



## METODICKÝ MANUÁL

<b>Program č.: 7</b>	<b>Název programu:</b> Nebezpečné látky v domácnosti
<b>Tematický celek:</b> <b>Zdravé bydlení</b>	<b>Autor manuálu:</b> Bc. Eva Uličná email: eva.ulicna@szu.cz
<b>Specifikace místa konání programu:</b>	
a) Pouze uvnitř budovy*      b) <del>Venku, ale pod střechou*</del> c) <del>Venku kdekoli*</del> *nehodící se škrtněte	
<b>Prostorové nároky</b> (velikost místnosti apod.): Prostory konání úměrné počtu účastníků, kapacita max. 35 osob	
<b>Jiné nebo podrobnější požadavky:</b>	
<b>Specifikace potřebného vybavení:</b> Uveďte, jaké vybavení potřebujete, aby zajistil organizátor na místě konání akce (nábytek, dostupnost elektrických zásuvek, dostupnost tekoucí vody, zajištění toalet, dataprojektor, počítač, apod.)	
<b>Nutné vybavení:</b> Místnost vybavená přívodem elektrické energie, tekoucí vodou, k dispozici musí být sociální zařízení	
<b>Žádoucí vybavení:</b>	
<b>Specifikace personálního zabezpečení:</b> Uveďte, kolik lektorů <u>zaškolených v programu</u> je potřeba na jeho realizaci. Jeden lektor. Je – li lektorů více, mohou pomáhat u jednotlivých stolů.	
<b>Specifikace skupiny účastníků:</b> Maximální početnost skupiny, může-li být skupina smíšená (muži i ženy) apod. Skupina ideálně v počtu do 35 osob.	
<b>Specifikace časové organizace programu: (celkem 1 hodina)</b> Specifikujte časové rozložení programu. Pokud program počítá se stanovišti, uveďte jejich počet, název a příslušné časové penzum na každé stanoviště.	
1. <b>Úvod:</b> Přivítání a seznámení účastníků s cílem a průběhem programu (cca 5 minut) 2. Aktivita č. 1: Chemikálie v domácnosti (15 minut) Aktivita č. 2: Označení na obalech -víme, co znamenají? (20 minut) Aktivita č. 3: Základem je prevence - víme, jak se vyhnout rizikovým situacím? (cca 15 minut) 3. <b>Závěr:</b> Ukončení programu, poděkování, vysvětlení nejasností a dotazů (cca 5 minut) <b>Celková dotace programu je 60 minut.</b> Doplňková aktivita – nespadá do celkové dotace.	



### Specifikace požadavků na transport:

Specifikujte, jaký transport program vyžaduje, zejm. vzhledem k množství, rozměrům a povaze pomůcek (je třeba k jejich transportu na místo konání auto, vyžadují některé pomůcky k transportu chladicí boxy apod.)

K transportu je potřebný osobní automobil pro přepravu pomůcek k zajištění programu.

### Specifikace pomůcek:

Seznam pomůcek použitých v programu. Jejich podrobné použití bude popsáno dále, v rámci textu manuálu

- Karty s ukázkami chemikálií.
- „Zdravý a bezpečný domov – Domeček“
- Tužky, fixy nebo pastelky, papíry A4
- Prázdné obaly od různých chemikálií běžně používaných v domácnostech (cca 10 ks)
- Pro praktickou nepovinnou aktivitu ocet, jedlá soda, rozprašovače, voda, plachta, rukavice, ochranné zástěry.

## OSNOVA METODICKÉHO MANUÁLU

1. **Příprava místnosti a pomůcek pro realizaci programu** (časový plán cca 15 - 20 minut, nespadá do celkové doby programu)

Lektor si připraví veškeré pomůcky. Ujistí, že v případě realizace nepovinné aktivity má vše potřebné včetně ochranných pomůcek.

2. **Realizace programu** (celkový časový plán 60 minut)
  - přivítání, představení sebe a svých spolupracovníků, sdělení průběhu a cíle programu (cca 5 minut)
  - interaktivní část (cca 45-50 minut)
3. **Poděkování za účast a rozloučení s účastníky** (cca 5 minut)
  - zodpovězení případných dotazů
4. **Uklizení místnosti do původního stavu** (cca 15 - 20 minut nespadá do celkové doby programu)
  - úklid veškerých pomůcek, stolů, židlí atd.



