



PEMERINTAH PROVINSI DAERAH KHUSUS IBUKOTA JAKARTA  
KOTA ADMINISTRASI JAKARTA TIMUR  
**KECAMATAN CAKUNG**

Jl. Sri Sultan Hamengkubuwano XI KM-23 Telp/Fax 46833775

Email : kecamatan\_cakung@yahoo.co.id

JAKARTA

Kode Pos : 13910

# **CARA MENGHADAPI BENCANA BANJIR**

1. Jika terjadi banjir segeralah beranjak ketempat yang lebih tinggi
2. Waspada terhadap arus bawah saluran air, kubangan dan tempat-tempat lain yang tergenang air
3. Amankan barang berharga dari rumah anda
4. Matikan semua jaringan listrik jangan menyentuh peralatan yang bermuatan listrik apabila berdiri di atas air
5. Jangan berjalan diatas arus air karena dapat mengakibatkan anda terjatuh bila terpaksa berjalanlah pada pijakan yang tidak bergerak gunakan tongkat untuk mengecek kepadatan tempat anda berpijak
6. Jangan mengemudikan mobil diwilayah banjir apabila air mulai naik



PEMERINTAH PROVINSI DAERAH KHUSUS IBUKOTA JAKARTA  
KOTA ADMINISTRASI JAKARTA TIMUR  
**KECAMATAN CAKUNG**  
Jl. Sri Sultan Hamengkubuwano XI KM-23 Telp/Fax 46833775  
Email : kecamatan\_cakung@yahoo.co.id  
JAKARTA

Kode Pos : 13910

# **CARA MENGHADAPI GEMPA BUMI**

- 1. Utamakan keselamatan diri, bukan barang**
- 2. Lari secepat mungkin keluar ruangan atau rumah**
- 3. Mencari tempat berlindung, lindungi bagian vital  
khususnya kepala**
- 4. Carilah tanah lapang**
- 5. Waspada terhadap reruntuhan batu dan tanah longsor**
- 6. Segera berlari ke daratan yang lebih tinggi**



PEMERINTAH PROVINSI DAERAH KHUSUS IBUKOTA JAKARTA  
KOTA ADMINISTRASI JAKARTA TIMUR  
**KECAMATAN CAKUNG**

Jl. Sri Sultan Hamengkubuwano XI KM-23 Telp/Fax 46833775

Email : kecamatan\_cakung@yahoo.co.id

JAKARTA

Kode Pos : 13910

# CARA MENGHADAPI BENCANA TSUNAMI

1. Jika terjadi banjir segeralah beranjak ketempat yang lebih tinggi
2. Waspada terhadap arus bawah saluran air, kubangan dan tempat-tempat lain yang tergenang air
3. Amankan barang berharga dari rumah anda
4. Matikan semua jaringan listrik jangan menyentuh peralatan yang bermuatan listrik apabila berdiri di atas air
5. Jangan berjalan diatas arus air karena dapat mengakibatkan anda terjatuh bila terpaksa berjalanlah pada pijakan yang tidak bergerak gunakan tongkat untuk mengecek kepadatan tempat anda berpijak
6. Jangan mengemudikan mobil diwilayah banjir apabila air mulai naik, abaikan mobil dan keluarlah ketempat yang lebih tinggi





PEMERINTAH PROVINSI DAERAH KHUSUS IBUKOTA JAKARTA  
KOTA ADMINISTRASI JAKARTA TIMUR  
**KECAMATAN CAKUNG**

Jl. Sri Sultan Hamengkubuwano XI KM-23 Telp/Fax 46833775

Email : kecamatan\_cakung@yahoo.co.id

J A K A R T A

Kode Pos : 13910

# CARA MENGHADAPI ANGIN PUTING BELIUNG

1. Tetap berada ditempat perlindungan yang aman
2. Lindungi kepala dan tubuh anda untuk menghindari benda-benda yang berjatuhan dan berterbangan
3. Segera menjauh
4. Cari tempat berlindung yang kokoh
5. Hindari bangunan - bangunan tinggi (tiang Listrik, Pohon, Papan Reklame)





PEMERINTAH PROVINSI DAERAH KHUSUS IBUKOTA JAKARTA  
KOTA ADMINISTRASI JAKARTA TIMUR  
**KECAMATAN CAKUNG**

Jl. Sri Sultan Hamengkubuwano XI KM-23 Telp/Fax 46833775

Email : kecamatan\_cakung@yahoo.co.id

JAKARTA

Kode Pos : 13910



**NOMOR TUNGGAL LAYANAN DARURAT  
JAKARTA SIAGA**

**112**

KEDARURATAN MEDIS, KEBAKARAN, GANGGUAN KAMTIBMAS,  
BENCANA, KECELAKAAN, KEKERASAN DALAM RUMAH TANGGA,  
ODMK, PMKS DAN KEGAWATDARURATAN LAINNYA YANG  
MENGANCAM JIWA.

<b>24</b> JAM	<b>7</b> HARI
------------------	------------------

DAPAT DIAKSES DARI SEMUA OPERATOR TELEPON,  
TELEPON SELULER (DENGAN ATAU TANPA SIMCARD),  
DAN TELEPON RUMAH SECARA **GRATIS**.

