



Kenali Jerebu, Lindungi Diri

Jerebu ialah satu fenomena cuaca di mana udara dipenuhi partikel halus seperti debu, asap dan bahan pencemar, menyebabkan jarak penglihatan berkurangan dan kualiti udara merosot.

1 Punca Utama

- Pembakaran terbuka di ladang atau kawasan hutan (termasuk luar negara, asap dibawa angin)
- Asap kenderaan dan industri
- Kebakaran hutan akibat cuaca panas kering

2 Kesan Terhadap Kesihatan

- Sakit tekak, batuk dan selsema
- Mata pedih dan berair
- Sakit kepala, pening
- Sesak nafas (terutama bagi pesakit asma atau paru-paru lemah)

3 Indeks Pencemaran Udara (IPU)

- 0 - 50 = baik
- ◆ 51 - 100 = sederhana
- ◆ 101 - 200 = tidak sihat
- 201 - 300 = sangat tidak sihat
- ▲ >300 = berbahaya

4 Langkah Perlindungan

- Pakai mask N95 bila keluar (bila perlu)
- Minum air kosong secukupnya
- Elak aktiviti luar bila IPU tinggi
- Ikut perkembangan IPU dari portal rasmi DOE

Jerebu bukan sekadar masalah cuaca, tetapi isu kesihatan yang serius. Dengan mengambil langkah pencegahan kita dapat melindungi diri serta orang tersayang.

PENCAPAIAN ZERO KEMALANGAN LTI

| SYARIKAT | JULY | HINGGA AKHIR BULAN TERAKHIR (2025) | TERKUMPUL (SINCE LAST LTI) |
|-------------------|--------|------------------------------------|----------------------------|
| AIMS-GLOBAL GROUP | 85,400 | 571,912 | 5,078,203 |
| MSET GROUP | 33,563 | 378,543 | 412,106 |

JULY 2025

**HSSE 3RD MEETING
6.7.2025**



**MANAGEMENT VISIT KPSB
7.7.2025**



**ENVIRONMENTAL AWARENESS
8.7.2025**



**MASS INDUCTION Q2 & ENVIRONMENTAL
AWARENESS
17.7.2025**



SAFETY ISN'T EXPENSIVE, IT'S PRICELESS

HSSE CALENDAR

JULY 2025

UDAT SECURITY 6 PAX
17.7.2025

INTERNAL TRAINING EMERGENCY REPORTING CALL
31.7.2025



Congratulations!
UCUA WINNER



NUR FADHILAH BINTI MOHAMAD
(AGESB)

BEST UCUA
ONSHORE



ZULKARNAEN BIN OTHMAN
(AA2)

BEST UCUA
OFFSHORE