

# Menjaga Warga Emas Kita

Bagaimana saya boleh mengekalkan tubuh dan minda yang cergas?

Bolehkah kami mampu untuk membiayai penjagaan kesihatan?

Bolehkah saya bersara dengan simpanan yang mencukupi?

Tanyalah saya!



# JADIKAN PERJALANAN HIDUP LEBIH BAIK

Tidak kira di peringkat mana kehidupan anda berada – sama ada bakal berkahwin, memulakan sebuah keluarga, menjaga ibu bapa yang sudah lanjut usia, mencari pekerjaan baru atau merancang untuk persaraan – sokongan dan bantuan yang tepat boleh menjadikan perjalanan hidup lebih lancar.

Dalam siri e-buku kecil ini, anda boleh mendapatkan panduan ringkas dan gambaran yang luas mengenai dasar-dasar pemerintah dan skim-skim yang berkaitan dengan isu-isu kehidupan seperti penjagaan kesihatan, perumahan, pengangkutan, pembelajaran sepanjang hayat dan mata pencarian supaya anda lebih maklum untuk memulakan peringkat kehidupan seterusnya, menangani cabaran-cabaran yang tidak dijangka dan mendapatkan peluang-peluang yang sesuai untuk terus maju.

Terdapat tiga e-buku kecil dalam siri ini:

Menjaga Keluarga Saya  
Maju Dalam Kerjaya Saya  
Menjaga Warga Emas Kita

Muat turun e-buku AKK terkini di laman web PA kami di [go.gov.sg/akkbooklets!](http://go.gov.sg/akkbooklets)



## TANYALAH KAKI-KAKI KOPI!

Ken dan *kaki-kakinya*\* amat dikenali di kawasan kejiranan mereka kerana senyuman mesra dan sembang mereka yang ceria yang membuat semua berasa selesa. Ken selalu berkongsi dengan orang ramai mengenai perkara-perkara terkini, dan jika anda memerlukan bantuan, beliaulah orang yang boleh membantu. Beliau seorang yang boleh diharap dan mengetahui semua perkara, termasuk panduan dan kenalan yang boleh membantu anda memulakan setiap peringkat kehidupan anda dengan pengetahuan dan nasihat yang berguna. Malah, beliau turut berkongsi mengenai skim-skim pemerintah yang boleh anda manfaatkan secara ringkas dan mudah!



Seperti orang lain, Ken pernah mengalami pelbagai cabaran kehidupan, tetapi melalui pengalamannya, dia tahu bahawa ramai yang boleh membantu, seperti kaki-kaki yang dipercayainya. Anda hanya perlu tahu ke mana untuk dituju dan kepada siapa untuk bertanya. Jadi, jika anda memerlukan bantuan dan sokongan, tanya sahaja Ken dan kaki-kakinya!

*\* Kakis - Rakan-rakan baik dalam bahasa pasar*

# MENITI USIA SENJA DENGAN ANGGUN DAN FIKIRAN TENANG

## 1 Bekerja Supaya Dapat Berdikari

Pg 4 - 5

- Kredit SkillsFuture
- Skim Tambahan Pendapatan Daya Kerja
- Skim Sokongan Kemahiran Daya Kerja

## 2 Bersara Tanpa Kebimbangan

Pg 6 - 12

- CPF LIFE
- Skim Persaraan Tambahan (SRS)
- Skim Simpanan Persaraan yang Dipadankan (MRSS)

## 3 Bantu Bagi Perbelanjaan Harian Anda

Pg 13 - 19

- Baucar GST
- Pakej Jaminan
- ComCare

## 4 Menyediakan Penjagaan Kesihatan yang Dimampui

Pg 20 - 31

- SG Yang Lebih Sihat
- Skim Bantuan Kesihatan Masyarakat (CHAS)
- MediShield Hayat
- CareShield Hayat

## 5 Tinggal Berhampiran Orang Tersayang Anda

Pg 32 - 34

- Skim Keutamaan Keluarga Berangkai
- Geran Perumahan Berhampiran

## 6 Regangkan Minda dan Tubuh Anda

Pg 35 - 36

- Akademi Kebangsaan bagi Warga Senja (NSA)
- Akademi Warga Emas PA
- Warga Emas ActiveSG



# Bekerja Supaya Dapat Berdikari

## Pg 4 - 5



Bahagian ini memberikan gambaran keseluruhan mengenai sokongan yang tersedia untuk warga emas yang ingin terus bekerja. Sebagai contoh:

- Kredit SkillsFuture
- Skim Tambahan Pendapatan Daya Kerja
- Skim Sokongan Kemahiran Daya Kerja

# BEKERJA SUPAYA DAPAT BERDIKARI

*Latihan Kemahiran & Bantuan Wang Tunai*



Untuk membolehkan pekerja lanjut usia terus berkhidmat jika mereka mahu, Usia Persaraan akan dilanjutkan dari 62 ke 65 tahun. Usia Pengambilan Bekerja Semula pula akan dilanjutkan dari 67 ke 70 menjelang tahun 2030.

## Kredit SkillsFuture

- Kredit pembukaan sebanyak \$500 (tanpa tarikh luput) pada tahun 2015 kepada semua warga Singapura berusia 25 tahun ke atas boleh digunakan untuk meningkatkan kemahiran dan pembelajaran sepanjang hayat mereka melalui pelbagai kursus yang diluluskan berkaitan kemahiran kerja.
- Tokokan sekali sebanyak \$500 (akan tamat tempoh pada 31 Disember 2025) pada tahun 2020 kepada semua warga Singapura berusia 25 tahun ke atas pada 31 Disember 2020 untuk menyokong pembelajaran berterusan.
- Warga Singapura yang berusia 40-60 tahun diberi tokokan tambahan sekali sahaja sebanyak \$500 (tamat pada 31 Disember 2025) untuk digunakan bagi program-program terpilih di pusat CET.

SSG: 6785 5785   
[www.skillsfuture.gov.sg](http://www.skillsfuture.gov.sg) 

## Skim Tambahan Pendapatan Daya Kerja (WIS)

- Skim ini adalah untuk menggalakkan pekerja dan individu yang bekerja sendiri (SEP) yang layak untuk terus bekerja dan meningkatkan simpanan CPF. Mereka akan mendapat bayaran tunai dan sumbangan CPF tambahan.
- Mulai 1 Jan 2023, pekerja yang layak boleh menerima sehingga \$4,200 setahun. Individu yang bekerja sendiri yang layak boleh menerima sehingga \$2,800 setahun.

WIS: 1800 227 1188   
[www.cpf.gov.sg/wis](http://www.cpf.gov.sg/wis) 

## Skim Sokongan Kemahiran Daya Kerja

- Skim ini membantu pekerja berpendapatan rendah dengan pendapatan bulanan kasar tidak melebihi \$2,500, untuk mengikuti latihan dalam bidang-bidang yang boleh membuka peluang bagi mereka mendapat pekerjaan yang lebih baik\*.
- Mereka yang layak akan mendapat Elaun Latihan (TA) dan Anugerah Komitmen Latihan (TCA) setelah menamatkan kursus yang dipilih serta memenuhi syarat yang diperlukan.

WSS: 1800 536 8333   
[go.gov.sg/wss-scheme](http://go.gov.sg/wss-scheme) 

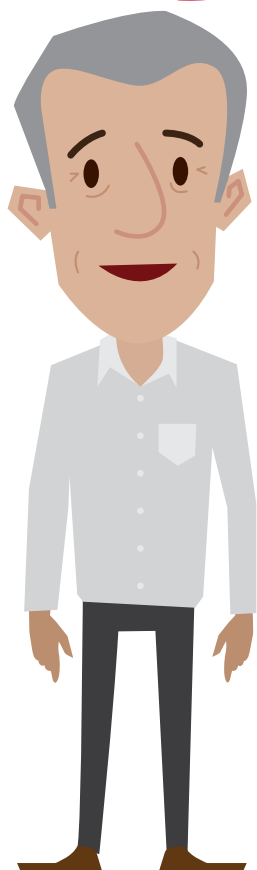
\* Dari 1 Julai 2023



# Bersara Tanpa Kebimbangan

## Pg 6 - 12

Bolehkah saya boleh bersara dengan simpanan yang mencukupi?



Baca bahagian ini untuk mengetahui cara memaksimumkan simpanan anda dengan beberapa skim-skim pemerintah seperti berikut:

- CPF LIFE
- Skim Persaraan Tambahan (SRS)
- Skim Simpanan Persaraan yang Dipadankan (MRSS)



# BERSARA TANPA KEBIMBANGAN

## Sumbangan CPF oleh Orang Dewasa yang Bekerja

Kedua-dua pekerja dan majikan membuat sumbangan CPF bulanan.

Usia Pekerja (tahun)	Kadar Caruman dari 1 Januari 2023 (Untuk gaji bulanan > \$750)		
	Oleh majikan (% daripada gaji)	Oleh pekerja (% daripada gaji)	Jumlah (% daripada gaji)
55 dan ke bawah	17	20	37
Ke atas 55 hingga 60	14.5	15	29.5
Ke atas 60 hingga 65	11	9.5	20.5
Ke atas 65 hingga 70	8.5	7	15.5
Ke atas 70	7.5	5	12.5

Siling gaji bulanan akan dinaikkan daripada \$6,000 kepada \$8,000 menjelang tahun 2026 agar seiring dengan kenaikan gaji. Di samping itu, untuk terus memperkukuh persaraan pekerja matang yang mencukupi, kadar caruman CPF untuk pekerja berusia 55 hingga 70 tahun akan dinaikkan hingga 1% setiap seorang dari 1 Jan 2024. Ketahui lebih lanjut di [www.cpf.gov.sg/budget2023](http://www.cpf.gov.sg/budget2023).



