

UWAGA!!!

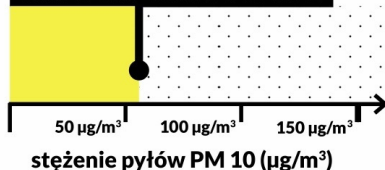
JAKOŚĆ POWIETRZA NIEKORZYSTNA



KOD ŻÓŁTY

PM10 > 50 µg/m³

1 STOPIEŃ ZAGROŻENIA
ZANIECZYSZCZENIEM POWIETRZA



ZAKAZ



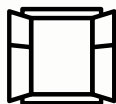
używania kominków

jeżeli nie stanowią one jedyne go źródła ogrzewania

OGRANICZ



wysitek fizyczny i długotrwałe
przebywanie na zewnątrz



wietrzenie pomieszczeń

UNIKAJ



rozpalania ognisk



korzystania z samochodu



używania dmuchaw do liści



SKORZYSTAJ Z KOMUNIKACJI ZBIOROWEJ



więcej szczegółów na: www.powietrze.malopolska.pl/komunikaty

PAMIĘTAJ

- ! Zwiększ opiekę nad osobami przewlekle chorymi i śledź informację o zanieczyszczeniu powietrza!
- W przypadku nasilenia objawów chorobowych skonsultuj się z lekarzem!

MIESZKAŃCU Z GRUPY RYZYKA

- ! Pamiętaj o przyjmowanych lekach i stosuj maseczki oraz oczyszczacze powietrza!
- Osoby z astmą mogą silniej odczuwać objawy (duszność, kaszel, świsty) i potrzebować leków częściej niż normalnie.



Bądźmy razem w walce o czyste powietrze!

www.wymienpiec.info



Informacja opracowana przez gminy tworzące
Stowarzyszenie Metropolia Krakowska