantuan kepada golongan yang kurang bernasib baik, menguasai para individu dan promosi pembangunan komuniti yang mampan. CTFCF (Singapura) membiayai pelbagai projek termasuk pendidikan dan latihan, kesejahteraan mental, perkhidmatan komuniti, penjagaan kesihatan dan penuaan yang inovatif. Dalam tahun-tahun kebelakangan ini, CTFCF (Singapura) telah bekerjasama dengan NGO, institusi akademik dan yayasan kebajikan keluarga yang lain untuk menyediakan bantuan yang segera dan berterusan kepada rakyat yang memerlukan.

www.ctfcf.org

Mengenai Yayasan Global Indian

Yayasan Global Indian (GIF), sebuah organisasi bukan keuntungan berpangkalan di Singapura, telah ditubuhkan pada tahun 2002 dan sejak itu telah berkembang sebagai sebuah institusi keunggulan antarabangsa. GIF bekerja di akar umbi ke arah integrasi di pelbagai peringkat, dari balai-balai rakyat ke jawatankuasa kejiranan di Singapura. GIF telah memainkan peranan penting bukan sahaja dalam membina jambatan dengan balai-balai rakyat dan jawatankuasa kejiranan tetapi terus berjalan di jalanan integrasi melalui beberapa aktiviti-aktiviti sosio-budaya.

www.globalindianfoundation.org

Penyumbang

MENCAPAI KEBAHAGIAAN DI USIA EMAS adalah kemuncak kerja keras sukarelawan yang berdedikasi.

Yayasan RHT Rajan Menon ingin mengucapkan terima kasih kepada individu-individu berikut:

RHTLaw Taylor Wessing

**Amita Dutt, Kaylee Kwok, Michelle Woodworth,
Nandakumar Renganathan, Nandhu, Rashik Omar,
Sandra Han and Vernon Voon**

Singapore Red Cross

Ambrose Lee