Projekt „Efektivní podpora zdraví osob ohrožených chudobou a sociálním vyloučením“, registrační číslo CZ.03.2.63/0.0/0.0/15\_039/0009439, podpořený z OP Zaměstnanost ESF a státního rozpočtu ČR

## PODROBNÝ METODICKÝ MANUÁL

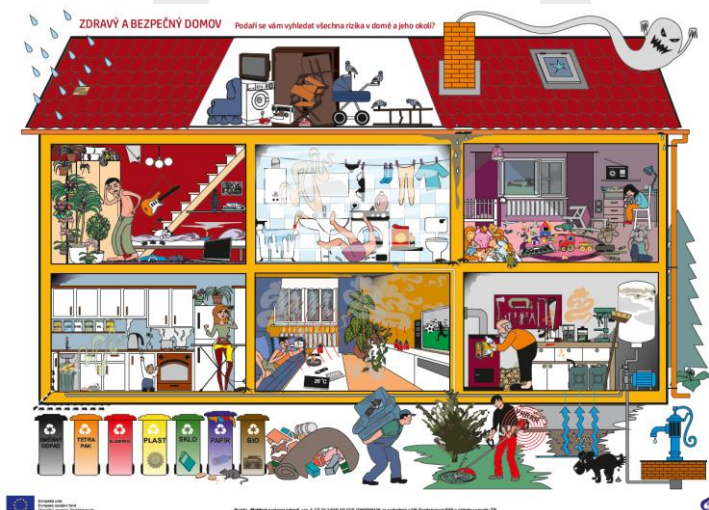
### 1. Praktický popis programu

Chemické látky a směsi (dále jen „chemikálie“) se nachází všude kolem nás. Setkáváme se s nimi v každodenním životě při běžných činnostech v domácnostech, jako je úklid nebo praní. Aktivita programu by měly být jednoduché a dobře srozumitelné, proto je vhodné přizpůsobit průběh programu individuálním schopnostem a potřebám účastníků. Některé aktivity lze upravit nebo i vynechat. V jednotlivých aktivitách se účastníci seznámí s tím, co jsou chemické látky/směsi, kde všude se v běžném životě využívají, rizika s tím spojená a jaká opatření učinit k ochraně zdraví. V doplňkové aktivitě (nepovinná) se účastníci dozvědí praktické tipy, jak na bezpečný úklid v domácnosti nebo jednoduché a levné návody na přípravu domácích čistících, které mohou využít místo drahých, kupovaných prostředků. V případě zájmu a podle možností si vyrobí vlastní domácí čistící z běžně dostupných surovin (ocet, soda, voda).

### 2. Popis jednotlivých aktivit

#### Aktivita č. 1: Chemikálie v domácnosti - víme, kde je najdeme?

**Pomůcky:** „Zdravý a bezpečný domov – Domeček“, tužky, fixy nebo pastelky, papíry, karta s ukázkou chemikálií v domácnosti



Předloha k návrhu: Daniela Jansíková, Státní zdravotní ústav, 2022



Projekt „Efektivní podpora zdraví osob ohrožených chudobou a sociálním vyloučením“, registrační číslo CZ.03.2.63/0.0/0.0/15\_039/0009439, podpořený z OP Zaměstnanost ESF a státního rozpočtu ČR

Nejprve lektor rozdává do každé dvojice pomůcku „Zdravý a bezpečný domov - Domeček“, papír a tužku. V této aktivitě se pracuje ve dvojicích, možná je i individuální nebo skupinová práce.

Lektor vysvětlí zadání aktivity, která je založena na principu známé hry „Město, zvíře, věc“.

Účastníci si rozdělí papír (A4) do 4 sloupců a do prvního sloupce napíší - Kuchyně, do druhého sloupce - Koupelna a WC, do třetího sloupce - Ostatní místnosti a do posledního sloupce - Zahrada, dílna, garáž.

Kuchyně	Koupelna, WC	Ostatní místnosti (obývací pokoj, ložnice, dětský pokoj)	Zahrada, dílna, garáž

Účastníci si nejdříve pozorně prohlédnou „Domeček“, ve kterém se ukrývají různé chemikálie. Jejich úkolem je najít je a zapsat do jednotlivých sloupců – kategorií, podle toho, kde se používají (v kuchyni, koupelně – WC, v ostatních místnostech nebo na zahradě, v dílně či garáži) a zároveň doplnit výrobky, které znají a používají, ale nejsou v „Domečku“ nakresleny. Je-li to možné, tak nepsat konkrétní značky. Pokud jsou však obecně vžité jako např. „savo“, lze to uznat. Pozor, kosmetiku jako šampony, mýdla, zubní pasty, krémy apod. neuvádět. Lektor zadá na úkol čas asi 5 minut.

