Bezpieczny Dom - ochrona przed pożarem, czadem i gazem

Broszura wydana na potrzeby projektu “Bezpieczny i aktywny senior w Grudziądzu



Stowarzyszenie POKOLENIE

KOMITET DO SPRAW POŻYTKU PUBLICZNEGO

NIW Narodowy Instytut Wolności Centrum Rozwoju Społeczeństwa Obywatelskiego

Rządowy Program Wsparcia Organizacji Pozarządowych Moc Małych Społeczności

SFINANSOWANO ZE ŚRODKÓW NARODOWEGO INSTYTUTU WOLNOŚCI – CENTRUM ROZWOJU SPOŁECZEŃSTWA OBYWATELSKIEGO W RAMACH RZĄDOWEGO PROGRAMU WSPARCIA ORGANIZACJI POZARZĄDOWYCH MOC MAŁYCH SPOŁECZNOŚCI

Pożary i zatrucia czadem to realne zagrożenia, szczególnie dla osób starszych.



Ta broszura pomoże Ci zadbać o bezpieczeństwo w domu — prosto, konkretnie i praktycznie.

Dlaczego powstała ta broszura.

Każdego roku w Polsce dochodzi do setek pożarów i zatruć czadem — wiele z nich kończy się tragicznie.

Wiele z tych zdarzeń można było uniknąć, gdyby wcześniej podjęto proste środki ostrożności.

Ta broszura powstała, by chronić życie — Twoje i Twoich bliskich.

📌 Co znajdziesz w środku?

– Praktyczne porady, jak zapobiegać pożarom
– Informacje o zagrożeniach związanych z czadem i gazem
– Instrukcje, jak działać w sytuacji zagrożenia
– Checklisty bezpieczeństwa do samodzielnego sprawdzenia
– Rekomendacje dotyczące czujników i sprzętu ochronnego

👥 Dla kogo jest ta broszura?

– Dla seniorów i ich rodzin
– Dla opiekunów osób starszych
– Dla każdego, kto chce zadbać o bezpieczeństwo w domu

Nie musisz być ekspertem — wystarczy chęć, by zadbać o siebie i innych.

🛡️ Nasza misja

Bezpieczeństwo zaczyna się od wiedzy.

Chcemy, by ta broszura była prosta, zrozumiała i skuteczna — by każdy mógł z niej skorzystać.

Co to jest czad i gaz?

Warto wiedzieć:
W Polsce rocznie dochodzi do **kilkuset zatruć czadem** — wiele z nich kończy się tragicznie.

Czym jest czad?



Czad, czyli tlenek węgla (CO), to gaz:

- bezbarwny
- bezwonny
- bezsmakowy
- silnie trujący

Powstaje przy **niepełnym spalaniu** paliw — gazu, węgla, drewna, oleju opałowego. Może wydobywać się z niesprawnych piecyków gazowych, kominków, kotłów, a nawet z samochodów w zamkniętym garażu.

Dlaczego jest groźny?
Czad blokuje dopływ tlenu do organizmu. Wdychany przez człowieka może prowadzić do:
utraty przytomności
uszkodzenia mózgu
śmierci — nawet w ciągu kilku minut

Czym jest gaz ziemny?
Gaz ziemny to paliwo używane w kuchenkach, piecykach i ogrzewaniu.
Ma zapach dodany sztucznie (merkaptan), by łatwiej go wykryć.
W przypadku nieszczelności może:
wywołać wybuch
spowodować zatrucie
doprowadzić do pożaru
Typowe źródła zagrożenia:
stare instalacje gazowe
niedrożna wentylacja
nieprawidłowo użytkowane urządzenia

Fakty i liczby
W Polsce rocznie dochodzi do ponad **1000** przypadków zatrucia czadem
Wiele z nich kończy się hospitalizacją lub śmiercią
Gazowe eksplozje w budynkach mieszkalnych zdarzają się kilka razy w roku

Co możesz zrobić już dziś?
Sprawdź, czy masz czujnik czadu i gazu
Upewnij się, że kratki wentylacyjne nie są zasłonięte
Zleć przegląd instalacji gazowej
Nigdy nie ignoruj zapachu gazu — nawet jeśli wydaje się słaby

Objawy zatrucia czadem

Dlaczego czad jest tak niebezpieczny?