## Sumbangan CPF oleh Individu Yang Bekerja Sendiri (SEP)

- Skim Individu yang Bekerja Sendiri menggalakkan golongan bekerja sendiri untuk menabung demi keperluan persaraan dan penjagaan kesihatan mereka, tanpa sumbangan MediSave yang tetap daripada majikan.
- Semua SEP yang menerima Pendapatan Dagangan Bersih tahunan melebihi \$6,000 perlu menyumbang kepada MediSave.
- Selain membuat sumbangan wajib MediSave, SEP juga boleh mengembangkan simpanan CPF mereka melalui:
  - Membuat tokokan tunai kepada MediSave atau ketiga-tiga akaun CPF.
  - Bergantung pada usia,
    - Memindahkan simpanan Akaun Biasa (OA) ke Akaun Khas (SA) atau Akaun Persaraan (RA)
    - Membuat tokokan tunai kepada SA atau RA
- Individu yang Bekerja Sendiri (SEP) juga boleh menikmati pelepasan cukai atas caruman CPF mandatori atau sukarela mereka berdasarkan pendapatan perdagangan bersih mereka.

CPF: 1800 227 1188

[www.cpf.gov.sg](http://www.cpf.gov.sg)



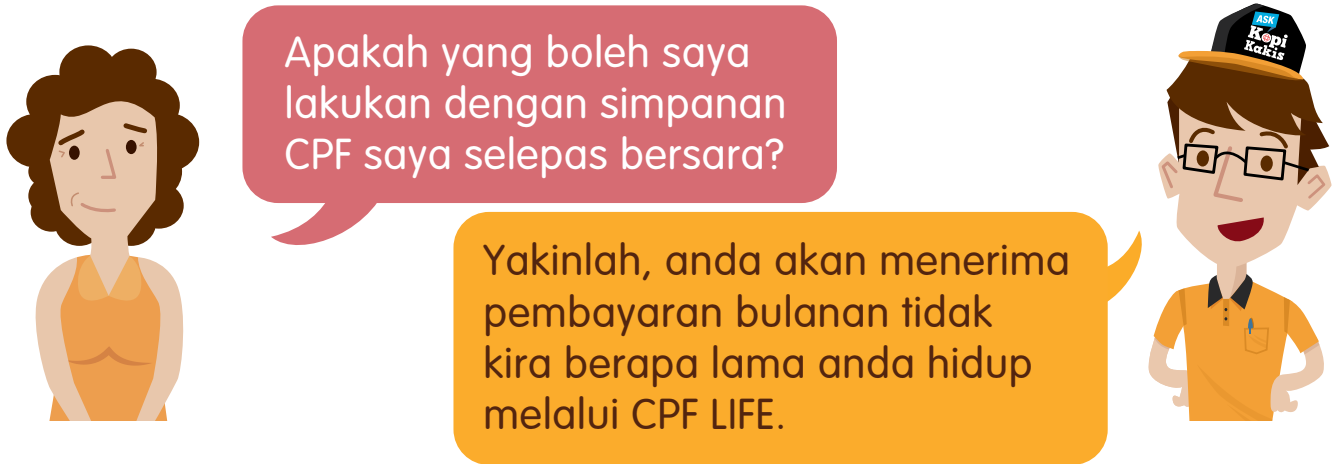


# CARA-CARA MENABUNG UNTUK PERSARAAN

## Kadar Faedah CPF

Akaun	Akaun Biasa	Akaun Khas dan Medisave	Akaun Persaraan (untuk ahli yang berusia 55 tahun ke atas)
Kadar Faedah Lantai	2.5% setahun*	4% setahun*	4% setahun*

\*Kadar faedah CPF disemak secara berkala. Ketahui lebih lanjut di [www.cpf.gov.sg/interestrate](http://www.cpf.gov.sg/interestrate).



## Simpanan CPF

- Nikmati kadar faedah yang menarik untuk membantu meningkatkan simpanan persaraan anda.
- Sekiranya anda berusia bawah 55 tahun, gabungan simpanan CPF \$60,000 pertama memperoleh faedah tambahan sebanyak 1% (dihadkan pada \$20,000 untuk OA).
- Sekiranya anda berusia lebih 55 tahun, anda akan memperoleh faedah tambahan 2% bagi simpanan \$30,000 pertama daripada gabungan simpanan anda (dihadkan pada \$20,000 untuk OA dan tambahan 1% lagi bagi simpanan \$30,000 yang berikut).



CPF: 1800 227 1188   
[www.cpf.gov.sg](http://www.cpf.gov.sg) 



## Skim Persaraan Tambahan (SRS)

- Skim sukarela bagi menggalakkan individu menabung untuk persaraan, melebihi simpanan CPF mereka.
- Sumbangan kepada SRS layak mendapat pengecualian cukai.

IRAS: 1800 356 8300   
[www.iras.gov.sg](http://www.iras.gov.sg) 



## Akaun Persaraan (RA) anda dibuka apabila anda mencapai usia 55 tahun




- Simpanan daripada Akaun Khas dan Akaun Biasa anda akan dipindahkan kepada RA anda, hingga Jumlah Persaraan Penuh anda.

## CPF LIFE

Pendapatan Sepanjang Hayat CPF Bagi Warga Emas (CPF LIFE) ialah skim anuiti insurans lanjut usia nasional yang memberi anda pembayaran bulanan tidak kira berapa lama anda hidup.

- Jumlah persaraan yang anda simpan dalam RA anda akan digunakan untuk memberi anda pembayaran bulanan apabila anda mencapai usia layak menerima bayaran.
- Sekiranya anda tidak menyertai CPF LIFE, anda boleh berbuat demikian bila-bila masa dari usia anda 65 tahun hingga satu bulan sebelum anda mencapai usia 80 tahun.
- Dengan CPF LIFE, anda boleh memilih antara 3 pelan yang akan memberi anda pembayaran bulanan, tidak kira berapa lama anda hidup, iaitu Pelan Meningkatkan, Pelan Standard dan Pelan Asas.
- Pelan-pelan ini berbeza dari segi pembayaran bulanan yang akan anda terima.

Pilih Pelan CPF LIFE yang paling sesuai dengan gaya hidup persaraan yang anda inginkan:

	Pelan Meningkatkan (melindungi anda daripada kenaikan kos sara hidup)	Pelan Standard (Secara Automatik)	Pelan Asas (Pilihan warisan)
Pembayaran bulanan	<p>Pembayaran bulanan yang bermula rendah tapi meningkat sebanyak 2%</p> 	<p>Pembayaran bulanan yang kekal sama</p> 	<p>Pembayaran bulanan yang rendah dan akan menjadi semakin rendah pada hari kemudian*</p> 

Apabila anda meninggal dunia, sebarang baki premium CPF LIFE dan simpanan CPF yang tidak digunakan akan dibahagikan antara waris anda. CPF adalah untuk keperluan persaraan anda sendiri dan tidak seharusnya digunakan sebagai cara untuk meninggalkan harta kepada waris anda. Bagi perancangan warisan, anda harus mempertimbangkan pilihan lain.

\* Pembayaran bulanan Pelan Asas akan berkurangan apabila baki CPF gabungan anda berada di bawah \$60,000. Ini disebabkan oleh kurangnya faedah tambahan yang diperolehi.

Nota: Untuk semua pelan CPF LIFE, pembayaran boleh diselaraskan untuk mengambil kira perubahan jangka panjang dalam kadar faedah atau jangka hayat. Pelarasan sedemikian (jika ada) dijangka kecil dan beransur-ansur.



Dengan teknologi dan penjagaan kesihatan yang semakin maju, kita mungkin akan hidup lebih lama. **CPF LIFE** memastikan bahawa kita akan menerima pendapatan bulanan selagi kita hidup, untuk bersara tanpa bimbang tentang kehabisan wang simpanan kita.

CPF: 1800 227 1188

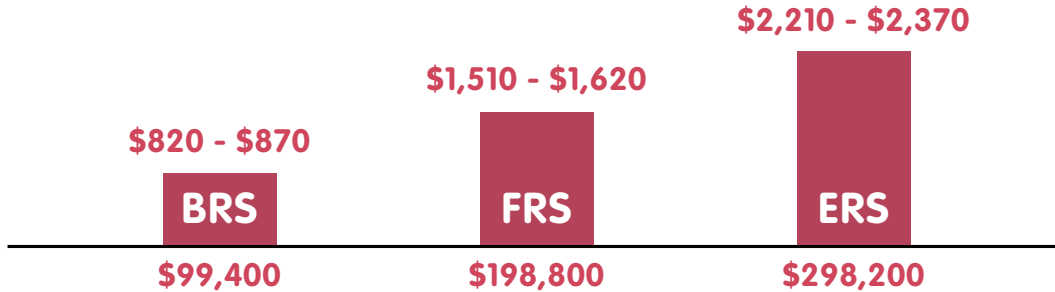
[www.cpf.gov.sg](http://www.cpf.gov.sg)



## Berapa banyak yang perlu disimpan dan berapa banyak yang anda dapat?

- Jumlah Persaraan Asas (BRS), Jumlah Persaraan Penuh (FRS) dan Jumlah Persaraan yang Dipertingkatkan (ERS) berfungsi sebagai penanda aras dalam membantu anda mengetepikan simpanan untuk pembayaran persaraan yang anda inginkan.

## Untuk sesiapa yang berumur 55 tahun pada 2023



Bayaran adalah anggaran berdasarkan Pelan Standard CPF LIFE yang dikira pada 2023.

Pembayaran bulanan anda bergantung pada jumlah persaraan yang anda ketepikan dalam Akaun Persaraan anda.

**Jumlah Persaraan Asas (BRS)** - BRS bertujuan untuk memberi anda bayaran bulanan semasa persaraan bagi menampung keperluan hidup asas, tidak termasuk perbelanjaan sewa.

**Jumlah Persaraan Penuh (FRS)** - FRS memberi anda bayaran bulanan yang lebih tinggi dan juga menampung perbelanjaan sewa.

