

RUOKA SÄHKÖKATKON AIKANA

- Säilytä pilaantuvat elintarvikkeet kylmällä ilmalla ulkona hyvin suojattuina.
- Vältä pakastimen avaamista.
- Suojaa kylmlaitteiden alustat sulamisvesiltä.
- Valmista tarvittaessa ruokaa retkikeittimellä tai pihalla grillin avulla, jos se on mahdollista. Myös uunia ja takkaa voi hyödyntää ruoanlaitossa.



PYSY LÄMPIMÄNÄ

- Varaa riittävästi lämpimiä vaatteita ja peittoja.
- Syö hyvin ja lepää riittävästi.
- Uuni tai takka ovat hyviä varalämmön lähteitä.
- Sulje ikkunat. Pidä ulko-ovi kiinni. Sulje väliovet ja tuki raot.
- Alkoholilla on huono lämmike.

Toimi näin sähkökatkon aikana



JOS KODIN LÄMPÖTILA LASKEE ALLE +15 ASTEEN

- Yritä pitää yksi tila asunnosta lämpimänä. Sulje ulompien huoneiden ja kulmahuoneiden ovet ja tuki veto matoilla tai pyyhkeillä.
- Peitä ikkunat paksuilla verhoilla tai vilteillä. Tuo lattialle lisää mattoja.
- Pue päälle lämpimät, hengittävät vaatteet. Lisää jalkaan sukkaa tai kenkiä. Laita tarvittaessa pipo päähän ja hanskat käteen.

JOS JOUDUT NUKKUMAAN KYLMÄSSÄ ASUNNOSSA

- Siirrä vuoteet mahdollisimman lämpimään tilaan. Kaiva esiin kaikki täkit ja viltit. Hyvässä makuupussissa tarkenet hyvin.
- Nuku vierekkäin perheenjäsenten kanssa yhteisten peittojen alla.
- Pystytä retkiteltoa sisällä tai tee vilteistä teltoa pöydän ympärille ja nuku siellä.