Poté následuje společná kontrola, za využití „Domečku“, se postupně prochází jednotlivé místnosti. Vyhrává ta dvojice nebo skupina, která zapsala nejvíce chemických prostředků. Cílem této aktivity je uvědomit si, jaké množství chemikálií v různých formách (tekutiny, prášky, granule nebo spreje) se nachází v našich domovech. V mnoha domácnostech se zbytečně hromadí, dlouho skladují, často i po době použitelnosti. Různé výrobky se navzájem nevhodně kombinují nebo se jich používá zbytečně mnoho. Při nesprávném použití mohou chemikálie poškodit zdraví. Rizika hrozí bezprostředně např. úrazy - poleptání, otravy, alergické reakce nebo se projeví až po delší době např. některé druhy nádorů, poškození nervového nebo reprodukčního systému.<sup>1</sup>

Dokáží účastníci odhadnout, kolik se běžné domácnosti nachází různých chemikálií?

<sup>1</sup> <https://chemicalsinourlife.echa.europa.eu/>



Projekt „Efektivní podpora zdraví osob ohrožených chudobou a sociálním vyloučením“, registrační číslo CZ.03.2.63/0.0/0.0/15\_039/0009439, podpořený z OP Zaměstnanost ESF a státního rozpočtu ČR



V běžné domácnosti se běžně nachází několik desítek různých výrobků. Příklad chemikálií v běžné domácnosti, celkem asi 70 ks různých výrobků.

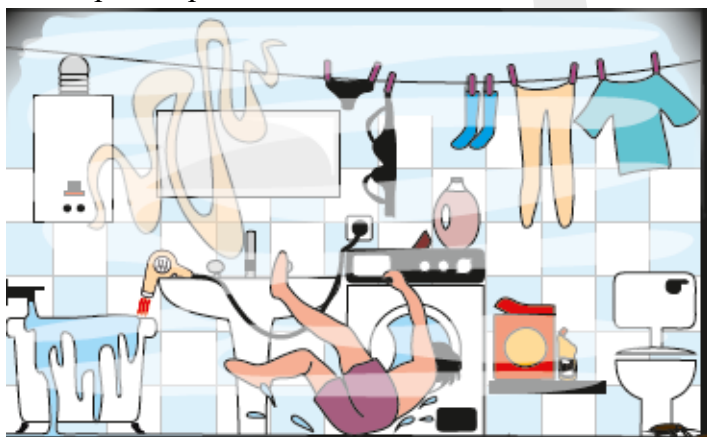
Zdroj: SZÚ 2022

**V každé domácnosti se nachází velké množství různých chemikálií, které mohou být různě nebezpečné. Rozdělují se do skupin podle rizik (bezpečnostní klasifikace).** Jedna látka může být zařazena i ve více skupinách. Kvůli ochraně obyvatel musí výrobce dokládat složení výrobků a na štítcích na obalech uvádět údaje, které jsou stanoveny právními předpisy. V další aktivitě se účastníci se obeznámí s tím, jak se obaly označují a jaké symboly se na nich nachází.

### Příklady běžně používaných v domácnostech

#### Koupelna a praní

- prací přípravky (ruční nebo praní v pračce) – gely, prášky, tablety kapsle aviváže, prostředky na máchání nebo bělení oděvů či prádla, speciální odstraňovače skvrn, čističe pračky apod.
- čističe na WC, WC bloky, speciální čističe na koupelny, sanitu, nerez, zrcadla, keramiku, kachlíky apod., čističe odpadů (Krtek), osvěžovače, prostředky na likvidaci plísní apod.



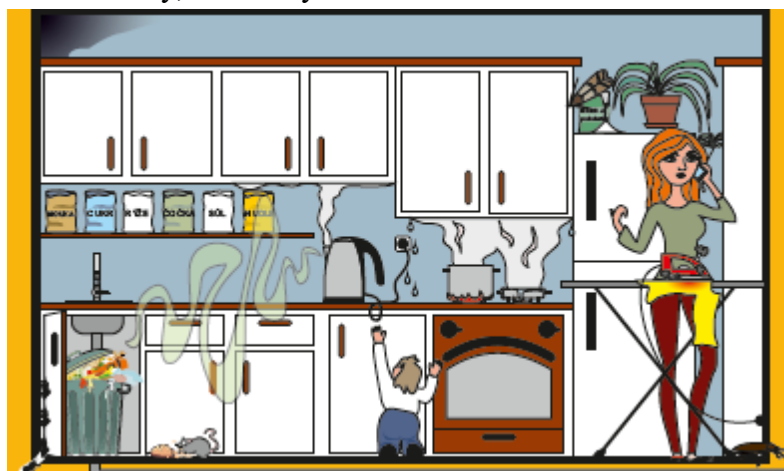
Předloha k návrhu: Daniela Jansíková, Státní zdravotní ústav, 2022



Projekt „Efektivní podpora zdraví osob ohrožených chudobou a sociálním vyloučením“, registrační číslo CZ.03.2.63/0.0/0.0/15\_039/0009439, podpořený z OP Zaměstnanost ESF a státního rozpočtu ČR

## Kuchyně

- čisticí a mycí přípravky na nádobí - ruční nebo určené do myčky na nádobí (tablety, gely, sůl, leštadlo do myčky, čističe myčky)
- čističe na různé povrchy – spreje na čištění, čističe na kuchyňské desky, sporáky, trouby, dlaždičky nebo odstraňovače vodního kamene apod.