**Jumlah Persaraan yang Dipertingkatkan (ERS)** - ERS memberi anda bayaran bulanan yang jauh lebih tinggi bagi gaya hidup persaraan yang anda inginkan dan anda boleh memilih untuk mengetepikan lebih banyak lagi dengan membuat tokokan kepada ERS semasa.

Jumlah persaraan yang terpakai kepada ahli yang mencapai usia 55 tahun pada 2023 hingga 2025 ditunjukkan di bawah untuk membantu anda merancang dengan lebih baik untuk persaraan anda.

	Usia 55 pada 2023	Usia 55 pada 2024	Usia 55 pada 2025
<b>Jumlah Persaraan Asas</b>	\$99,400	\$102,900	\$106,500
<b>Anggaran Pembayaran Bulanan dari Usia 65 tahun</b>	\$870	\$900	\$930
<b>Jumlah Persaraan Penuh</b>	\$198,800	\$205,800	\$213,000
<b>Anggaran Pembayaran Bulanan dari Usia 65 tahun</b>	\$1,620	\$1,670	\$1,730
<b>Jumlah Persaraan yang Dipertingkatkan</b>	\$298,200	\$308,700	\$319,500
<b>Anggaran Pembayaran Bulanan dari Usia 65 tahun</b>	\$2,370	\$2,450	\$2,530

Pembayaran Bulanan ialah anggaran berdasarkan pembayaran dengan Pelan Standard CPF LIFE pada usia 65 tahun yang dikira pada tahun 2023.

CPFb: 1800 227 1188

[www.cpf.gov.sg](http://www.cpf.gov.sg)

## Pilihan untuk memulakan pembayaran kemudian

- Sekiranya anda masih bekerja atau mempunyai sumber pendapatan lain, anda boleh memilih untuk menangguhkan pembayaran sehingga usia anda mencapai 70 tahun.
- Bagi setiap tahun pembayaran tersebut ditangguh, ia akan meningkat 7%. Ini bermakna jika anda memilih untuk menangguhkan sehingga usia 70 tahun, pembayaran anda akan meningkat sehingga 35%.

## Fleksibiliti untuk mengeluarkan sedikit Simpanan CPF

- Dari usia 55 tahun, anda boleh mengeluarkan sekurang-kurangnya \$5,000 atau sebarang jumlah yang berlebihan selepas menyetipkan FRS untuk keperluan persaraan segera.
- Sekiranya anda memiliki hartanah di Singapura dengan tempoh pajakan yang berlangsung hingga anda berusia sekurang-kurangnya 95 tahun, anda boleh mengeluarkan sebarang jumlah melebihi BRS.
- Sekiranya anda tidak mempunyai keperluan segera, anda boleh mempertimbangkan untuk membiarkan simpanan dalam akaun anda bagi menikmati kadar faedah menarik hingga 6% setahun.
- Jika anda dilahirkan pada tahun 1958 atau selepas itu, anda boleh memilih untuk mengeluarkan sehingga 20% daripada baki Akaun Persaraan anda (yang termasuk \$5,000 pertama yang boleh anda keluarkan pada usia 55 tahun) dari usia anda layak menerima pembayaran iaitu 65 tahun. Namun, ini akan mengurangkan jumlah pembayaran setiap bulan.

## Skim Simpanan Persaraan yang Dipadankan (MRSS)

- MRSS bertujuan untuk membantu warga Singapura yang berusia antara 55 hingga 70 tahun dengan simpanan persaraan yang rendah bagi menyimpan lebih banyak untuk persaraan mereka.
- Warga emas yang layak akan menerima geran pepadanan sedolar bagi sedolar daripada Pemerintah untuk sebarang tokokan wang tunai yang dibuat kepada RA mereka, hingga had tahunan sebanyak \$600 dari tahun 2021 hingga 2025.
- Periksa sama ada anda layak di [www.cpf.gov.sg/MRSSchecker](http://www.cpf.gov.sg/MRSSchecker).



CPF: 1800 227 1188   
[www.cpf.gov.sg](http://www.cpf.gov.sg) 

## Jumlah Asas Penjagaan Kesihatan (BHS) dalam Akaun MediSave




BHS ialah anggaran jumlah simpanan Medisave yang diperlukan oleh ahli CPF untuk keperluan asas penjagaan kesihatan bersubsidi pada usia tua.

- BHS sedia ada untuk ahli CPF yang mencapai usia 65 tahun pada tahun 2023, ialah \$68,500.
- Bagi ahli CPF berusia 65 tahun ke bawah, BHS akan diselaraskan setiap tahun agar seiring dengan pertumbuhan jangkaan dalam penggunaan MediSave oleh warga emas.
- Jadual berikut meringkaskan BHS untuk kohort masing-masing berusia 65 tahun ke atas pada tahun 2023.

Usia pada tahun 2023	Tahun apabila kohort mencapai usia 65 tahun	Kohort BHS (tetap untuk sepanjang hayat)
65	2023	\$68,500
66	2022	\$66,000
67	2021	\$63,000
68	2020	\$60,000
69	2019	\$57,200
70	2018	\$54,500
71	2017	\$52,000
72 dan ke atas	2016 atau lebih awal	\$49,800

CPFB: 1800 227 1188   
[www.cpf.gov.sg](http://www.cpf.gov.sg) 

MOH: 6325 9220   
[www.moh.gov.sg](http://www.moh.gov.sg) 

# Bantu Bagi Perbelanjaan Harian Anda Pg 13 - 19



Bahagian ini memberikan gambaran keseluruhan rebat dan pembayaran tunai yang diberikan kepada individu dan isi rumah. Beberapa contoh termasuk:

- Baucar GST
- Pakej Jaminan
- ComCare

# KEHIDUPAN HARIAN

*Bantu bagi perbelanjaan harian anda*

---

## Nikmati Perjalanan Murah

Dapatkan lebih banyak sokongan untuk kos pengangkutan anda:

- Kad Koneksi Warga Emas dan PAssion Warga Emas\*
  - Nikmati tambang kereta api dan bas yang lebih murah.
- Pas Koneksi Bulanan Hibrid
  - Perjalanan tanpa had bagi perkhidmatan bas asas dan kereta api, berharga \$64 sebulan.

*\* Untuk warga emas Singapura berusia 60 tahun ke atas atau akan berusia 60 tahun dalam sebulan.*

SimplyGo: 1800 225 5663 

[www.simplygo.com.sg](http://www.simplygo.com.sg) 



## Khidmat Pengiring Perubatan dan Pengangkutan

- Untuk warga emas layak yang memerlukan bantuan untuk bergerak dan tidak mempunyai penjaga untuk membantu mereka atau penjaga tidak dapat membantu mereka atas sebab penyakit kesihatan serta fizikal sendiri.



AIC: 1800 650 6060 

[www.aic.sg](http://www.aic.sg) 



## Baucar GST - Rebat Bayaran Perkhidmatan & Penyenggaraan (S&CC)

- Keluarga HDB Singapura yang layak akan menerima Rebat S&CC antara 1.5 hingga 3.5 bulan setiap tahun bergantung pada jenis flat mereka.

Jenis Flat HDB	Jumlah bulan Rebat S&CC				
	Januari	April	Julai	Oktober	Jumlah setahun
1- dan 2-bilik	0.5	1	1	1	3.5
3- dan 4-bilik	0.5	1	0.5	0.5	2.5
5-bilik	0.5	0.5	0.5	0.5	2.0
Eksekutif / Keluarga Berangkai	-	0.5	0.5	0.5	1.5

\* Untuk pertanyaan mengenai pembayaran S&CC yang perlu dibayar, sila hubungi Majlis Bandaran masing-masing.

HDB: 1800 866 3078   
[www.hdb.gov.sg](http://www.hdb.gov.sg) 

MOF: 1800 222 2888   
[www.mof.gov.sg](http://www.mof.gov.sg) 



## Baucar GST – Tunai

- Memberikan wang tunai kepada warga Singapura berpendapatan rendah yang layak bagi keperluan segera mereka.
- Pada tahun 2023, kuantum tunai akan ditingkatkan hingga \$350.

Warga Singapura berusia 21 dan ke atas dengan AI sebanyak \$34,000 dan ke bawah	Memiliki 0 hingga 1 hartanah	
	AV ≤ \$13,000	\$13,000 < AV ≤ \$21,000
GSTV - Tunai pada tahun 2022	\$400	\$250
GSTV - Tunai pada tahun 2023	\$700	\$350
GSTV - Tunai pada tahun 2024	\$850	\$450

## Baucar GST – MediSave

- Memberi warga emas Singapura yang layak yang berusia 65 tahun ke atas sokongan bagi keperluan perubatan mereka.
- Terima tokokan MediSave antara \$150 dan \$450 bergantung pada usia dan nilai tahunan rumah anda.

Pasukan Baucar GST: 1800 222 2888   
[www.gstvoucher.gov.sg](http://www.gstvoucher.gov.sg) 





## Baucar GST – U-Save, AP U-Save dan COL U-Save

- Kredit U-Save untuk isi rumah HDB yang layak bagi mengimbangi bil utiliti mereka.
- Dengan AP U-Save dan Bayaran Khas COL U-Save 2023, keluarga yang layak akan menerima rebat GSTV – U-Save sebanyak dua kali ganda pada tahun 2023.

Jenis Flat HDB	GSTV – U-Save	AP U-Save & COL U-Save	Jumlah GSTV – U-Save bagi tahun 2023
	Diberikan dalam 4 pembayaran pada Januari, April, Julai dan Oktober 2023		
1- and 2-bilik	\$380	\$380	\$760
3-bilik	\$340	\$340	\$680
4-bilik	\$300	\$300	\$600
5-bilik	\$260	\$260	\$520
Eksekutif / flat Keluarga Berangkai	\$220	\$220	\$440

SP Group: 6671 7117   
[www.spgroup.com.sg](http://www.spgroup.com.sg) 

## Pakej Jaminan (AP)

### • AP Tunai

Warga Singapura berusia 21 tahun dan ke atas akan menerima pembayaran tunai \$700 hingga \$2,450 dari 2022 – 2026, bergantung pada pendapatan dan pemilikan hartanah.

