



# Поради для людей із порушенням зору на випадок стихійного лиха

## Палки

- Якщо ви користуєтеся палкою, тримайте запасні палки у важливих, постійних і захищених місцях на роботі, вдома, у школі та у центрі волонтерів для того, щоб з їх допомогою обминати перешкоди та небезпеки.
- Майте запасну палку у своєму аварійному комплекті.

## Альтернативні поради щодо пересування

- Якщо ви маєте частковий зір, установіть вуличні сенсорні ліхтарі у кожній кімнаті для освітлення шляхів пересування. Ці ліхтарі вмикаються в настінні електричні розетки та вмикаються автоматично, якщо немає електрики. Залежно від типу вони продовжують працювати автоматично протягом від 1 до 6 годин. Їх також можна вимкнути вручну і використовувати як ліхтар нетривалої дії.
- Майте в запасі потужні ліхтарі з широким променем та запасні батарейки.
- Розробіть план на випадок зникнення слухових орієнтирів, на які ви зазвичай покладаетесь, після великого стихійного лиха.
- Тварини-поводирі можуть бути спантеличені, налякані або дезорієнтовані під час або після лиха. Утримуйте їх взаперті або на міцному повідку чи ремені. Поводок/ремін є важливим предметом для керування знервованою або збентеженою твариною. Будьте готові до альтернативних шляхів пристосування до оточуючого середовища.

## Маркіруйте запаси

- Якщо доцільно, промаркіруйте аварійні запаси написами великими шрифтом, стрічкою, що світиться, або написами шрифтом Брайля.

## Закріпіть комп'ютери

- Закріпіть спеціальне обладнання і великі меблі, такі як комп'ютери або стелажі. Створіть дублюючу комп'ютерну систему для важливих даних і зберігайте за межами оселі.

## Питання захисту інтересів

- Добивайтеся, щоб у теленовинах не лише показували важливі номери телефонів, але щоб їх також повільно оголошували і часто повторювали для людей, які не можуть читати з екрана.



PO Box 47890  
Olympia, WA 98504-  
7890

Веб-сайт:  
[www.doh.wa.gov](http://www.doh.wa.gov)

360-236-4027  
(800) 525-0127

DOH Pub 821-004  
Ukrainian