Předloha k návrhu: Daniela Jansíková, Státní zdravotní ústav, 2022

## Ostatní místnosti (obývací pokoj, dětský pokoj, ložnice ...)

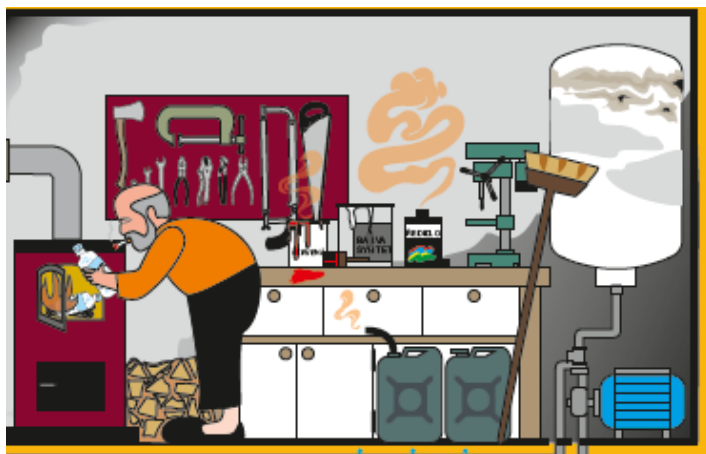
- leštěnky či spreje na nábytek, čističe na koberce, čalounění, podlahy
- různé osvěžovače vzduchu (ve formě aerosolů, oleje do aromalamp, vonné oleje apod.)



- lepidla (např. vteřinová)
- hnojiva na pokojové květiny
- dezinfekční prostředky gely, roztoky („anti-covid“)
- podpalovače „pepo“ apod.



Projekt „Efektivní podpora zdraví osob ohrožených chudobou a sociálním vyloučením“, registrační číslo CZ.03.2.63/0.0/0.0/15\_039/0009439, podpořený z OP Zaměstnanost ESF a státního rozpočtu ČR



Předloha k návrhu: Daniela Jansíková, Státní zdravotní ústav, 2022

### Zahrada, dílna, volný čas

- pohonné hmoty a motorové oleje,
- přípravky na ošetření a provoz auta - kapaliny do odšťikovačů, na ochranu laku a ochranu karoserie, šampony, leštidla
- barvy, laky, ředidla, tmely, speciální lepidla, stavební chemie... - pro kutily
- přípravky na ochranu rostlin, hnojiva... nejen pro zahrádkáře ale i k ošetřování rostlin na balkóně, v bytě
- tekuté či pevné podpalovače - do kamen nebo na gril,
- „chemie“ na hřbitov - oleje do lamp na svícení, speciální čističe na kamenné desky apod.

Po skončení aktivity si účastníci „Domeček“ ponechají pro Aktivitu č. 3.



Projekt „**Efektivní podpora zdraví osob ohrožených chudobou a sociálním vyloučením**“, registrační číslo CZ.03.2.63/0.0/0.0/15\_039/0009439, podpořený z OP Zaměstnanost ESF a státního rozpočtu ČR

## **Aktivita č. 2: Označení na obalech -víme, co znamenají?**

**Pomůcky:** prázdné obaly od výrobků běžně používaných v domácnostech cca 10-15 ks, karta s ukázkou značení

Lektor v úvodu rozdává do dvojic nebo skupin prázdné obaly od různých výrobků (gely na praní, čisticí prostředky, prostředky na nádobí apod.). Vysvětlí, že obaly chemikálií, které mohou být pro člověka nebo přírodu nebezpečné, **musí být opatřeny speciálním označením**<sup>2</sup>. Přesné znění je stanoveno zákonem a výrobci se jím musí řídit<sup>3</sup>. **Štítky na obalech chemických látek/směsí** by měly obsahovat povinné informace<sup>4</sup>. Lektor vyzve, aby účastníci si obaly dobře prohlédli a zkusili určit:

1. Co je a co podle nich znamená **výstražný symbol** na etiketě.
2. Jaké jsou **signální slova**.
3. Jaké hrozí **nebezpečí**. (**H věty**)
4. Jak bezpečně výrobek **používat a skladovat**. (**P věty**)
5. Co dělat v případě úrazu nebo otravy. Jak obal zlikvidovat. Další informace.