Warga Singapura berusia 21 tahun ke atas pada Tahun Rujukan	Tempoh Agihan	Memiliki 0 hingga 1 hartanah			Memiliki > 1 hartanah
		Pendapatan yang Ditaksir (AI)			
		AI ≤ \$34,000	\$34,000 < AI ≤ \$100,000	AI > \$100,000	
2023	Dis 2022	\$200	\$150	\$100	\$100
2024	Dis 2023	\$800	\$500	\$200	\$200
2025	Dis 2024	\$600	\$350	\$200	\$200
2026	Dis 2025	\$600	\$350	\$100	\$100
2027	Dis 2026	\$250	\$150	\$100	\$100
Jumlah		\$2,450	\$1,500	\$700	\$700



- **Bonus Warga Emas AP**

Warga Singapura yang berusia 55 tahun ke atas akan menerima bayaran tunai tambahan sebanyak \$600 - \$900 dari tahun 2023 hingga 2025 pada bulan Februari setiap tahun, bergantung pada Pendapatan yang Ditaksir (AI) dan pemilikan hartanah.

Pemilikan Hartanah	Memiliki 0 hingga 1 hartanah			
Pendapatan yang Ditaksir (AI)	AI ≤ \$34,000			
Nilai Tahunan (AV) rumah	AV ≤ \$13,000		\$13,000 < AV ≤ \$21,000	
Usia Warga Singapura pada tahun Pembayaran	55 hingga 64 tahun	65 tahun dan ke atas	55 hingga 64 tahun	65 tahun dan ke atas
2023	\$250	\$300	\$200	
2024	\$250	\$300	\$200	
2025	\$250	\$300	\$200	
<b>Jumlah</b>	<b>\$750</b>	<b>\$900</b>	<b>\$600</b>	

- **MediSave AP**

Setiap warga Singapura yang berusia 20 tahun ke bawah atau 55 tahun ke atas, akan menerima sebanyak \$450 dalam akaun Medisave mereka dari tahun 2023 hingga 2025, pada bulan Februari setiap tahun.

Tempoh Agihan	Usia warga Singapura pada tahun agihan	
	20 tahun ke bawah	55 tahun ke atas
Feb 2023	\$150	
Feb 2024	\$150	
Feb 2025	\$150	
<b>Jumlah</b>	<b>\$450</b>	

- **Bonus Warga Emas Kos-Sara-Hidup (COL) 2023**

Setiap warga Singapura berusia 55 tahun ke atas akan menerima antara \$200 hingga \$300 pada bulan Jun 2023, bergantung pada Pendapatan yang Ditaksir (AI), pemilikan hartanah serta Nilai Tahunan (AV).

Usia warga Singapura pada tahun 2023	Memiliki 0 hingga 1 hartanah	
	AI ≤ \$34,000	
	AV ≤ \$13,000	\$13,000 < AV ≤ \$21,000
55 hingga 64 tahun	\$250	\$200
65 tahun ke atas	\$300	\$200



## • Bayaran Khas Kos Sara Hidup (COL) 2023

Setiap warga Singapura berusia 21 tahun ke atas akan menerima antara \$200 hingga \$400 pada bulan Jun 2023, bergantung pada Pendapatan yang Ditaksir (AI) serta pemilikan hartanah.

Pendapatan yang Ditaksir (AI)	Warga Singapura Berusia 21 Tahun Ke Atas Pada Tahun 2023
	Memiliki 0 hingga 1 hartanah
$AI \leq \$22,000$	\$400
$\$22,000 < AI \leq \$34,000$	\$300
$\$34,000 < AI \leq \$100,000$	\$200

## Skim Ihsan Senja

- Memberi bantuan kewangan berterusan untuk warga Singapura berusia 65 tahun ke atas, yang berpendapatan rendah sepanjang mereka bekerja dan kini kurang simpanan selepas bersara.
- Warga emas yang layak akan menerima pembayaran tunai antara \$180 hingga \$900 setiap suku tahun, bergantung pada pendapatan isi rumah bulanan setiap anggota keluarga dan jenis flat HDB.

Talian Ihsan Senja: 1800 227 1188

[www.cpf.gov.sg/sss](http://www.cpf.gov.sg/sss)





## Bantuan Sementara ComCare

- Memberi bantuan kepada Warga Singapura dan Penduduk Tetap yang memerlukan bantuan mendesak dan segera selama kurang dari 3 bulan.
- Bagi mereka yang mempunyai pendapatan bulanan keluarga \$1,900 ke bawah, atau pendapatan per kapita bulanan keluarga \$650 ke bawah sebulan.

## Bantuan Jangka Pendek hingga Sederhana ComCare

- Memberi bantuan kepada Warga Singapura dan Penduduk Tetap yang sedang mencari kerja atau tidak dapat bekerja buat sementara waktu kerana sakit atau menjalankan tanggungjawab penjagaan.
- Bagi mereka yang mempunyai pendapatan isi rumah bulanan \$1,900 dan ke bawah atau pendapatan isi rumah per kapita \$650 dan ke bawah.

MSF (ComCare): 1800 222 0000   
[www.msf.gov.sg/comcare](http://www.msf.gov.sg/comcare) 

## Bantuan Jangka Panjang (LTA) ComCare

- Menyediakan bantuan kepada Warga Singapura dan Penduduk Tetap yang tidak dapat bekerja secara kekal kerana sakit, tua atau hilang upaya, dan mempunyai sedikit atau tiada sokongan keluarga, simpanan atau aset untuk memenuhi keperluan harian mereka.
- Isi rumah yang layak boleh menerima berikut:

Saiz Isi Rumah	Bantuan
1 orang	\$640
2 orang	\$1,080
3 orang	\$1,510
4 orang	\$1,930



Anda juga boleh menerima bantuan lain seperti rawatan perubatan percuma di poliklinik dan hospital pemerintah/distruktur semula serta akses kepada perkhidmatan sosial yang dibiayai pemerintah.

MSF (ComCare): 1800 222 0000   
[www.msf.gov.sg/comcare](http://www.msf.gov.sg/comcare) 



# Menyediakan Penjagaan Kesehatan yang Dimampui Pg 20 - 31



Mampukah saya  
menanggung  
kos penjagaan  
kesehatan?

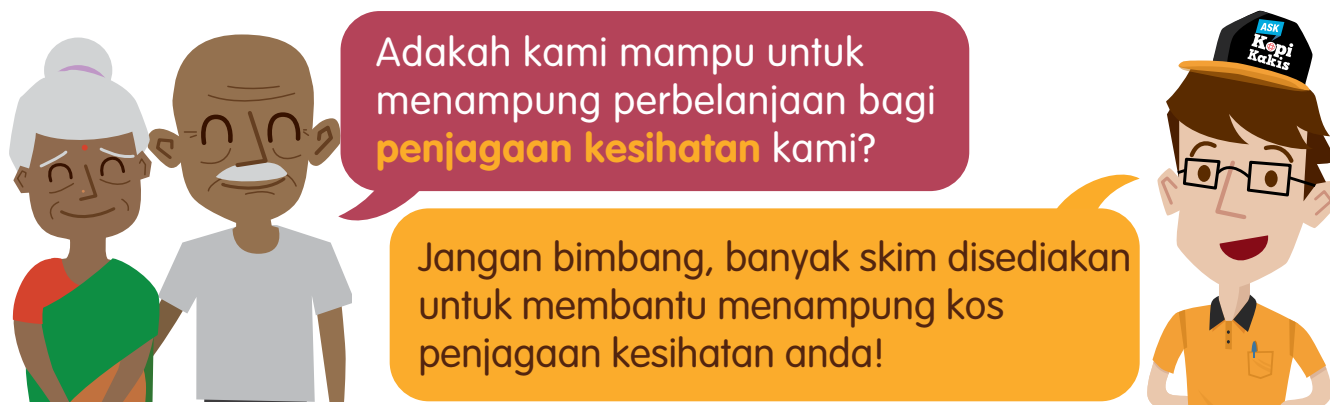
Sudah tentu! Bahagian ini memberi anda gambaran keseluruhan tentang bagaimana pemerintah memastikan penjagaan kesehatan yang termampu di Singapura:

- SG Yang Lebih Sihat
- Skim Bantuan Kesehatan Masyarakat (CHAS)
- MediShield Hayat
- CareShield Hayat



# DEMI MENJAGA KESIHATAN

*Menyediakan Penjagaan Kesehatan yang Dimampui*



## SG Yang Lebih Sihat

Mulakan perjalanan SG Yang Lebih Sihat anda untuk menjalani gaya hidup yang lebih sihat, mengesan masalah kesihatan lebih awal dan mengawal penyakit sedia ada dengan doktor keluarga yang memahami keadaan kesihatan anda.

Penduduk Singapura yang berusia 60 tahun ke atas akan dijemput melalui SMS untuk berdaftar secara progresif.

