



Maaaring ilagay sa peligro ng mga matinding usok at nakakalasang kemikal sa alikabok - habang at pagkatapos ng mga pagkukumpuni sa bahay at pag-upgrade ng enerhiya - ang kalusugan ng mga residente.

Ang mga buntis na kababaihan, mga mag-asawa na nagpaplanong mag-kaanak at mga pamilyang may maliliit na anak ay kailangang lalo pang mag-ingat. Maaapektuhan ng pag-kakalantad sa kahit na mabababang antas ng ilang kemikal ang paraan ng paglaki ng isang fetus, sanggol o bata.

Ang mga kontraktor at mga nagkukumpuni ay nasa peligro rin mula sa mga pagkakalantad habang nagtatrabaho, at maaaring mag-uwi ng mapapanganib na kemikal sa kanilang mga pamilya.

Marami tayong magagawa upang maiwasan ang panganib.

www.healthyenvironmentforkids.ca



Ang mga pagkumpuni ng bahay at retrofit o upgrade sa enerhiya ay magagawang mas komportable ang mga kabahayan, mababawasan ang mga bayarin sa enerhiya at makakatulong ng protektahan ang kalikasan. Gayunpaman, maaari ring mailagay ng mga ito sa peligro ang kalusugan ng mga bata mula sa mga pagkakalantad sa mga nakakalasang materyales.

Sa kabutihang palad, makakapagsagawa ang mga pamilya, kontraktor at taong kayang magtrabahong mag-isa ng mga simpleng aksyon upang matiyak na ang kanilang mga proyekto sa pag-upgrade ng bahay ay ligtas sa kalusugan ng bata.



PARA SAKARAGDAGANGIMPORMASYON:

www.renovate-right.ca

The Canadian Partnership for Children's Health and Environment (CPCHE) o and Canadian Partnership for Children's Health and Environment (CPCHE) ay nagkukumpuni sa bahay at pagkatapos ng mga pagkukumpuni sa bahay at pag-upgrade ng enerhiya - ang kalusugan ng mga residente. Ang mga buntis na kababaihan, mga mag-asawa na nagpaplanong mag-kaanak at mga pamilyang may maliliit na anak ay kailangang lalo pang mag-ingat. Maaapektuhan ng pag-kakalantad sa kahit na mabababang antas ng ilang kemikal ang paraan ng paglaki ng isang fetus, sanggol o bata. Ang mga kontraktor at mga nagkukumpuni ay nasa peligro rin mula sa mga pagkakalantad habang nagtatrabaho, at maaaring mag-uwi ng mapapanganib na kemikal sa kanilang mga pamilya. Marami tayong magagawa upang maiwasan ang panganib.

Printed in Canada on 100% post-consumer recycled paper. November 2011.



Magkumpuni Nang Wasto



Paano makakasiguro na ang pagkumpuni ng bahay o pag-upgrade sa enerhiya ay ligtas sa kalusugan ng Bata



www.healthyenvironmentforkids.ca

4 na Hakbang para sa ligtas na kalusugan ng bata.

Nagkukumpuni ng mas lumang bahay?

Mas magingmaingat kung angbahay mo ay naipatayo bago ang taong 1990. Ang pintura sa mga mas lumang bahay ay karaniwang naglalaman ng mataas na antas ng lead. Ang lead ay nakakakalason, lalo na sa utak ng mga bata habang sila'y lumalaki, kasama na rin ang sanggol na nasa sinapupunan. Ang lumang caulking ay maaaring maglaman ng mga PCB (lubos na nakakalasang mga kemikal). Ang asbestos ay maaaring makita sa lumang tiles, shingles, insulasyon at heating duct tape. Humingi ng tulong mula sa mga propesyonal upang ligtas na maalis ang mga materyal na may asbestos.

1 Ihiwalay ang gawain

- Hangga'tmaaari, ang mga buntis ay hindi dapat magkumpuni ng bahay at dapat umiwas sa mga lugar na kinukumpuni. Dapat ding umiwas ang mga bata.
- Alisin ang mga kagamitan sa lugar na pinagtatrabahuan. Ganap na takpan ang anumang natirang gamit ng mga plastic sheet.
- Tiyaking ginagawa ang trabaho kapag patay ang furnace o air conditioning upang maiwasang magkalat ng alikabok o usok sa buong bahay.
- Mag-tape ng matitibay na harang tulad ng kahoy o makapal na cardboard sa ibabaw ng mga air duct.
- Mag-tape ng mga plastic sheet sa ibabaw ng mga pinto at iba pang pasukan. Madalas na suriin kung may mga butas.

May tanong?