Czad (tlenek węgla) jest gazem, którego nie da się wyczuć — nie ma zapachu, koloru ani smaku.

Wdychany przez człowieka blokuje dopływ tlenu do organizmu, co prowadzi do zatrucia, utraty przytomności, a nawet śmierci.



Zatrucie może nastąpić bardzo szybko, szczególnie w małych, zamkniętych pomieszczeniach.

Typowe objawy zatrucia czadem

Rozpoznanie objawów jest kluczowe. Jeśli zauważysz u siebie lub bliskiej osoby:

- Ból głowy
- Nudności lub wymioty
- Zawroty głowy
- Osłabienie, senność
- Przyspieszone tętno
- Zaburzenia świadomości



Nie ignoruj tych sygnałów!

Objawy mogą przypominać grypę lub przemęczenie, ale w zamkniętym pomieszczeniu z piecykiem gazowym mogą oznaczać zatrucie.

🆘 **Co robić w razie podejrzenia zatrucia?**

1. Natychmiast otwórz okna – zapewnij dopływ świeżego powietrza
2. Opuść pomieszczenie – wyjdź na zewnątrz
3. Zadzwoń po pomoc – 📞 112 lub 📞 998
4. **Nie wracaj do środka – dopóki służby nie potwierdzą bezpieczeństwa**
5. Udziel pierwszej pomocy – jeśli ktoś stracił przytomność, ułóż go w pozycji bocznej

❗ **Czad działa podstępnie — nie daje ostrzeżenia.**
Dlatego czujnik czadu to nie luksus, tylko konieczność. ❗

Jak zapobiegać pożarom

Pożar może zacząć się od drobiazgu
Wystarczy chwila nieuwagi:
– garnek na gazie,
– niedopałek papierosa,
– przeciążony przedłużacz.
Dlatego warto znać i stosować proste zasady, które znacząco zmniejszają ryzyko pożaru w domu.



Codzienne zasady bezpieczeństwa
W kuchni:
– Nie zostawiaj gotujących się potraw bez nadzoru
– Trzymaj ręczniki i ściereczki z dala od palników
– Nie susz ubrań nad kuchenką
– Używaj sprawnych urządzeń elektrycznych
W salonie i sypialni:
– Nie pal papierosów w łóżku ani w fotelu
– Nie zostawiaj świec bez nadzoru
– Używaj świeczników stabilnych i niepalnych
– Wyłącz urządzenia elektryczne przed snem
W całym domu:
– Nie przeciążaj gniazdek i przedłużaczy
– Regularnie sprawdzaj stan instalacji elektrycznej
– Trzymaj zapałki i zapalniczki poza zasięgiem dzieci
– Nie blokuj dróg ewakuacyjnych

Sprzęt, który warto mieć



Gaśnica

Koc gaśniczy





Czujnik dymu

Pożar rozwija się szybko — czas reakcji to często kilkadziesiąt sekund. Lepiej zapobiegać niż ratować.

Objawy zatrucia czadem

Gaz w domu – wygoda i ryzyko

Gaz ziemny to jedno z najczęściej używanych źródeł energii w polskich domach. Zasilamy nim kuchenki, piecyki łazienkowe, ogrzewanie.

Ale nieprawidłowe użytkowanie może prowadzić do wycieku, zatrucia, a nawet wybuchu.

W kuchni – zasady bezpieczeństwa

Zawsze sprawdzaj, czy palniki są wyłączone po gotowaniu

Nie zostawiaj garnków bez nadzoru — szczególnie przy smażeniu

Trzymaj łatwopalne materiały (ręczniki, papier, plastik) z dala od kuchenki

Nie susz ubrań nad kuchenką gazową

Regularnie czyść palniki i sprawdzaj ich działanie





W łazience – piecyk gazowy pod kontrolą

Piecyk powinien być serwisowany co najmniej raz w roku

Nie zasłaniaj kratek wentylacyjnych — to może prowadzić do gromadzenia czadu

Wietrz łazienkę po kąpieli — szczególnie jeśli jest mała i bez okna

Nie używaj piecyka, jeśli wyczuwasz zapach gazu

Zwracaj uwagę na kolor płomienia — powinien być niebieski, nie żółty

Czujniki czadu i gazu

Dlaczego warto mieć czujnik?
Czujniki to najprostszy i najskuteczniejszy sposób, by chronić siebie i bliskich przed niewidzialnym zagrożeniem.
Działają 24 godziny na dobę i alarmują zanim będzie za późno.