Poté následuje společná kontrola a výklad lektora. Lektor uvede vždy příklady a vysvětlí.

**Výstražné symboly** jsou piktogramy v červeném rámečku se symbolem uvnitř, které upozorňují na to, jakým způsobem může daná látka nebo směs poškozovat naše zdraví nebo životní prostředí. Lektor ukáže foto obalu od ředidla. Na jednom výrobku může být i více symbolů.

---

<sup>2</sup> Nařízení o klasifikaci, označování a balení látek a směsí (tzv. Nařízení CLP z angl. Classification, Labelling and Packaging). Ke každé nebezpečné látce musí výrobce doložit tzv. BEZPEČNOSTNÍ LIST.

<https://echa.europa.eu/cs/regulations/clp/understanding-clp>

<sup>3</sup> Zákon o chemických látkách a chemických směsích a o změně některých zákonů (chemický zákon) 350/2011

<sup>4</sup> <https://echa.europa.eu/cs/regulations/clp/clp-pictograms>





Projekt „Efektivní podpora zdraví osob ohrožených chudobou a sociálním vyloučením“, registrační číslo CZ.03.2.63/0.0/0.0/15\_039/0009439, podpořený z OP Zaměstnanost ESF a státního rozpočtu ČR



Zdroj: SZÚ, 2022

Výstražný symbol	Co může znamenat?
 Zdroj: SZÚ, 2022	<b>Nebezpečnost pro zdraví.</b> Může vyvolat alergickou kožní reakci. Může způsobit podráždění dýchacích cest. Způsobuje vážné podráždění očí. Dráždí kůži. Zdraví škodlivý při požití. Zdraví škodlivý při vdechování. <b>Kde se nachází:</b> prací prostředky, čističe toalet, nemrznoucí kapaliny, čisticí prostředky, lepidla apod.
 Zdroj: SZÚ, 2022	<b>Korozivní/žiravé.</b> Jedná se o žiravinu. Způsobuje vážné poškození očí. Způsobuje těžké poleptání kůže a poškození očí. Může být korozivní pro kovy. <b>Kde se nachází:</b> prostředky proti plísním, čističe odpadů apod.
 Zdroj: SZÚ, 2022	Nebezpečné pro životní prostředí. Toxický pro vodní organismy. Zabraňte uvolnění do životního prostředí. Uniklý produkt seberte. <b>Kde se nachází:</b> např. herbicidy, terpentýn, benzin, fermež

Tabulka č. 1: Ukázka častých symbolů na obalech. Zdroj: SZÚ, 2022

**Signální slova** označují, jak nebezpečná může být chemikálie: „**Nebezpečí**“ (více závažné) nebo „**Varování**“ (méně závažné).

**H věty** označují nebezpečnost látky/směsi. Vychází z anglického slova hazard. Jsou značeny písmenem H a číslem. Uvádí fyzikální vlastnosti, vliv na zdraví a životní prostředí například:

„H302 Zdraví škodlivý při požití.

H315 Dráždí kůži.



Projekt „**Efektivní podpora zdraví osob ohrožených chudobou a sociálním vyloučením**“, registrační číslo CZ.03.2.63/0.0/0.0/15\_039/0009439, podpořený z OP Zaměstnanost ESF a státního rozpočtu ČR

- H317 Může vyvolat alergickou kožní reakci.
- H332 Zdraví škodlivý při vdechování. (vliv na zdraví)
- H412 Škodlivý pro vodní organismy, s dlouhodobými účinky. (vliv na životní prostředí)
- H226 Hořlavá kapalina a páry.
- H290“ Může být korozivní pro kovy. (fyzikální vlastnosti)

**P věty** - pochází anglického precautionary, a obsahují pokyny pro bezpečné zacházení s výrobkem například:

- „P101 Je-li nutná lékařská pomoc, mějte po ruce obal nebo štítek výrobku.
- P102 Uchovávejte mimo dosah dětí.
- P103 Před použitím si přečtěte údaje na štítku.
- P201 Před použitím si obzarejte speciální instrukce.
- P270 Při používání tohoto výrobku nejezte, nepijte ani nekuřte.
- P271 Používejte pouze venku nebo v dobře větraných prostorách.
- P402 Skladujte na suchém místě.
- P403 Skladujte na dobře větraném místě.
- P404 Skladujte v uzavřeném obalu.“

