

W jaki sposób chronić się przed smogiem?

Co robić, a czego unikać, gdy normy jakości powietrza są przekroczone?



Nie pál w kominku



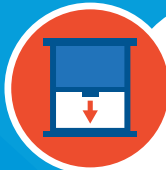
Nie używaj samochodu

Nie uprawiaj sportu na zewnątrz

Ogranicz aktywność fizyczną dzieci na zewnątrz

Unikaj przebywania w miejscach o dużym natężeniu ruchu samochodowego

Nie wietrz mieszkania



Ogranicz spacery



Sprawdzaj codziennie stan powietrza w twojej okolicy!
<https://powietrze.malopolska.pl/jakosc-powietrza/>
lub na stronie Twojego urzędu gminy.

Możesz wiedzieć jakim powietrzem oddychasz, instalując odpowiednie aplikacje w swoim smartfonie (na przykład: Jakość powietrza w Polsce). Dzięki temu będziesz mógł podjąć działania ochronne.



Założ maskę przeciwpyłową – pamiętaj, że powinna mieć atest



Włącz oczyszczacz powietrza



Twój sąsiad korzysta z ogrzewania na węgiel lub drewno? Przekonaj go do zmiany!



Zapytaj lekarza jak się chronić

Ktoś spala odpady? Reaguj! Zgłoś to do straży miejskiej lub urzędu gminy. Możesz użyć specjalnego formularza: <https://powietrze.malopolska.pl/ekointerwencja/>

Chcesz być na bieżąco? Zapisz się do newslettera na stronie: powietrze.malopolska.pl/komunikaty
Chcesz wiedzieć więcej?

powietrze.malopolska.pl

facebook.com/EkoMalopolska

powietrze@umwm.pl

Zadzwoń: 12 63 03 100

MAŁOPOLSKA
W ZDROWEJ ATMOSFERZE

