

**Бережіть себе та своїх
близьких!**



**Навчально-методичний центр
цивільного захисту та безпеки
життєдіяльності
Кіровоградської області**

**ЯК ОРГАНІЗУВАТИ
БЕЗПЕЧНИЙ ПОБУТ У ТЕМРЯВІ**



м. Кропивницький

Наша адреса:

Україна, 25009, Кіровоградська область,
місто Кропивницький,
вул. Княгині Ольги, будинок 2
тел. 0522 330 015
e-mail: nmc.kirovohrad@dsns.gov.ua
ми на сайті: nmc.dsns.gov.ua/kr



ми у Facebook:



🌧️ Через тривалі блекаути та обмеження електропостачання багато родин опинилися в умовах, коли темрява в оселі стає звичайним явищем. Проте саме в такі моменти зростає ризик побутових травм, пожеж, отруєнь чадним газом та інших надзвичайних ситуацій. Щоб уникнути небезпеки та зберегти спокій, важливо заздалегідь організувати свій побут таким чином, щоб темрява не стала загрозою.

👉 ПІДГОТУЙТЕ “КОРОБКУ БЕЗПЕКИ”

👉 Найкращий спосіб впоратися з темрявою — бути готовими до неї заздалегідь. Зберіть невеликий набір:

- 📌 Ліхтарики + запас батарейок
 - 📌 Світловідбивні жилети
 - 📌 Павербанк
 - 📌 Аптечка
 - 📌 Сірники/запальничка (на крайній випадок)
 - 📌 Радіо з батарейками
 - 📌 Запаси води та продуктів швидкого приготування
- Нехай цей комплект буде доступним для всієї родини.

👉 СВІТЛО, ЯКЕ ЗАВЖДИ ПІД РУКОЮ

👉 Перш за все, варто подбати про автономні джерела освітлення.

Найкраще використовувати:

- 📌 LED-ліхтарики, у тому числі налобні — вони звільняють руки
- 📌 Акумуляторні лампи та кемпінгові світильники

📌 Хімічні світлячки (світлодіоди, що працюють без батарей)

📌 Автономні нічники на батарейках.

!! Свічки краще використовувати лише як крайній варіант. Вони можуть спричинити пожежу, особливо якщо вдома є діти чи домашні тварини. Якщо все ж використовуєте — ставте їх лише на негорючі поверхні та подалі від тканин.

👉 ОРГАНІЗУЙТЕ “МАРШРУТ БЕЗПЕКИ” У КВАРТИРІ АБО БУДИНКУ

👉 У темряві навіть знайоме приміщення може стати небезпечним.

👉 Щоб уникнути падінь та травм:

- 📌 Приберіть зайві предмети з проходів.
- 📌 Установіть автономні світильники на датчиках руху в коридорах.
- 📌 Маркуйте сходи та пороги світловідбивними стрічками.
- 📌 Завжди тримайте ліхтарик у визначеному місці — біля входу, у спальні та біля аварійного виходу.

👉 ПОБУТОВА ТЕХНІКА ТА ОБІГРІВ: ТІЛЬКИ БЕЗПЕЧНО

👉 Під час блекаутів люди часто використовують альтернативні засоби обігріву та заряджання техніки. Важливо пам’ятати:

📌 Генератори працюють тільки на вулиці, на відстані від вікон — інакше є ризик отруєння чадним газом.

📌 Павербанки та інвертори слід заряджати лише під наглядом.

📌 Буржуйки та інші печі мають бути встановлені з дотриманням пожежних відстаней.

📌 Не використовуйте саморобні нагрівачі чи відкритий вогонь для обігріву.

!! Альтернативні джерела тепла завжди мають працювати лише у провітрюваному приміщенні.

👉 БЕЗПЕЧНИЙ ПОБУТ ДЛЯ ДІТЕЙ ТА ЛІТНІХ ЛЮДЕЙ

!! Саме ці групи найбільш вразливі. Подбайте про:

- 📌 Яскраві флікери та світловідбивачі на одязі, якщо вони пересуваються в темряві.
- 📌 Домашні ліхтарики, які легко вмикаються.
- 📌 Заборону доступу до небезпечних приладів та свічок.
- 📌 М’яке підсвічування у нічний час на шляхах до ванни чи кухні.

👉 Блекаут — це виклик, але не катастрофа. Якщо заздалегідь організувати безпечний побут, подбати про освітлення, не перевантажувати електромережу та уникати небезпечних способів обігріву, темрява не застигне зненацька.

👤 А головне — підтримуйте зв’язок з рідними та сусідами. У темні часи найбільше світить людська взаємодопомога