**#JAKARTASIAGA112**



PEMERINTAH PROVINSI DAERAH KHUSUS IBUKOTA JAKARTA  
KOTA ADMINISTRASI JAKARTA TIMUR  
**KECAMATAN CAKUNG**

Jl. Sri Sultan Hamengkubuwano XI KM-23 Telp/Fax 46833775

Email : kecamatan\_cakung@yahoo.co.id

JAKARTA

Kode Pos : 13910





PEMERINTAH PROVINSI DAERAH KHUSUS IBUKOTA JAKARTA  
KOTA ADMINISTRASI JAKARTA TIMUR  
**KECAMATAN CAKUNG**

Jl. Sri Sultan Hamengkubuwano XI KM-23 Telp/Fax 46833775

Email : kecamatan\_cakung@yahoo.co.id

J A K A R T A

Kode Pos : 13910



Demam Berdarah Dengue (DBD) adalah demam yang diikuti dengan pendarahan di bawah kulit, selaput hidung dan lambung. Virus Dengue ditularkan melalui gigitan nyamuk Aedes Aegypti (ciri-ciri berwarna belang hitam dan putih)

# WASPADA DEMAM BERDARAH

## GEJALA AWAL



DEMAM  
TINGGI



NYERI  
SENDI/  
OTOT



DIARE



KULIT  
BINTIK  
MERAH



SAKIT  
PERUT



MUNTAH

## PERTOLONGAN PERTAMA



MINUM AIR PUTIH  
SEBANYAK MUNGKIN



MINUM OBAT PENURUN  
DEMAM/PANAS



KOMPRES DENGAN  
AIR DINGIN



JIKA DALAM 3 HARI  
DEMAM TIDAK TURUN  
SEGERA KE DOKTER

HANYA 1 KALI  
GIGITAN  
DAPAT  
MENULARKAN

## PENCEGAHAN PENULARAN



MENGURAS BAK MANDI

MENUTUP TEMPAT  
PENAMPUNGAN AIR  
(BAK, DRUM, DLL)



MENGUBUR BARANG  
BEKAS YANG BERPOTENSI  
MENAMPUNG AIR HUJAN

GUNAKAN PEMBASME  
RUMAH DI RUMAH



FOKUS (PENYASARAN)  
LINGKUNGAN/RUMAH



PEMERINTAH PROVINSI DAERAH KHUSUS IBUKOTA JAKARTA  
KOTA ADMINISTRASI JAKARTA TIMUR  
**KECAMATAN CAKUNG**

Jl. Sri Sultan Hamengkubuwano XI KM-23 Telp/Fax 46833775

Email : kecamatan\_cakung@yahoo.co.id

J A K A R T A

Kode Pos : 13910

## TINDAKAN KESELAMATAN SAAT TERJEBAK KERUSUHAN

Demonstrasi atau unjuk rasa sudah jadi hal lumrah. Namun bila berujung kerusuhan, akan bisa sama mengerikannya dengan bencana alam karena tidak terprediksi dan berbahaya. Ada hal yang perlu diperhatikan saat unjuk rasa berujung kerusuhan.



Tetap tenang



Kenali area dan rute penyelamatan paling aman



Hindari konfrontasi dan tidak bergabung meski hanya ambil foto



Pastikan orang terkasih dekat dengan Anda



Tetap jalan dengan lambat bila berkendara



Hindari kendaraan umum dan jalan utama



Masuk ke gedung tutup pintu juga jendela



Berjaga dengan bom molotov dan gas air mata



Bawa telepon genggam dan simpan nomor darurat



Pantau situasi melalui berita dan media sosial

### NOMOR DARURAT



POLISI 110

AMBULANS 118

BADAN SAR 115

PEMADAM  
KEBAKARAN 113

### BARANG SEDERHANA PENYELAMAT DARI KERUSUHAN



PASTA GIGI

'Penawar' saat gas air mata disemprotkan. Oleskan di bawah mata.



LAP DENGAN AIR LEMON

Membantu bernapas dari serangan gas.



KACAMATA

Lensa kontak akan sangat perih bila terkena gas, kacamata lebih aman.



PEMERINTAH PROVINSI DAERAH KHUSUS IBUKOTA JAKARTA  
KOTA ADMINISTRASI JAKARTA TIMUR  
**KECAMATAN CAKUNG**  
Jl. Sri Sultan Hamengkubuwano XI KM-23 Telp/Fax 46833775  
Email : kecamatan\_cakung@yahoo.co.id  
JAKARTA

Kode Pos : 13910

# BERUBAH JADI RACUN

## JIKA DIPANASKAN KEMBALI

Memanaskan makanan bisa mengubah struktur kimianya, dan untuk beberapa bahan, perubahan yang dipicu oleh perubahan suhu ini dapat berubah menjadi racun. Namun, tidak semua orang menyadari bahaya di balik memanaskan makanan kembali.



### Kentang

Jika kentang dipanaskan kembali, akan menyebabkan muak bahkan keracunan.



### Nasi

Bisa beracun yang dapat menyebabkan diare dan muntah jika dipanaskan.



### Telur

Menjadi racun yang dapat menyebabkan masalah pada saluran pencernaan.



### Ayam

Jika ayam dipanaskan kembali bisa menyebabkan masalah pencernaan.



### Bayam

Bisa jadi nitrit dan karsinogen lain yang dapat menyebabkan kanker.



### Minyak

Memanaskan kembali minyak bisa berubah menjadi tengik.



### Lobak

Mengandung nitrat, jika dipanaskan kembali dapat menjadi racun.



### Jamur

Jika dipanaskan kembali akan menyebabkan masalah jantung serius.



### Bit

Akan berubah menjadi racun setelah dipanaskan kembali.



### Seledri

Nitrat seledri berubah jadi nitrit usai dipanaskan kembali.