Czad i gaz są podstępne:

czad jest bezwonny i bezbarwny
gaz ziemny może ulatniać się powoli i niezauważalnie
objawy zatrucia często pojawiają się zbyt późno

🔍 **Jak działa czujnik?**
Reaguje na obecność gazu lub czadu w powietrzu
Wydaje głośny sygnał dźwiękowy (nawet 85 dB)
Niektóre modele mają wyświetlacz z poziomem stężenia
Zasilane są bateriami lub podłączane do prądu
Uwaga: Czujnik nie zapobiega wyciekom — ale ostrzega, zanim zrobi się niebezpiecznie.

🔄 **Jak dbać o czujnik?**
– Sprawdzaj działanie raz w miesiącu (przycisk TEST)
– Wymieniaj baterie co 6–12 miesięcy
– Wymień urządzenie po 5–10 latach (zgodnie z instrukcją producenta)
– Nie maluj ani nie zakrywaj czujnika!

Gdzie zamontować czujnik?
Czujnik czadu (CO):
Na wysokości głowy (ok. 1,5 m od podłogi)
W pobliżu piecyka gazowego, kominka, kotła
Nie zasłaniaj go meblami ani zasłonami

Czujnik gazu ziemnego:
Wysoko, blisko sufitu (gaz unosi się)
W kuchni, nad kuchenką lub w jej pobliżu
Z dala od okien i wentylatorów

Czy to się opłaca?
Zdecydowanie tak.
Ceny czujników zaczynają się od 60–100 zł, a ich działanie może uratować życie.
To najlepsza inwestycja w bezpieczeństwo domowe.



Co robić w razie zagrożenia

W przypadku pożaru



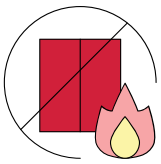
Zachowaj spokój – panika utrudnia działanie



Opuść mieszkanie natychmiast – nie szukaj rzeczy osobistych



Zamknij drzwi za sobą – ograniczysz rozprzestrzenia nie ognia



Nie używaj windy – wybierz schody

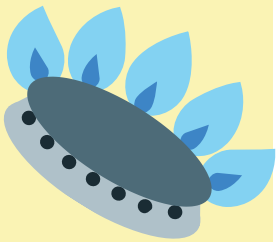


Zadzwoń po pomoc:
998 – Straż Pożarna
112 – Numer alarmowy



Nie wracaj do środka – nawet jeśli ogień wydaje się mały

W przypadku podejrzenia czadu lub gazu



1. Otwórz okna i drzwi – przewietrz pomieszczenie
2. Wyłącz źródło gazu (jeśli możesz)
3. Opuść mieszkanie – nie ryzykuj zatrucia
4. Nie używaj elektryczności – nie włączaj światła ani telefonu
5. Zadzwoń po pomoc z bezpiecznego miejsca
6. Udziel pierwszej pomocy – jeśli ktoś stracił przytomność, ułóż go w pozycji bocznej



Zasada 3P – Zapamiętaj!
Poznaj – Przewiduj – Przeciwdziałaj
– Poznaj zagrożenia i objawy
– Przewiduj sytuacje ryzyka
– Przeciwdziałaj przez czujniki, nawyki i wiedzę

Czy Twój dom jest bezpieczny?

Lista kontrolna dla Twojego bezpieczeństwa
Zaznacz, co już masz — i zobacz, co warto jeszcze wdrożyć.
To proste kroki, które mogą uratować życie.

🏠 Bezpieczeństwo w domu

[ ] Mam sprawny **czujnik czadu**
[ ] Mam sprawny **czujnik gazu**
[ ] Piecyk gazowy był serwisowany w **ostatnim roku**
[ ] Nie zasłaniam **kratek wentylacyjnych**
[ ] Wiem, jak zadzwonić po pomoc **(112 / 998)**
[ ] Mam **plan ewakuacji z mieszkania**
[ ] Trzymam **telefon komórkowy w łatwo dostępnym miejscu**
[ ] Mam numer do bliskiej osoby zapisany w widocznym miejscu

