

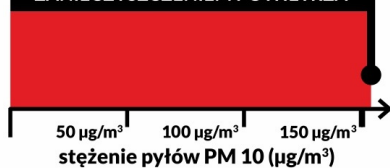
# UWAGA!!!

## JAKOŚĆ POWIETRZA BARDZO ZŁA



PM10 > 150 µg/m<sup>3</sup>

**3 STOPIEŃ ZAGROŻENIA**  
ZANIECZYSZCZENIEM POWIETRZA



**KOD CZERWONY**

### ZAKAZ



**używania kominków oraz urządzeń grzewczych na paliwo stałe**

jeżeli nie stanowią one jedyne źródła ogrzewania



**aktywności na zewnątrz dzieci i młodzieży podczas zajęć szkolnych**



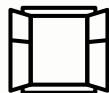
**stosowania dmuchaw do liści**

### OGRANICZ

### UNIKAJ



**wysitek fizyczny i długotrwałe przebywanie na zewnątrz**



**wietrzenie pomieszczeń**



**rozpalania ognisk**



**korzystania z samochodu**



**REKOMENDOWANA DARMOWA KOMUNIKACJA PUBLICZNA**

więcej szczegółów na: [www.powietrze.malopolska.pl/komunikaty](http://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](http://www.wymienpiec.info)



Informacja opracowana przez gminy tworzące Stowarzyszenie Metropolia Krakowska