**Doplňující informace** (tzv. EUH věty) například:

- „EUH 208 Obsahuje (název látky).
- Může vyvolat alergickou reakci. EUH 071.
- Způsobuje poleptání dýchacích cest. EUH 206
- Pozor! Nepoužívejte společně s jinými výrobky.
- Může uvolňovat nebezpečné plyny (chlor)“

**Informace o první pomoci** například:

- „Při požití. Vypláchněte ústa a nevyvolávejte zvracení. Okamžitě kontaktujte toxikologické středisko.
- Při zasažení očí několik minut vyplachujte a vyhledejte lékaře.
- Při zasažení kůže. Svlékněte kontaminovaný oděv, kůži omývejte vodou. Vyhledejte lékaře.“

**Likvidace obalu**

„Odstraňte obal v souladu s platnou legislativou“. Pozn. většinu obalů od běžných chemikálií lze po vypláchnutí vhodit do plastů. Většinou bývá na obale uvedeno, pokud se obal musí zlikvidovat jako nebezpečný odpad – odvézt na sběrný dvůr.



Projekt „Efektivní podpora zdraví osob ohrožených chudobou a sociálním vyloučením“, registrační číslo CZ.03.2.63/0.0/0.0/15\_039/0009439, podpořený z OP Zaměstnanost ESF a státního rozpočtu ČR



Výstražné symboly

SIGNÁLNÍ SLOVA

H a P věty, první pomoc,  
likvidace obalu.

V další aktivitě účastníci vyhledají rizikové situace, které mohou nastat v domácnostech a seznámí se základními bezpečnostními pravidly při zacházení s chemikáliemi.

**Aktivita č. 3: Základem je prevence - Víte, jak se vyhnout rizikovým situacím?**

**Pomůcky: „Zdravý a bezpečný domov – Domeček“, tužky, fix nebo pastelky,**

Účastníci pokračují v práci s pomůckou „Zdravý a bezpečný domov – Domeček“, kde jsou znázorněny různé situace, kdy je nesprávně zacházeno s různými chemikáliemi.

Úkolem účastníků je najít tyto situace a dále zkusit vyjmenovat další možná riziková místa a situace v domácnostech, která při zacházení s chemikáliemi mohou nastat.

Poté následuje společná kontrola a výklad lektora.



Projekt „Efektivní podpora zdraví osob ohrožených chudobou a sociálním vyloučením“, registrační číslo CZ.03.2.63/0.0/0.0/15\_039/0009439, podpořený z OP Zaměstnanost ESF a státního rozpočtu ČR

Riziková místa v „Domečku“:

- Koupelna, WC: u záchodu prostředky na čištění WC, prací prášek, aviváž na pračce (nesprávné skladování)
- Dílna: Otevřené nádoby s barvami, ředidlem (nesprávné skladování)
- Obývací pokoj: svíčky nebo oleje do aroma lamp, léky, cigarety (nesprávné skladování)

### Bezpečný domov – rady, jak snížit rizika při používání chemikálií v domácnostech

- Vždy si přečtete výstražné štítky a řiďte se bezpečnostními pokyny.
- Vždy uchovávejte všechny chemikálie v originálních obalech na bezpečném místě mimo dosah dětí.
- Neodstraňujte štítky z obalů.
- Nepřelévejte chemikálie do jiných nádob.
- Požívejte ochranné pomůcky podle pokynů na obale.
- Nikdy nemíchejte různé chemikálie dohromady, mohou uvolňovat jedovaté plyny!
- Když vás něco vyruší při práci s chemikáliemi, nezapomeňte výrobek zavřít a umístěte ho na bezpečné místo.
- Při náhodném požití nebo zasažení kůže, očí se důsledně řiďte pokyny na obale. <sup>5</sup>

V závěru aktivity lektor stručně probere s účastníky základní zásady první pomoci při otravě, nebo poranění chemikáliemi. Zdůrazní, že **vždy je NUTNÉ se řídit bezpečnostními pokyny, které jsou uvedeny na obale.**

V případě potřeby lze volat **Toxikologické středisko (TIS):**

**Tel.: 224 91 92 93 nebo 224 91 54 02**

Kde, získáte pokyny, jak poskytnout první pomoc a jak postupovat dále.

Pro komunikaci s TIS je dobré si připravit - přesné informace o nehodě, celé jméno, rodné číslo a název zdravotní pojišťovny.

### Základní doporučení

Při požití ústa vypláchnout čistou vodou. Při potřísnění kůže nebo oka omývat kůži pod vlažnou tekoucí vodou. Bez porady s lékařem nevyvolávat zvracení, nepodávat mléko ani živočišné uhlí.

