ЗБЕРІГАЙТЕ ТЕПЛО ПІД ЧАС ВІДКЛЮЧЕНЬ

1. ЗБЕРІТЬСЯ ВСІЄЮ РОДИНОЮ В ОДНІЙ НАЙТЕПЛІШІЙ КІМНАТІ та тримайте двері в інші приміщення зачиненими. Закрийте щілини під дверима тканиною, щоб зберегти тепло.

2. УТЕПЛІТЬ ВІКНА ШТОРАМИ, КОВДРАМИ ЧИ ТЕРМОПЛІВКОЮ. Для додаткової теплоізоляції покладіть ізолон (будівельний утеплювач) під матрац або спальне місце фольгованим боком догори.



3. ОДЯГАЙТЕСЯ ВДОМА БАГАТОШАРОВО (термобілизна, фліс, вільний верхній одяг). Для сну використовуйте окремий комплект сухого теплого одягу, одягайте шапку та теплі шкарпетки.

4. ПРОВІТРЮЙТЕ ПРИМІЩЕННЯ 2–3 ХВИЛИНИ КОЖНІ КІЛЬКА ГОДИН. Це допоможе уникнути надмірної вологості в оселі без значної втрати тепла.

ЗИМОВА ПІДТРИМКА | Кабінет Міністрів України | ДСНС УКРАЇНИ | unicef для кожної дитини

У РАЗІ НАДЗВИЧАЙНОЇ СИТУАЦІЇ ТЕЛЕФОНУЙТЕ 101!