### Dari Julai 2023:

- Buat Pelan Kesihatan yang diperibadikan dengan doktor keluarga anda untuk menjalani gaya hidup sihat, pemeriksaan kesihatan yang kerap dan vaksinasi
- Peroleh mata kesihatan (Healthpoints) sebanyak \$20 selepas konsultasi Pelan Kesihatan pertama anda
- Dapatkan saringan dan vaksinasi bersubsidi penuh yang disyorkan secara nasional (bagi Warga Singapura)
  - Senarai penuh saringan: [go.gov.sg/rec-screenings-list](https://www.go.gov.sg/rec-screenings-list)
  - Senarai penuh vaksinasi: [go.gov.sg/rec-vaccines-list](https://www.go.gov.sg/rec-vaccines-list)

### Dari awal tahun 2024:

- Tahap Kronik SG Yang Lebih Sihat: Pesakit Generasi CHAS, Merdeka dan Perintis dengan keperluan ubat-ubatan yang banyak boleh mendapatkan ubat kronik biasa daripada klinik swasta HSG mereka yang didaftarkan pada harga yang setanding dengan poliklinik
- Gunakan MediSave tanpa bayaran bersama tunai bagi rawatan penyakit kronik

Maklumat lanjut tentang SG Yang Lebih Sihat boleh didapati di: [www.healthiersg.gov.sg](https://www.healthiersg.gov.sg)

## Jadual Imunisasi Dewasa Nasional

- Warga Singapura berusia 65 tahun ke atas (mengikut tarikh lahir) digalakkan untuk mengambil vaksinasi influenza serta vaksinasi Pneumokokal di bawah Jadual Imunisasi Dewasa Nasional (NAIS). Vaksinasi ini boleh didapati di klinik swasta (GP) Skim Bantuan Kesehatan Masyarakat (CHAS) dan poliklinik, dengan subsidi tersedia untuk warga Singapura yang layak. Medisave juga boleh digunakan untuk membantu dalam mengimbangi perbelanjaan menggunakan wang sendiri bagi vaksinasi yang digalakkan.
- Bagi warga Singapura yang berdaftar dengan SG Yang Lebih Sihat (HSG), vaksinasi di bawah NAIS akan disubsidi sepenuhnya di klinik HSG yang berdaftar.

Maklumat lanjut tentang subsidi yang disediakan boleh didapati di: [go.gov.sg/vcdss](https://go.gov.sg/vcdss)

## Pakej Generasi Perintis (PGP)

PGP membantu membiayai kos penjagaan kesihatan warga emas Perintis\* sepanjang hayat mereka. Berikut ialah faedah-faedah PGP:

- Subsidi Tambahan untuk Penjagaan Pesakit Luar
  - Generasi Perintis menerima potongan tambahan 50% bagi baki bil mereka untuk perkhidmatan dan ubat-ubatan bersubsidi di Poliklinik dan Klinik Pakar Pesakit Luar (SOC) awam. Mereka juga akan menikmati subsidi khas di Klinik CHAS.
- Tokokan MediSave
  - Golongan Perintis akan menerima tokokan MediSave sebanyak \$250-\$900 setahun (bergantung pada tahun kelahiran) untuk sepanjang hayat mereka.
  - Golongan Perintis lebih tua (lahir tahun 1939 dan sebelumnya) yang menghidap penyakit prawujud serius dan perlu membayar premium MediShield Hayat lebih tinggi juga akan menerima tokokan MediSave sekali sebanyak \$50 hingga \$200 setahun dari 2021 hingga 2025.
- Subsidi Premium MediShield Hayat
  - Generasi Perintis menerima subsidi khas hingga 60% dan tokokan Medisave (\$250-\$900), berdasarkan usia.
  - Secara keseluruhan, bagi Generasi Perintis (lahir pada 1934 dan lebih awal), premium MediShield Hayat mereka akan diliputi sepenuhnya oleh subsidi khas dan tokokan MediSave, sementara golongan perintis yang lebih muda (lahir pada tahun 1935 hingga 1949) pula akan mendapat perlindungan bagi kira-kira dua pertiga daripada premium MediShield Hayat mereka.
- Insentif Tambahan bagi Penyertaan Dalam CareShield Hayat
  - Insentif penyertaan tambahan \$1,500 untuk warga emas Perintis yang menyertai CareShield Hayat. Bersama dengan insentif penyertaan sebanyak \$2,500 (iaitu jumlah \$4,000), ini akan dibahagikan selama sepuluh tahun dan digunakan untuk mengimbangi premium tahunan CareShield Hayat, jika mereka menyertai CareShield Hayat sebelum 31 Disember 2023.
- Skim Bantuan Kurang Upaya
  - Perintis yang memerlukan bantuan secara tetap untuk melakukan sekurang-kurangnya tiga kegiatan kehidupan harian<sup>^</sup> akan menerima bantuan tunai sepanjang hayat sebanyak \$100 sebulan.

\* Jika anda dilahirkan pada atau sebelum 31 Dis 1949 dan menjadi Warga Singapura pada atau sebelum 31 Dis 1986.

<sup>^</sup> Memasuh, berpakaian, memberi makan, tandas, mobiliti, pemindahan.



## Pakej Generasi Merdeka (MGP)

MGP menyokong aspirasi warga emas MG\* dalam meniti usia senja dengan membantu mereka untuk terus aktif dan sihat di samping memberikan ketenangan fikiran dalam menghadapi kos penjagaan kesihatan masa hadapan mereka. Terdapat lima faedah utama dalam MGP:

- Tokokan Kad PAssion Warga Emas
  - Semua warga emas MG menerima tokokan sekali sebanyak \$100 untuk kad Passion Warga Emas mereka.
- Tokokan MediSave
  - Warga emas MG menerima tokokan MediSave \$200 setiap tahun dari 2019 hingga 2023 untuk keperluan penjagaan kesihatan.
- Subsidi Tambahan untuk Penjagaan Pesakit Luar
  - Warga emas MG menikmati potongan tambahan 25% daripada baki bil mereka untuk perkhidmatan bersubsidi dan ubat-ubatan di poliklinik serta Klinik Pakar Pesakit Luar (SOC) awam. Semua warga emas MG juga akan menikmati subsidi khas di klinik-klinik CHAS.
- Insentif Penyertaan tambahan CareShield Hayat
  - Insentif penyertaan tambahan \$1,500 untuk warga emas MG yang menyertai CareShield Hayat. Bersama dengan insentif penyertaan sebanyak \$2,500 (iaitu jumlah \$4,000), ini akan dibahagikan selama sepuluh tahun dan digunakan untuk mengimbangi premium tahunan CareShield Hayat, jika mereka menyertai CareShield Hayat sebelum 31 Disember 2023.
- Subsidi Premium Tambahan untuk MediShield Hayat
  - Warga emas MG akan menerima subsidi tambahan sebanyak 5% untuk premium MediShield Hayat tahunan mereka. Ini akan meningkat kepada 10% setelah mereka mencapai usia 75 tahun.

*\*MGP diberikan kepada warga emas yang lahir dari 1 Januari 1950 hingga 31 Disember 1959, dan menjadi warga Singapura pada atau sebelum 31 Disember 1996. MGP juga diperluas kepada warga emas yang dilahirkan pada atau sebelum 31 Disember 1949, dan menjadi warga Singapura pada atau sebelum 31 Disember 1996; dan tidak menerima PGP.*

**Pertanyaan Umum: 1800 222 2888** 

**Pertanyaan tentang penjagaan kesihatan: 1800 650 6060** 

[go.gov.sg/pgpackage](https://go.gov.sg/pgpackage) 

[go.gov.sg/mgpackage](https://go.gov.sg/mgpackage) 

## MediSave

- Skim simpanan perubatan nasional yang membantu individu menjimatkan perbelanjaan penjagaan kesihatan sepanjang hayat mereka, terutama pada usia tua.
- Boleh digunakan di semua institusi penjagaan kesihatan awam dan hospital swasta serta institusi perubatan yang diluluskan.

## MediSave500 dan MediSave700

- Setiap pesakit boleh mengeluarkan sehingga \$500 atau \$700 (bagi pesakit yang menghidap penyakit kronik yang rumit) setiap tahun dari MediSave mereka untuk rawatan pesakit luar bagi penyakit di bawah Program Pengurusan Penyakit Kronik, vaksinasi dan pemeriksaan kesihatan yang diluluskan.

Sebagai contoh, MediSave boleh digunakan untuk:



**Pembedahan atau dimasukkan ke hospital**



**Rawatan berulang**



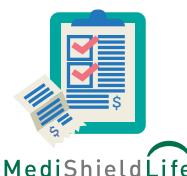
**Pemeriksaan, ujian, vaksinasi, rawatan penyakit kronik yang disyorkan**



**Pemulihan dan penyembuhan**



**Imbasan perubatan**



MediShieldLife

**Premium insurans**

## Flexi-MediSave

- Warga Singapura berusia 60 tahun ke atas boleh menggunakan sehingga \$300 tambahan setiap tahun, untuk rawatan perubatan pesakit luar di SOC di hospital awam, poliklinik dan klinik-klinik swasta CHAS.

## Tokokan MediSave Lima Tahun

- Untuk membantu warga Singapura menampung perbelanjaan penjagaan kesihatan mereka pada masa hadapan, semua warga Singapura yang lahir pada tahun 1969 atau sebelumnya, yang tidak menerima faedah Generasi Merdeka atau Generasi Perintis, akan menerima tokokan MediSave selama 5 tahun sebanyak \$100 setahun, dari 2019 hingga 2023.

MOH: 6325 9220



[www.moh.gov.sg](http://www.moh.gov.sg)









# Demi Menjaga Kesehatan



## Skim Bantuan Kesehatan Masyarakat (CHAS)

- Memberi subsidi untuk rawatan perubatan dan pergigian di klinik-klinik swasta dan klinik pergigian berhampiran rumah mereka.
- Semasa tempoh COVID-19, pemegang kad CHAS kini boleh membuat konsultasi susulan dengan doktor mereka melalui video bagi keadaan kronik tertentu.