<sup>5</sup> <https://chemicalsinourlife.echa.europa.eu/first-aid-in-chemical-exposure>



Projekt „**Efektivní podpora zdraví osob ohrožených chudobou a sociálním vyloučením**“, registrační číslo CZ.03.2.63/0.0/0.0/15\_039/0009439, podpořený z OP Zaměstnanost ESF a státního rozpočtu ČR

## Závěr programu

V závěru programu lektor s účastníky vyhodnotí, které aktivity vidí, jako přínosné, co si s programem odnesli

## Doplňková aktivita – výroba domácí čističe, praktické tipy na úklid.

**Pomůcky:** Ocet, jedlá soda<sup>6</sup>, rozprašovač, voda, plachta, rukavice, ochranné zástěry

### Popis aktivity:

Během této aktivity si účastníci společně s lektorem vyrobí domácí čistící prostředek a seznámí se s praktickými radami, jak si zjednodušit doma úklid. Některé kupované čističe mohou být drahé a je možné je nahradit v některých případech jednoduše a bezpečně domácími prostředky – jedlá soda nebo ocet. V mnoha případech postačí pouze obyčejná voda.

Lektor upozorní účastníky na zásady bezpečnosti.

**POZOR:** Na různé návody na internetu. Nekombinujte navzájem látky, pokud si nejste jisti. Každá látka (včetně destilované vody, octa nebo sody) je v přílišném množství jedovatá. Např. ocet může způsobit vážné poleptání očí.

### Návod na výrobu domácího univerzálního čističe:

- Lektor rozloží na stoly ochranné plachty. Připraví prázdné rozstříkovače, ocet a PET láhev s vodou s kohoutku. Účastníci si oblečou ochranné zástěry, popř. nasadí ochranné rukavice.
- Předvede výrobu čističe. Do rozstříkovače - vlije 3 díly vody na 1 díl octa, pro slabší roztok je poměr menší. Je možné přidat pár kapek vonného oleje, bylinky apod.
- Stejně lze postupovat při použití sody, kterou smícháme s vodou. Zde by měla být koncentrace silnější. Na 2 díly vody přidáme dva díly sody.

Pozor: Nemícháme ocet se sodou (kyselina x zásada)!

### Praktické rady pro jednoduchý úklid bez chemie:

- Jedlou sodou, smíchejte s trochou vody, naneste na sporák nebo troubu a nechte chvíli působit na nečistoty. Opláchneme, otřeme. Leze použít i na čištění spár v koupelně.

<sup>6</sup> POZOR: Nezaměňujeme jedlou sodu (hydrogenuhličitan sodný) se sodou na praní (uhličitan sodný), která je určena pouze pro praní.



Projekt „**Efektivní podpora zdraví osob ohrožených chudobou a sociálním vyloučením**“, registrační číslo CZ.03.2.63/0.0/0.0/15\_039/0009439, podpořený z OP Zaměstnanost ESF a státního rozpočtu ČR

- Na povrchy kuchyňské linky nebo na baterie můžete použít octový čistič, který působí na vodní kámen. Opláchněte vodou. Ocet rozpouští vodní kámen a má i mírné desinfekční účinky.
- V koupelně můžeme použít octový čistič na záchod, vanu a umyvadlo, povrchy raději vždy opláchneme i čistou vodou.
- Soda je výborný pohlcovač pachů. Miskou s jedlou sodou umístíme do lednice nebo vsypeme do zapáchajících bot. Pokud chceme mít voňavou koupelnu, dáme jedlou sodu do misky a přidáme pár kapek vonného oleje.



## ODBORNÁ VÝCHODISKA PROGRAMU

**Cílem programu** je zvýšit informovanost cílové skupiny o možných rizicích při používání chemických prostředků a jak těmto rizikům předcházet, a tím přispět k prevenci otrav a úrazů způsobených chemickými látkami. Prostřednictvím edukace o správném používání chemikálií v domácnostech a volném čase snížit počet náhodných otrav a poškození zdraví a nárůstu počtu alergických osob. Dlouhodobá expozice chemickým látkám v domácnosti může být spojena s mnoha zdravotními problémy, včetně dýchacích potíží, alergických reakcí, rizikem vzniku rakoviny, vrozených vad, vývojových poruch apod.

### CO chceme změnit?

- Zlepšit informovanost – u různých zranitelných skupin obyvatel.
- Předcházet náhodným otravám a poškození zdraví.

### CO? (= problém)

- Nedostatečná informovanost o rizicích otrav a poškození zdraví.
- Nebezpečné skladování chemikálií.
- Nesprávné používání (velké množství, míchání apod.).
- Riziková likvidace.