🔥 Zabezpieczenia przeciwpożarowe

[ ] Nie zostawiam gotujących się potraw bez nadzoru
[ ] Nie palę papierosów w łóżku ani w fotelu
[ ] Używam świec tylko w stabilnych świecznikach
[ ] Nie przeciążam gniazdek i przedłużaczy
[ ] Mam w domu gaśnicę lub koc gaśniczy
[ ] Regularnie sprawdzam stan instalacji elektrycznej

💡 Dodatkowe zalecenia

[ ] Wiem, gdzie znajduje się główny zawór gazu
[ ] Wietrzę łazienkę po kąpieli
[ ] Nie suszę ubrań nad kuchenką gazową
[ ] Znam objawy zatrucia czadem
[ ] Umiem użyć gaśnicy lub wezwać pomoc

Im więcej pól zaznaczysz, tym bezpieczniejszy jest Twój dom.
Jeśli masz wątpliwości — zapytaj podczas warsztatu.

Czy Twój dom jest bezpieczny?

Wiedza to bezpieczeństwo — nie daj się zwieść pozorom!
Wiele osób uważa, że „im się to nie zdarzy".
Tymczasem pożary i zatrucia czadem najczęściej dotykają zwykłych domów, w codziennych sytuacjach.
Oto najczęstsze błędne przekonania — i fakty, które warto znać.

🟥 Mit: „Czad pachnie jak gaz – wyczuję go"
✅ **Fakt: Czad jest całkowicie bezwonny i bezbarwny — nie da się go wyczuć bez czujnika.**

🟥 Mit: „Czujnik to zbędny wydatek"
✅ **Fakt: Czujnik może uratować życie — kosztuje mniej niż tygodniowe zakupy**.

🟥 Mit: „Pożar mnie nie dotyczy – jestem ostrożny"
✅ **Fakt: Wystarczy jedna iskra, niedopałek lub przeciążony przedłużacz, by doszło do tragedii.**

🟥 Mit: „Wentylacja nie ma znaczenia – ważne, żeby było ciepło"
✅ **Fakt: Zasłonięte kratki wentylacyjne to jedna z głównych przyczyn zatrucia czadem.**

🟥 Mit: „Jak coś się stanie, zdążę zareagować"
✅ **Fakt: Czad działa szybko i podstępnie — objawy mogą pojawić się dopiero, gdy jest za późno.**

Czego jeszcze unikać?
– Ignorowania zapachu gazu
– Używania niesprawnych urządzeń
– Palenia papierosów w łóżku
– Zasłaniania czujników lub ich demontażu
– Braku planu ewakuacji

Bezpieczeństwo to nie tylko sprzęt — to świadomość, nawyki i wiedza.
Nie daj się mitom — działaj mądrze.

Kontakt i pomoc

W razie zagrożenia – numery alarmowe

📞 **998** – Straż Pożarna

📞 **112** – Numer alarmowy ogólny

📞 **999** – Pogotowie ratunkowe

📌 Zadzwoń natychmiast, jeśli:

– wyczuwasz gaz

– zauważysz ogień

– podejrzewasz zatrucie czadem

– ktoś stracił przytomność



Bezpieczny dom to nie tylko sprzęt — to świadome decyzje, dobre nawyki i wspólna odpowiedzialność.
Dziękujemy, że jesteś częścią tej zmiany.

Sprawdź swoją wiedzę!

1. Co jest główną przyczyną zatrucia czadem w domach?

Zbyt częste wietrzenie mieszkania

Zbyt wysoka temperatura w pomieszczeniu

Zasłonięte kratki wentylacyjne i niesprawne piecyki

Używanie czujnika czadu

2. Jakie urządzenie najlepiej ostrzega przed obecnością czadu w mieszkaniu?

Termometr pokojowy

Wentylator sufitowy

Czujnik czadu

Czujnik dymu

3. Co należy zrobić jako pierwsze w przypadku wyczucia zapachu gazu?

Otworzyć okna i opuścić mieszkanie

Zadzwonić do sąsiada

Zamknąć drzwi i zostać w środku

Włączyć światło, by lepiej widzie

4. Który z poniższych nawyków zwiększa ryzyko pożaru w domu?

Palenie papierosów w łóżku

Używanie świec w stabilnych świecznikach

Posiadanie planu ewakuacji

Regularne serwisowanie piecyka gazowego

5. Jaki numer należy wybrać w razie pożaru?

911

999

998

997

Jeśli odpowiedziałeś poprawnie na większość pytań — gratulacje!
Twoja wiedza to Twoja tarcza.