Kriteria CHAS		 CHAS Green	 CHAS Orange	 CHAS Blue
Pendapatan bulanan keluarga setiap anggota (untuk Keluarga dengan Pendapatan)		Melebihi \$2,000	\$1,201 - \$2,000	\$ 1,200 dan ke bawah
Nilai Tahunan (AV) Rumah (untuk Keluarga Tanpa Pendapatan)		Melebihi \$21,000	\$13,001 - \$21,000	\$ 13,000 dan ke bawah
CHAS Subsidies				
Sakit Biasa* (cth. Batuk dan Selsema)		Tidak Berkenaan	Subsidi sehingga \$10 bagi setiap lawatan	Subsidi sehingga \$18.50 bagi setiap lawatan
Keadaan Kronik Tertentu <sup>^</sup>	Tidak Rumit	Subsidi sehingga \$28 bagi setiap lawatan, dihadkan kepada \$112 setiap tahun	Subsidi sehingga \$50 bagi setiap lawatan, dihadkan kepada \$200 setiap tahun	Subsidi sehingga \$80 bagi setiap lawatan, dihadkan kepada \$320 setiap tahun
	Rumit	Subsidi sehingga \$40 bagi setiap lawatan, dihadkan kepada \$160 setiap tahun	Subsidi sehingga \$80 bagi setiap lawatan, dihadkan kepada \$320 setiap tahun	Subsidi sehingga \$125 bagi setiap lawatan, dihadkan kepada \$500 setiap tahun
Perkhidmatan Pergigian Tertentu		Tidak Berkenaan	Subsidi sebanyak \$50 hingga \$170.50 bagi setiap prosedur (untuk rawatan korona, gigi palsu dan saluran akar saraf sahaja)	Subsidi sebanyak \$11 hingga \$256.50 bagi setiap prosedur (bergantung pada prosedur)
Subsidi Kesehatan Pencegahan				
		 Warga Singapura/CHAS Hijau yang Layak	 Generasi Merdeka, CHAS Biru atau Jingga	 Generasi Perintis
Pemeriksaan Kesehatan yang Disarankan di bawah Skrin untuk Kehidupan **		Bayaran tetap sebanyak \$5 Setiap lawatan	Bayaran tetap sebanyak \$2 setiap lawatan	\$0

\* Terhad kepada 24 lawatan untuk sakit biasa bagi setiap pesakit setiap tahun kalendar, di semua klinik CHAS.

<sup>^</sup> "Tidak Rumit" merujuk kepada lawatan untuk satu penyakit kronik. "Rumit" merujuk kepada lawatan untuk beberapa penyakit kronik, atau satu penyakit kronik dengan komplikasi.

\*\* Ini termasuk saringan untuk faktor risiko kardiovaskular (iaitu kencing manis, tekanan darah tinggi, kolesterol darah tinggi), barah usus dan barah pangkal rahim di klinik swasta CHAS. Khidmat saringan barah payudara di bawah SFL ditawarkan di poliklinik terpilih pada kadar berikut: \$25 bagi Generasi Perintis, \$37.50 bagi Generasi Merdeka serta \$50 bagi Warga Singapura Bagi Warga Singapura yang berdaftar dengan SG Yang Lebih Sihat (HSG), saringan di bawah Saringan untuk Kehidupan yang disyorkan di peringkat nasional akan disubsidi sepenuhnya di klinik HSG mereka yang berdaftar.

Semak [www.chas.sg](http://www.chas.sg) untuk butiran penuh subsidi pergigian.

Talian Penting CHAS: 1800 275 2427   
[www.chas.sg](http://www.chas.sg) 

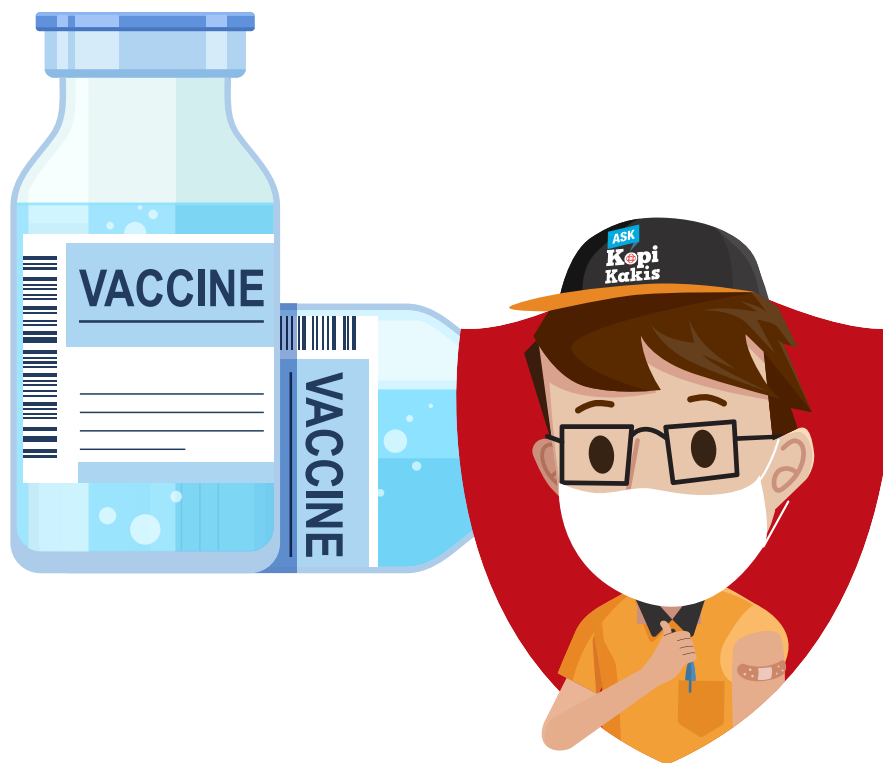
## Subsidi Klinik Pakar Pesakit Luar (SOC)

- Semua Warga Singapura boleh menikmati subsidi sebanyak 70% bagi perkhidmatan SOC bersubsidi di hospital awam dan pusat pakar kebangsaan.

## Subsidi untuk Vaksinasi

- Warga Singapura yang layak boleh menikmati subsidi antara \$35 hingga \$125 untuk vaksinasi yang disyorkan di peringkat nasional yang diberikan di klinik-klinik swasta CHAS.
- Di poliklinik, golongan dewasa warga Singapura yang layak boleh menerima sehingga 75% subsidi untuk vaksin di bawah Jadual Imunisasi Dewasa Nasional (NAIS), dengan warga emas Generasi Perintis dan Generasi Merdeka masing-masing menerima subsidi tambahan sebanyak 50% dan 25%.

MOH: 6325 9220   
[www.moh.gov.sg](http://www.moh.gov.sg) 





Adakah sudah terlambat untuk saya mendapatkan **insurans** perubatan?

MediShield Hayat sudah pun melindungi anda daripada bil-bil hospital yang besar!





## MediShield Hayat

- Insurans kesihatan yang melindungi semua Warga Singapura dan Penduduk Tetap sepanjang hayat, tanpa mengira usia atau keadaan kesihatan anda.
- Membantu anda membayar bil hospital yang besar dan kos rawatan pesakit luar terpilih.
- Subsidi premium bagi golongan keluarga yang berpendapatan rendah hingga sederhana, serta warga emas Generasi Merdeka dan Generasi Perintis. Tiada siapa akan kehilangan perlindungan MediShield Hayat disebabkan tidak mampu membayar premium.

MOH: 1800 222 3399   
[www.medishieldlife.sg](http://www.medishieldlife.sg) 

## MediFund

- Jaringan keselamatan untuk Warga Singapura yang tidak mampu membayar bil perubatan mereka, walaupun setelah memanfaatkan subsidi pemerintah, MediShield Hayat, insurans peribadi, MediSave dan wang tunai.

MOH: 6325 9220   
[www.moh.gov.sg](http://www.moh.gov.sg) 

## Kad Pengecualian Bayaran Perubatan (MFEC)

- Meliputi rawatan biasa perubatan dan hospital untuk penduduk yang memerlukan yang dibiayai oleh rumah-rumah rawatan MOH atau rumah-rumah perlindungan dan orang kurang upaya yang dibiayai oleh MSF.
- Simpanan Peribadi mestilah \$6,000 atau kurang dan pendapatan bulanan per kapita keluarga ialah \$800 atau kurang.
- Pemegang MFEC boleh dilindungi bagi rawatan perubatan dan hospital standard di hospital pemerintah atau yang distruktur semula, poliklinik serta khidmat penjagaan jangka serdehana dan jangka panjang yang diluluskan jika mereka sakit dan memerlukan bantuan kewangan.

AIC: 1800 650 6060   
[www.aic.sg](http://www.aic.sg) 



Siapakah yang boleh membantu jika saya ingin mengetahui lebih lanjut tentang hidup sihat?

Anda boleh muat turun aplikasi 'HealthHub SG' untuk memantau kesihatan anda dan dapatkan panduan untuk kekal sihat!



## Talian Kesihatan (HealthLine)

- Hubungi HealthLine, khidmat telefon percuma, di talian 1800 2233 1313 jika anda perlukan nasihat mengenai isu kesihatan atau lebih banyak maklumat bagi mencegah penyakit.

HPB: 1800 223 1313   
[www.hpb.gov.sg](http://www.hpb.gov.sg) 





## Membantu Warga Emas Kurang Upaya

### ElderShield

- Pemegang polisi ElderShield 400 yang dilahirkan pada tahun 1970 hingga 1979 dan tidak mengalami ketidakupayaan teruk akan didaftarkan secara automatik ke dalam CareShield Hayat.

CPF: 1800 227 1188   
[go.gov.sg/cpfeldershield](https://go.gov.sg/cpfeldershield) 

MOH: 6325 9220   
[go.gov.sg/moheldershield](https://go.gov.sg/moheldershield) 

### CareShield Hayat

- Skim insurans jangka panjang yang memberikan sokongan kewangan asas sekiranya Warga Singapura dan Penduduk Tetap mengalami ketidakupayaan teruk, terutama pada usia tua, serta memerlukan penjagaan peribadi serta perubatan untuk jangka masa yang lama.
  - Mereka yang lahir pada tahun 1980 atau kemudian dilindungi CareShield Hayat secara automatik dari 1 Oktober 2020, atau apabila mencapai usia 30 tahun, mana yang lebih kemudian.
  - Mereka yang lahir pada tahun 1979 atau lebih awal boleh memilih untuk menyertai CareShield Hayat, jika mereka tidak mengalami ketidakupayaan teruk.
- CareShield Hayat memberikan perlindungan dan jaminan yang lebih baik:
  - Pembayaran tunai sepanjang hayat sepanjang pemegang polisi mengalami ketidakupayaan yang teruk.

