

Chroń swój dom: Lista kontrolna dotycząca zdrowych warunków mieszkaniowych

Zagrożeniom w naszych domach można zapobiegać. Niniejsza lista kontrolna pomaga określić i wyeliminować zagrożenia w domu. Dowiedz się więcej na ten temat oraz poznaj inne sposoby zapewniania bezpieczeństwa w domu na stronie nyc.gov/health/healthyhomes.

Czy ten rodzaj zagrożenia dotyczy Twojego domu?

Jeżeli Twoja odpowiedź brzmi tak, możesz temu zaradzić:



Farby na bazie ołowiu: ołów to bardzo szkodliwy metal, który może powodować poważne problemy zdrowotne. Ołów jest trującą często wchodzącą w skład starych farb. Odpryski oraz pył pochodzący z farb ołowiowych mogą wywołać u Twojego dziecka zatrucie. Jeżeli Twój budynek powstał przed rokiem 1960 (lub w latach 1960–1978, a jego właściciel wie, że jego ściany są pokryte farbą ołowiową), dokładnie oglądaj swoje ściany, parapety oraz inne powierzchnie, aby ustalić, czy powłoka farby się nie łuszczy albo nie jest w żaden sposób uszkodzona.

Czy w Twoim domu znajdują się łuszczące się lub uszkodzone powierzchnie pokryte farbą **oraz** czy wychowujesz dziecko poniżej 6 roku życia, które spędza z Tobą w domu regularnie ponad 10 godzin tygodniowo?

Nie **Tak**

- Zgłoś łuszczącą się farbę właścicielowi budynku. Jeśli właściciel budynku nie pomaluje ścian albo uważasz, że remont przebiega w sposób niezapewniający bezpieczeństwa, zadzwoń pod numer **311**, aby zlecić bezpłatną inspekcję.
- Często myj podłogi, parapety okienne, ręce i zabawki.
- Zdejmuj buty, zanim wejdziesz do domu.
- Przypomnij swojemu dostawcy opieki zdrowotnej, aby przeprowadził u Twojego dziecka testy pod kątem zatrucia ołowiem, jeżeli jest ono w wieku 1–2 lata, i zapytaj o możliwość przeprowadzenia testów u starszych dzieci. Zadzwoń pod numer **311**, aby znaleźć usługodawcę opieki zdrowotnej.



Ołów z innych źródeł: niektóre artykuły spożywcze, przyprawy, lekarstwa, ceramika, proszki stosowane jako kosmetyki w tradycjach różnych kultur, zabawki oraz biżuteria czy amulety pochodzące z różnych części świata mogą charakteryzować się wysoką zawartością ołowiu. Produkty, na które należy uważać, są wymienione na stronie nyc.gov/hazardousproducts. Ołów można również znaleźć w instalacjach wodno-kanalizacyjnych montowanych przed rokiem 1961 lub naprawianych przed rokiem 1987.

Czy używasz produktów spożywczych, przypraw, lekarstw, naczyń, kosmetyków, zabawek, biżuterii lub amuletów pochodzących z innych krajów?

Nie **Tak**

- Nie używaj produktów pochodzących z innych krajów, które mogą zawierać ołów, takich jak określone produkty spożywcze, przyprawy, lekarstwa, naczynia, kosmetyki, zabawki oraz biżuteria lub amulety.
- Do picia i gotowania używaj wyłącznie zimnej wody z kranu. Przed nabraniem wody do naczynia pozostaw odkręcony kran na co najmniej 30 sekund do momentu, aż temperatura wody wyraźnie spadnie.

Lub

Czy w Twoim budynku znajduje się instalacja wodno-kanalizacyjna (zamontowana przed rokiem 1961 lub naprawiana przed rokiem 1987)?

Nie **Tak**

- Zadzwoń pod numer **311**, aby uzyskać darmowe testy wody pitnej na obecność ołowiu.



Pleśń: pleśń może mieć wiele różnych kolorów takich jak szary, czarny, zielony, żółty lub pomarańczowy. Narażenie na działanie pleśni może powodować reakcje alergiczne, a także ataki astmy. Należy regularnie sprawdzać wilgotne miejsca, takie jak łazienka, piwnica oraz okolice starych parapetów, ponieważ to właśnie tam najczęściej pojawia się pleśń.

Czy na ścianach, podłogach, sufitach lub jakichkolwiek innych powierzchniach w Twoim domu znajduje się pleśń (wyraźne plamy w kolorze innym niż oryginalny kolor powierzchni)?