### PROČ?

- Ochrana zdraví.
- Ochrana životního prostředí.
- Šetření domácího rozpočtu.

## CHOVÁNÍ CÍLOVÉ SKUPINY:

### Stávající chování (popis)

- Neznalost rizik práce s běžnými chemickými prostředky v domácnosti nebo ve volném čase.
- Nevhodné použití nebo nesprávné skladování.
- U bytů v sociálně vyloučených lokalitách se vyskytují často plísně, které jsou způsobeny jednak nevyhovujícím stavem objektu – stavebními závadami, ale i nesprávným větráním. Často se lidé snaží zlikvidovat plísně chemickými prostředky, ne vždy je používají bezpečně. To platí o pokusech zlikvidovat různé druhy hmyzu v domácnosti (štěnice, šváby).



Projekt „Efektivní podpora zdraví osob ohrožených chudobou a sociálním vyloučením“, registrační číslo CZ.03.2.63/0.0/0.0/15\_039/0009439, podpořený z OP Zaměstnanost ESF a státního rozpočtu ČR

- Nejsou základní znalosti o významu značení na různých chemikáliích pro domácnost (prací prášky, gely, čisticí prostředky, dezinfekční prostředky apod.).
- Rizika výroby různých domácích čističů, na jejichž výrobu nalezneme návody na internetu.

### **Motivy stávajícího chování**

- Neinformovanost o možných rizicích.
- Neznalost.
- Špatné životní podmínky.

### **Nové požadované chování**

- Dodržují základní pravidla bezpečného skladování chemikálií.
- Používají ochranné pomůcky.
- Dodržují zásady bezpečné používání chemikálií.
- Mají základní orientaci ve značení chemikálií.

### **Benefity (z nového chování)**

- Snížení rizik náhodných otrav a poškození zdraví.
- Pozitivní dopad na životní prostředí.
- Omezení, správné používání chemikálií v domácnostech může znamenat fin. úsporu.

### **Bariéry (co brání novému chování)**

- Nevhodné životní podmínky.
- Nedostatek znalostí.
- Zvyky a tradice z rodiny.

**Covid-19 znamenal** potřebu více dodržovat hygienu v domácnostech, zvýšila se spotřeba různých chemikálií včetně desinfekčních prostředků. Lidé si často neuvědomovali rizika s tím spojená a docházelo i otravám při náhodném pozření.





Projekt „Efektivní podpora zdraví osob ohrožených chudobou a sociálním vyloučením“, registrační číslo CZ.03.2.63/0.0/0.0/15\_039/0009439, podpořený z OP Zaměstnanost ESF a státního rozpočtu ČR

## POMŮCKY

Fota pomůcek



Zdroj: SZÚ 2022





Projekt „Efektivní podpora zdraví osob ohrožených chudobou a sociálním vyloučením“, registrační číslo CZ.03.2.63/0.0/0.0/15\_039/0009439, podpořený z OP Zaměstnanost ESF a státního rozpočtu ČR



Karta aktivitě č. 1, Zdroj: Státní zdravotní ústav, 2022



Projekt „Efektivní podpora zdraví osob ohrožených chudobou a sociálním vyloučením“, registrační číslo CZ.03.2.63/0.0/0.0/15\_039/0009439, podpořený z OP Zaměstnanost ESF a státního rozpočtu ČR



Karta aktivitě č. 2, Zdroj: SZÚ 2022



Projekt „Efektivní podpora zdraví osob ohrožených chudobou a sociálním vyloučením“, registrační číslo CZ.03.2.63/0.0/0.0/15\_039/0009439, podpořený z OP Zaměstnanost ESF a státního rozpočtu ČR

### Zdroje:

<https://chemicalsinourlife.echa.europa.eu/>

<https://chemicalsinourlife.echa.europa.eu/first-aid-in-chemical-exposure/>

Nařízení o klasifikaci, označování a balení látek a směsí (tzv. Nařízení CLP z angl.

Classification, Labelling and Packaging). Ke každé nebezpečné látce musí výrobce doložit tzv. BEZPEČNOSTNÍ LIST.

<https://echa.europa.eu/cs/regulations/clp/understanding-clp>

<sup>1</sup> Zákon o chemických látkách a chemických směsích a o změně některých zákonů (chemický zákon) 350/2011

<sup>1</sup> <https://echa.europa.eu/cs/regulations/clp/clp-pictograms>

<https://www.mpo.cz/cz/prumysl/chemicke-latky-a-smesi/clp-klasifikace-oznacovani-a-balenivystrazne-symboly---novy-strucny-pruvodce--178015>

<http://www.szu.cz/tema/pracovni-prostredi/chemicka->