MOH: 1800 222 3399   
[www.careshieldlife.gov.sg](https://www.careshieldlife.gov.sg) 

### ElderFund

- Sokongan bagi Warga Singapura yang berpendapatan rendah berusia 30 tahun ke atas yang mengalami ketidakupayaan yang teruk dan tidak mendapat manfaat daripada CareShield Hayat, ElderShield, atau Program Bantuan Sementara untuk Orang Lanjut Usia Kurang Upaya, dan mempunyai baki MediSave yang rendah dan simpanan peribadi yang tidak mencukupi untuk memenuhi keperluan penjagaan jangka panjang mereka.

AIC: 1800 650 6060   
[go.gov.sg/elderfund](https://go.gov.sg/elderfund) 



## Penjagaan MediSave

- Membolehkan Warga Singapura dan Penduduk Tetap berusia 30 tahun ke atas yang mengalami ketidakupayaan teruk untuk mengeluarkan wang tunai setiap bulan bagi keperluan penjagaan jangka panjang mereka.
- Pengeluaran sehingga \$200 (secara keseluruhan) boleh dibuat dari akaun MediSave mereka sendiri dan/atau pasangan mereka, bergantung pada baki MediSave mereka.

Baki MediSave	Jumlah Pengeluaran Bulanan
\$20,000 ke atas	\$200
\$15,000 ke atas	\$150
\$10,000 ke atas	\$100
\$5,000 ke atas	\$50
Di bawah \$5,000	Tiada

CPFB: 1800 227 1188   
[www.cpf.gov.sg](http://www.cpf.gov.sg) 

MOH: 1800 222 3399   
[www.moh.gov.sg](http://www.moh.gov.sg) 

## Dana Pergerakan dan Bantuan Warga Emas

- Sokongan untuk warga Singapura yang layak berumur 60 tahun dan ke atas, untuk membantu mereka terus bergerak dan hidup berdikari.
- Subsidi untuk kos peralatan mobiliti dan alat-alat bantuan seperti kerusi roda, kerusi untuk mandi, cermin mata, alat bantuan pendengaran dan sebagainya.
- Subsidi untuk kos barangan penjagaan kesihatan di rumah, seperti susu tambahan, kateter dan sebagainya.

AIC: 1800 650 6060   
[www.aic.sg](http://www.aic.sg) 

## Geran Penjagaan di Rumah

- Penerima penjagaan layak yang sentiasa memerlukan sedikit bantuan untuk melakukan tiga atau lebih Kegiatan Kehidupan Harian\* boleh menerima bayaran tunai hingga \$400 sebulan untuk mengurangkan beban perbelanjaan penjagaan.

\* Makan, mandi, memakai pakaian, pemindahan, menggunakan tandas, berjalan atau bergerak.

AIC: 1800 650 6060   
[www.aic.sg](http://www.aic.sg) 



## Konsesi Levi Pembantu Rumah Migran (MDW)

- Keluarga boleh mendapat faedah daripada kadar levi konsesi sebanyak \$60 sebulan jika mereka menggajikan MDW untuk menjaga warga Singapura yang tinggal di rumah yang sama dan merupakan seorang:
  - Kanak-kanak di bawah 16 tahun; atau
  - Warga emas berusia sekurang-kurangnya 67 tahun; atau
  - Orang kurang upaya yang memerlukan bantuan untuk sekurang-kurangnya 1 Kegiatan Kehidupan Harian.

MOM: 6438 5122   
[www.mom.gov.sg](http://www.mom.gov.sg) 

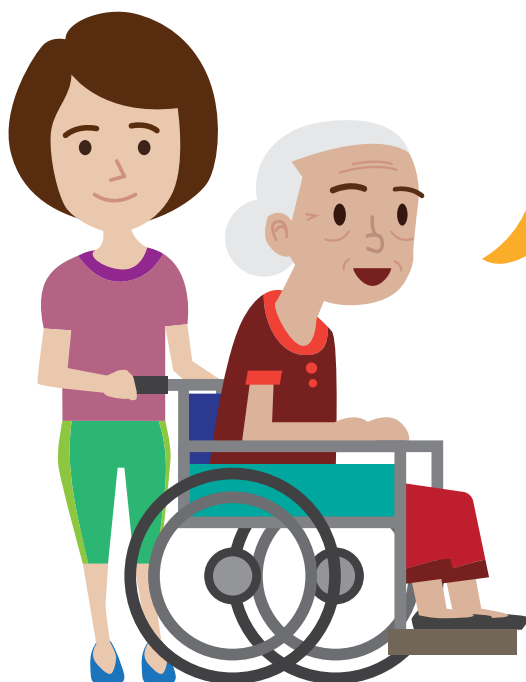
## Subsidi Pengangkutan Pengupayaan (ETS)

- Subsidi sehingga 80% untuk tambang pengangkutan bagi orang kurang upaya yang perlu menggunakan pengangkutan khusus yang disediakan oleh Agensi Perkhidmatan Sosial untuk mendapatkan perkhidmatan sekolah dan penjagaan.

SG Enable: 1800 858 5885   
[www.sgenable.sg](http://www.sgenable.sg) 

## Geran Latihan Penjaga

- Subsidi tahunan sebanyak \$200 untuk penjaga menghadiri kursus yang diluluskan supaya dapat menjaga orang tersayang dengan lebih baik.



Selain membantu warga emas yang kurang upaya, ia amat penting untuk menyokong penjaga kita. Lungsuri laman [www.aic.sg](http://www.aic.sg) untuk mendapatkan panduan lanjut, sumber-sumber berguna dan kumpulan sokongan yang terdapat dalam masyarakat.

# Tinggal Berhampiran Orang Tersayang Anda Pg 32 - 34

Rumah adalah syurga kita. Bagaimanakah kita boleh tinggal bersama atau berdekatan dengan anak-anak kita?

Anda kini boleh tinggal berhampiran orang tersayang melalui skim-skim ini:

- Skim Keutamaan Keluarga Berangkai
- Geran Perumahan Berhampiran



# RUMAH DAN KELUARGA

*Tinggal lebih dekat dengan orang-orang yang anda sayangi*

---

Warga emas yang ingin meniti usia tua dalam persekitaran yang dikenalnya atau tinggal berhampiran dengan keluarga mereka boleh memohon untuk skim-skim berikut:

### Skim Keutamaan Keluarga Berangkai

- Peruntukan keutamaan kepada anak yang sudah berkahwin dan ibu bapa mereka apabila mereka bersama-sama memohon flat di bawah projek BTO yang sama.

### Skim Flat Fleksi 2-bilik (Pajakan Pendek)

- Warga emas berumur 55 tahun dan ke atas, dengan purata pendapatan kasar bulanan isi rumah sehingga \$14,000, boleh memohon untuk pajakan jangka pendek 2 bilik flat Flexi.
- Bergantung pada usia dan keperluan anda, anda boleh memilih tempoh pajakan antara 15 hingga 45 tahun.

### Skim Keutamaan Warga Emas

- Warga emas akan dipertimbangkan untuk skim ini jika:
  - Mereka memohon flat Fleksi 2-bilik yang terletak dalam jarak 4km dari flat atau hartanah swasta anda sekarang.
  - Memohon untuk tinggal dengan ibu bapa/anak yang sudah berkahwin.
  - Ibu bapa/anak mereka yang sudah berberkahwin memiliki atau mendiami flat HDB atau hartanah swasta yang berada dalam jarak 4km dari flat yang mereka mohon.

### Geran Perumahan Berhampiran

- Sesebuah keluarga boleh menerima geran sebanyak \$30,000 jika mereka membeli flat jualan semula untuk tinggal bersama ibu bapa atau anak-anak mereka. Keluarga boleh menerima \$20,000 jika mereka membeli flat jualan semula dalam jarak 4km dari ibu bapa atau anak-anak mereka.

HDB: 6490 1111   
[www.hdb.gov.sg](http://www.hdb.gov.sg) 

### Peningkatan Bagi Warga Emas Aktif (EASE)

- Bergantung pada jenis flat mereka, keluarga-keluarga warga Singapura boleh menerima subsidi sehingga 95%, untuk menjadikan rumah mereka lebih mesra untuk warga emas.
- Warga emas yang tinggal di flat sewa akan menerima subsidi 100%.

HDB: 1800 225 5432   
[www.hdb.gov.sg/EASE-Application](http://www.hdb.gov.sg/EASE-Application) 



## Memaksimumkan Kewangan dengan Flat Anda



### Skim Beli Balik Pajak (LBS)

- Nikmati nilai flat anda sambil terus tinggal di dalamnya dengan menjual sebahagian daripada tempoh pajak flat anda kepada HDB.
- Pemilik rumah warga emas berusia 65 tahun dan ke atas, dengan pendapatan bulanan keluarga sehingga \$14,000 mungkin layak.
- Hasil daripada penjualan sebahagian daripada tempoh pajak flat anda akan digunakan untuk menokok Akaun Persaraan CPF (RA) anda. Anda kemudian boleh menggunakan simpanan CPF RA anda untuk menyertai CPF LIFE yang akan memberikan anda pendapatan bulanan seumur hidup.
- Pemilik rumah yang layak boleh menerima bonus LBS sehingga \$30,000, bergantung pada saiz flat.

HDB: 1800 225 5432   
[www.hdb.gov.sg/lbs](http://www.hdb.gov.sg/lbs) 

### Bonus Perumahan untuk Warga Emas

- Terima bonus tunai sehingga \$30,000 apabila anda menokok hasil jualan flat anda sekarang atau rumah privet anda dengan Nilai Tahunan tidak melebihi \$13,000 dan seterusnya membeli flat 3 bilik atau lebih kecil, ke dalam Akaun Persaraan CPF anda, dan sertai CPF LIFE.