Nie **Tak**

- Zgłaszaj właścicielowi budynku wszelkie wycieki z instalacji wodno-kanalizacyjnej, problemy z wilgocią i widoczną pleśń. Wszyscy właściciele nieruchomości muszą w bezpieczny sposób usuwać pleśń występującą wewnątrz mieszkań oraz w sposób bezpieczny rozwiązywać problemy, które prowadzą do powstawania pleśni. Jeśli problem nie zostanie rozwiązany, zadzwoń pod numer **311**.

Lub

Czy w Twoim domu występują problemy z wyciekami wody lub panuje w nim nadmierna wilgoć?

Nie **Tak**

- Usuwać nierozległe ślady pleśni ze ścian lub innych twardych powierzchni za pomocą wody oraz detergentów.
- Zapewnij dobrą cyrkulację powietrza w pomieszczeniach o podwyższonej wilgotności (na przykład w łazience oraz kuchni), otwierając okna lub uruchamiając wentylatory.
- Używaj osuszaczy, aby zmniejszyć poziom wilgotności w domu.



Szkodniki: karaluchy oraz myszy mogą zanieczyszczać produkty spożywcze, uszkadzać sprzęty domowe oraz zaostrzać objawy astmy oraz alergii. Sprawdzaj, czy szkodniki nie pojawiają się w miejscach, w których przechowujesz jedzenie oraz wodę, takich jak kuchnia i łazienka.

Czy w Twoim domu występują karaluchy, myszy lub ich odchody albo ślady żucia?

Nie **Tak**

- Zgłaszaj właścicielowi budynku problemy ze szkodnikami oraz warunki, które te szkodniki przyciągają – takie jak wycieki wody, pęknięcia oraz dziury w ścianach i podłogach oraz nieład w przestrzeniach ogólnodostępnych. Jeśli problem nie zostanie rozwiązany, zadzwoń pod numer **311**.
- Dbaj o to, aby Twój dom był czysty i suchy, w szczególności kuchnia.
- Żywność przechowuj w zamkniętych pojemnikach.
- Nie doprowadzaj do zagracaenia przestrzeni.
- Śmieci przechowuj w zamkniętych workach lub pojemnikach i codziennie wynoś z domu.
- Nigdy nie używaj w domu dymiących, wybuchowych lub wysoce toksycznych środków przeciwko szkodnikom, takich jak Sniper DDVP, Tres Pasitos, Chinese Chalk lub proszek Tempo. Środki przeciwko szkodnikom powinny być stosowane w sposób bezpieczny i wyłącznie zgodnie z instrukcją podaną na opakowaniu.

Czy ten rodzaj zagrożenia dotyczy Twojego domu?

Jeżeli Twoja odpowiedź brzmi tak, możesz temu zaradzić:



Balustrady okienne: odpowiednio zainstalowane balustrady okienne chronią dzieci przed śmiercią oraz poważnymi obrażeniami, a nawet upadkiem z wysokości pierwszego piętra. Ekran okienne nie zastępują balustrad okiennych.

Czy Twój dom nie jest wyposażony w balustrady okienne **oraz** czy masz dziecko w wieku poniżej 11 lat, które z Tobą mieszka lub spędza czas w Twoim domu?

Nie Tak

- Jeżeli mieszkasz z Tobą dziecko poniżej 11 roku życia i w Twoim budynku znajdują się więcej niż trzy lokale mieszkalne:
 - Konieczne jest zainstalowanie balustrad okiennych lub ograniczników we wszystkich oknach, w tym oknach przesuwanych, z wyjątkiem okien pełniących funkcję wyjść przeciwpożarowych.
 - Właściciel budynku musi trwale i w sposób bezpieczny przymocować do odpowiednich okien jednostki klimatyzacyjne.
 - Poproś właściciela budynku o instalację balustrad okiennych. Twój właściciel budynku, nie Ty, jest zobowiązany instalować oraz naprawiać balustrady okienne.
- Zadzwoń pod numer **311**, jeżeli Twój właściciel budynku nie zainstalował w nim brakujących balustrad okiennych.
- Możesz poprosić o instalację balustrad okiennych, nawet jeżeli nie mieszkasz z Tobą dziecko poniżej 11 roku życia.



Czujniki dymu oraz tlenku węgla: tlenek węgla to bezbarwny i bezzapachowy gaz, którego nadmiar może powodować choroby oraz śmierć. Wykrywacze dymu oraz tlenku węgla ratują życie poprzez wczesne ostrzeżenie o zagrożeniu pożarem oraz niebezpiecznie wysokim poziomie dymu lub tlenku węgla w Twoim domu.

Czy w Twoim domu nie ma czujników dymu lub tlenku węgla **lub** są one uszkodzone lub nie działają?