Kung pinaplano ng iyong tagapamahala o may-ari ng gusali na kumpunihin ang iyong bahay, maging kasangkot. Magsimula sa pamamagitan ng pagbibigay sa kanila ng kopya ng polyetong ito. Ipaalam sa kanilang may magagawa silang mga simpleng pagkilos upang protektahan ang kalusugan ng iyong pamilya. Magtago ng mga nakasulat na tala ng anumang mga pag-uusap. Mga tanong? Mag-click sa "tenants" sa renovate-right.ca ng CPCHC.

2 Alisin ang alikabok na iyon

- Linisin ang lugar na pinagtatrabahuan araw-araw upang makontrol ang alikabok. Sa lugar na pinagtatrabahuan, gumamit ng shop vacuum na may filter at bag para sa pagsalo ng pinong dumi. O, gumamit ng mga basang basahan, isang basang mop, o walis at sweeping compound. Sa labas ng lugar na pinagtatrabahuan, gumamit ng vacuum na may HEPA filter.
- Itapon ang mga basahan na ginamit upang linisin ang alikabok. Itago ang mga walis, mop at vacuum nang malayo sa iba pang mga kagamitan sa bahay.
- Kapag nagtatanggal ng basura, gumamit ng mga selyadong bag o kahong may takip upang panatilihin nasa loob ang alikabok.
- Huwag mag-alis ng lumang pintura mula sa mga gilid ng bintana, pader at iba pang mga kalatagan (kadalasang naglalaman ito ng lead). Sa halip, takpan ng primer na maganda ang kalidad bago pinturahang muli, o alisin ang mga lumang napinturahang materyales.
- Mag-ingat na hindi ikalat sa paligid ang alikabok. Magpalit ng damit at maligo bago umupo sa muwebles, magluto o makipaglaro sa mga bata. Gumamit ng hiwalay na lagayan para sa damit na ginamit sa pagtatrabaho at laban nang hiwalay sa iba pang labahin.

Naglalaman ng mabababang antas ng nakakalasang mga kemikal ang karaniwang alikabok sa bahay. Naglalaman ng lubos na mas mataas na antas ang alikabok ng pagkukumpuni. Napakahalagang protektahan ang mga sanggol at bata mula sa pagkakaalantaad sa mapanganib na kemikal sa alikabok.

Tumutulong ang mga retrofit sa enerhiya na bawasan ang ihip ng hangin. Ngunit ang mga bahay na masyadong selyado ay maaaring humantong sa mas mataas na polusyon ng hangin sa loob ng bahay, o amag mula sa labis na kahalumigmigan. Ang pagdaragdag ng bentilasyon at pagtanggap sa mga pinagmulan ng kahalumigmigan at tulo ay ilang paraan upang maiwasan ang mga problemang ito. Para sa higit pa, bisitahan ang renovate-right.ca.

3 Pumili at gumamit ng mga produkto nang maingat

- Kung maaari, pumili ng mga produkto sa pagkukumpuni na hindi naglalabas ng matitinding usok.. Maghanap ng mabilis matuyo at walang VOC o mababa ang VOC na caulking, mga pintura at pandikit.
- Pumili ng materyales na pansahig at iba pang mga materyales na mayroong mga stain at coating na inilapat sa pabrika.
- Pumili ng mga materyales na pansahig na makinis, sa halip na carpeting, upang maging mas madali ang paglilinis ng alikabok.
- Hangga't maaari, pumili ng mga produktong may pinakakaunting mga hazard symbol. Para sa mga produktong may mga hazard symbol, tiyaking sundin ang mga tagubilin sa label nang mabuti.
- Mahigpit na isara ang lahat ng nabuksan na mga lagayan ng produkto, itago ang mga ito nang hindi naaabot kapag hindi ginagamit, at itapon ang anumang natirang produkto bilang mapanganib na dumi.

Ang mga volatile organic compound (VOC) ay nasa maraming produkto, kabilang ang caulking, mga pandikit at pressed wood. Kadalasang may matinding kemikal na amoy ang mga produktong may mga VOC. Maraming VOC na masama sa kalusugan ng tao.

4 Pangalagaan ang hangin

- Bilang karagdagan sa maingat na pagkontrol ng alikabok, gumamit ng bentilador sa bintana, na nakaharap papalabas, upang palabasin ang anumang alikabok at usok na nasa hangin.
- Panatilihin nakabukas ang mga bintana kapag tapos na ang pagkukumpuni hanggang sa mawala ang usok. Regular na buksan ang mga bintana upang papasukin ang sariwang hangin.
- Magdagdag ng bentilasyon kapag nag-a-upgrade ng mga kusina at banyo upang maiwasan ang mga problema sa amag.
- Magkabit ng mga carbon monoxide detector at magsuri para sa radon.
- Bawasan ang paggamit ng mga produktong may matitinding usok at amoy.