HDB: 1800 225 5432   
[www.hdb.gov.sg/shb](http://www.hdb.gov.sg/shb) 



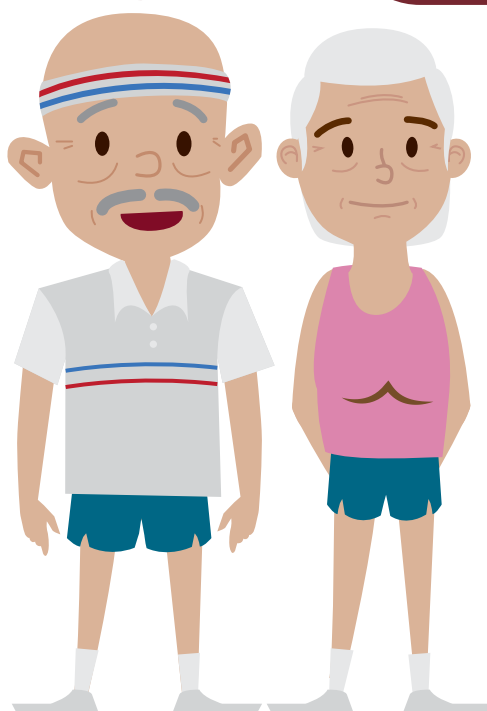
Anak-anak kami semua sudah dewasa, jadi kami tidak memerlukan flat yang terlalu besar. Berpindah ke flat yang lebih kecil boleh memberi kami wang tunai tambahan yang kami perlukan selepas bersara!

# Regangkan Minda Dan Tubuh Anda Pg 35 - 36

Bagaimanakah kita boleh menjaga minda dan badan kita agar sentiasa aktif?

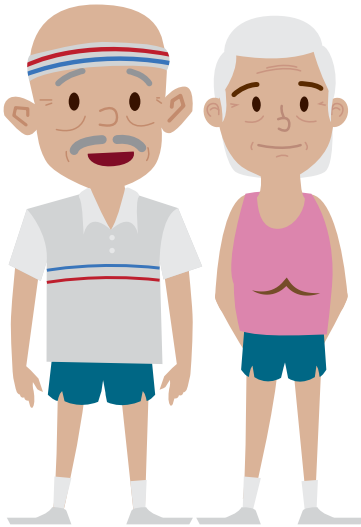
Warga emas boleh kekal aktif dengan beberapa program ini:

- Akademi Kebangsaan bagi Warga Senja (NSA)
- Akademi Warga Emas PA
- Warga Emas ActiveSG



## KEKAL AKTIF

*Regangkan minda dan tubuh anda*



Kami kini dalam usia emas, tetapi merasa lebih cergas dan lebih muda di hati. Berilah kami beberapa idea, anak muda, mengenai **kegiatan-kegiatan** yang boleh kami lakukan!

Idea adalah apa yang saya ada! Pilihlah dari pelbagai kegiatan seperti bersenam di gim dan mempelajari kemahiran baru.



### Akademi Kebangsaan bagi Warga Senja

- Membolehkan individu yang berusia 50 tahun ke atas mengikuti pembelajaran sepanjang hayat dalam bidang-bidang yang mereka minati termasuk yang berkaitan dengan gerontologi, media, reka bentuk, kewangan, IT, ilmu kemanusiaan, dan seni.
  - Kursus-kursus bersubsidi ini ditawarkan oleh institusi pendidikan pos menengah (ITE, politeknik, universiti, dan institusi seni) dan organisasi berasaskan masyarakat.

**Akademi Kebangsaan bagi Warga Senja: 6478 5029** 

[www.nsa.org.sg](http://www.nsa.org.sg) 

### Akademi Warga Emas PA

- Warga emas berusia 50 tahun ke atas boleh menikmati kursus-kursus yang dimampui dalam bidang IT, pertolongan cemas, kecergasan, memasak, pelbagai kraf dan banyak lagi di balai rakyat.

**Hubungi Kelab Masyarakat anda yang terdekat** 

[www.pa.gov.sg](http://www.pa.gov.sg) 

### Warga Emas ActiveSG

- Warga emas boleh menikmati lawatan tanpa had ke gim dan kolam renang dengan MyActiveGym™ & MyActiveSwim™ di kesemua gim dan kompleks renang ActiveSG pada harga dimampui.

**Majlis Sukan Singapura: 6345 7111** 

[www.myactivesg.com](http://www.myactivesg.com) 





# NOMBOR TALIAN YANG BERGUNA

<b>AIC</b> (Agensi Penjagaan Bersepadu)	1800 650 6060	<a href="http://www.aic.sg">www.aic.sg</a>
<b>CHAS</b> (Skim Bantuan Kesihatan Masyarakat)	1800 275 2427	<a href="http://www.chas.sg">www.chas.sg</a>
<b>CPF</b> (Lembaga Tabung Simpanan Pekerja)	1800 227 1188	<a href="http://www.cpf.gov.sg">www.cpf.gov.sg</a>
• Talian Ihsan Senja		<a href="http://www.cpf.gov.sg/sss">www.cpf.gov.sg/sss</a>
• Skim Tambahan Pendapatan Daya Kerja	1800 227 1188	<a href="http://www.cpf.gov.sg/wis">www.cpf.gov.sg/wis</a>
<b>HDB</b> (Lembaga Perumahan & Pembangunan)	6490 1111	<a href="http://www.hdb.gov.sg">www.hdb.gov.sg</a>
• Peningkatan bagi Warga Emas Aktif (EASE)	1800 225 5432	<a href="http://www.hdb.gov.sg/EASE-application">www.hdb.gov.sg/EASE-application</a>
• Skim Beli Balik Pajakan	1800 225 5432	<a href="http://www.hdb.gov.sg/lbs">www.hdb.gov.sg/lbs</a>
• Bonus Perumahan untuk Warga Emas	1800 225 5432	<a href="http://www.hdb.gov.sg/shb">www.hdb.gov.sg/shb</a>
• Rebat S&CC	1800 866 3078	
<b>HPB</b> (Lembaga Penggalakan Kesihatan)	1800 225 4482	<a href="http://www.hpb.gov.sg">www.hpb.gov.sg</a>
<b>IRAS</b> (Penguasa Hasil Mahsul Singapura)	1800 356 8300	<a href="http://www.iras.gov.sg">www.iras.gov.sg</a>
<b>MOF</b> (Kementerian Kewangan)	1800 222 2888	<a href="http://www.mof.gov.sg">www.mof.gov.sg</a>
• Pasukan Baucar GST		<a href="http://www.gstvoucher.gov.sg">www.gstvoucher.gov.sg</a>
• Skim-Skim Sokongan Lain		<a href="http://www.supportgowhere.gov.sg">www.supportgowhere.gov.sg</a>
<b>MOH</b> (Kementerian Kesihatan)	6325 9220	<a href="http://www.moh.gov.sg">www.moh.gov.sg</a>
• MediShield Hayat	1800 222 3399	<a href="http://www.medishieldlife.sg">www.medishieldlife.sg</a>
• CareShield Hayat	1800 222 3399	<a href="http://www.careshieldlife.gov.sg">www.careshieldlife.gov.sg</a>
• Pakej Generasi Merdeka	1800 222 2888	<a href="http://go.gov.sg/mgpackage">go.gov.sg/mgpackage</a>
• Pakej Generasi Perintis	1800 222 2888	<a href="http://go.gov.sg/pgpackage">go.gov.sg/pgpackage</a>
<b>MOM</b> (Kementerian Tenaga Manusia)	6438 5122	<a href="http://www.mom.gov.sg">www.mom.gov.sg</a>
<b>MOT</b> (Kementerian Pengangkutan)	6270 7988	<a href="http://www.mot.gov.sg">www.mot.gov.sg</a>
<b>MSF</b> (Kementerian Pembangunan Sosial dan Keluarga)	6355 6388	<a href="http://www.msf.gov.sg">www.msf.gov.sg</a>
• ComCare	1800 222 0000	<a href="http://www.msf.gov.sg/comcare">www.msf.gov.sg/comcare</a>
<b>NSA</b> (Akademi Kebangsaan bagi Warga Senja)	6478 5029	<a href="http://www.nsa.org.sg">www.nsa.org.sg</a>
<b>NTUC</b> (Kongres Kesatuan Sekerja Kebangsaan)	6213 8008	<a href="http://www.ntuc.org.sg">www.ntuc.org.sg</a>
<b>SG Enable</b>	1800 858 5885	<a href="http://www.sgenable.sg">www.sgenable.sg</a>
<b>SimplyGo</b>	1800 225 5663	<a href="http://www.simplygo.com.sg">www.simplygo.com.sg</a>
<b>SP Group</b>	6671 7117	<a href="http://www.spgroup.com.sg">www.spgroup.com.sg</a>
<b>Majlis Sukan Singapura</b>	6345 7111	<a href="http://www.myactivesg.com">www.myactivesg.com</a>
<b>SSG</b> (SkillsFuture Singapura)	6785 5785	<a href="http://www.skillsfuture.sg">www.skillsfuture.sg</a>
<b>WSG</b> (Agensi Tenaga Kerja Singapura)	6883 5885	<a href="http://www.wsg.gov.sg">www.wsg.gov.sg</a>
• Skim Sokongan Kemahiran Daya Kerja	1800 536 8333	<a href="http://go.gov.sg/wss-scheme">go.gov.sg/wss-scheme</a>

Maklumat telah disusun oleh Divisyen Penglibatan Rakyat & Pemerintah, Persatuan Rakyat (PA). Untuk maklumat lanjut, sila hubungi agensi-agensi berkaitan seperti yang disenaraikan di atas.