Nie Tak

- Poproś właściciela swojego budynku o zainstalowanie czujników dymu i tlenku węgla w pobliżu pomieszczeń sypialnych. Właściciele budynków są zobowiązani zainstalować co najmniej jeden zatwierdzony oraz sprawny czujnik dymu oraz tlenku węgla w każdym lokalu mieszkalnym. Jeżeli Twój właściciel tego nie zrobił, zadzwoń pod numer **311**.
- Sprawdzaj, czy czujnik jest sprawny, co najmniej raz na sześć miesięcy, i wymieniaj jego baterie. Najemcy są odpowiedzialni za konserwację czujników.
- Wymieniaj czujniki dymu i tlenku węgla na nowe raz na 10 lat, w zależności od modelu. Sprawdzaj datę produkcji umieszczoną na czujniku.



Substancje trujące w domu: substancje trujące w przypadku połknięcia, wylania, rozpryskania, dotknięcia lub dostania się do naszych dróg oddechowych mogą powodować choroby. Zadbaj o odpowiednie przechowywanie i zabezpieczenie substancji trujących, które znajdują się w Twoim domu.

Czy jakiegokolwiek środki czyszczące, proszki i tabletki do prania, lekarstwa, pestycydy lub trutki na szczury znajdują się w zasięgu dzieci lub zwierząt domowych?

Nie Tak

- Przechowuj wszystkie środki chemiczne, produkty czyszczące oraz lekarstwa poza zasięgiem dzieci w zamykanych na klucz szafkach oraz pojemnikach.
- Przechowuj wszelkie środki czyszczące oraz lekarstwa w oryginalnych opakowaniach oznakowanych nieuszkodzoną etykietą.
- Nigdy nie przechowuj produktów spożywczych razem z produktami nieprzeznaczonymi do spożycia.
- Używaj do przechowywania środków czyszczących pojemników wyposażonych w zabezpieczenia chroniące je przed otwarciem przez dzieci i sprawdzaj, czy są odpowiednio zamykane.
- Umieszczaj rośliny doniczkowe poza zasięgiem dzieci. Sprawdzaj, które rośliny doniczkowe mogą być trujące dla dzieci i zwierząt domowych. Umieszczaj na doniczkach z roślinami etykiety z ich nazwą. Wybieraj do domu rośliny nietrujące.
- Zapisz sobie w telefonie komórkowym numer Centrum Kontroli Zatruc NYC (NYC Poison Center) (212-764-7667). Wielu niebezpieczeństw związanych z kontaktem z substancjami trującymi w naszym domu możemy zapobiegać sami. Zadzwoń do Centrum Kontroli Zatruc NYC, kiedy tylko uznasz, że mogło dojść do kontaktu z substancją trującą.

Zasoby

- Zgłoś problem dotyczący konserwacji budynku jego właścicielowi. Jeśli problem nie zostanie rozwiązany, zadzwoń pod numer **311**.
 - Aby zgłosić problem dotyczący konserwacji budynku, mieszkańcy obszaru należącego do Urzędu Mieszkalnictwa NYC (NYC Housing Authority, NYCHA) powinni dzwonić do centrum kontaktów z klientami Centrum Obsługi ds. Konserwacji (Maintenance Customer Contact Center) NYCHA pod numer 718-707-7771.
- W celu uzyskania dodatkowych informacji na temat zapewnienia odpowiedniego bezpieczeństwa w domu oraz zdrowia domowników odwiedź stronę nyc.gov/health/healthyhomes, wyślij wiadomość e-mail na adres healthyhomesecp@health.nyc.gov lub zadzwoń pod numer 646-632-6023.
- W ramach programu Healthy Neighborhoods (HNP) przeprowadzane są darmowe kontrole mieszkań pod kątem zagrożeń dla dzieci oraz dorosłych cierpiących na astmę. W celu uzyskania dodatkowych informacji odwiedź stronę nyc.gov/health i wyszukaj słowa kluczowe „HNP” lub zadzwoń pod numer telefonu 646-632-6023.
- Zadzwoń do Centrum Kontroli Zatruc NYC pod numer 212-764-7667, aby uzyskać darmową poradę dotyczącą leczenia zatruc oraz informacje dotyczące bezpiecznego przechowywania substancji niebezpiecznych oraz leków. Centrum Kontroli Zatruc zapewnia możliwość rozmowy z wykwalifikowanymi farmaceutami oraz pielęgniarkami 24 godziny na dobę, siedem dni w tygodniu. Wszystkie połączenia są bezpłatne i poufne. Zapewniamy usługi tłumaczeniowe.