

INFORMACJA O STANIE POWIETRZA (PM10)



LEGENDA:



BARDZO DOBRY - Stan powietrza jest bardzo dobry. Powietrze nie stanowi zagrożenia dla zdrowia. Bardzo dobre warunki do uprawiania aktywności ruchowej na zewnątrz (sport, spacer itp.).



DOBRY - Stan powietrza jest zadowalający. Brak lub niskie ryzyko zagrożenia dla zdrowia. Można przebywać na zewnątrz i uprawiać aktywność ruchową (sport, spacer, itp.).



UMIARKOWANY - Stan powietrza jest umiarkowanie zły. Zanieczyszczenie powietrza może stanowić zagrożenie dla zdrowia osób starszych, dzieci, kobiet w ciąży oraz cierpiących na choroby układu oddechowego i krążenia. Osoby należące do tych grup powinny ograniczyć przebywanie na zewnątrz.



NIEKORZYSTNY - Stan powietrza jest niekorzystny. Zanieczyszczenie powietrza stanowi zagrożenie dla zdrowia, szczególnie osób starszych, dzieci, kobiet w ciąży oraz cierpiących na choroby układu oddechowego i krążenia. Wszyscy powinni ograniczyć przebywanie na zewnątrz, szczególnie aktywność ruchową.



ZŁY - Stan powietrza jest zły i ma negatywny wpływ na zdrowie. Osoby starsze, dzieci, kobiety w ciąży oraz cierpiące na choroby układu oddechowego i krążenia nie powinny przebywać na zewnątrz, a reszta powinna ograniczyć je do minimum. Stanowczo nie należy wychodzić na spacer czy uprawiać sportu.



BARDZO ZŁY - Stan powietrza jest bardzo zły i ma bardzo negatywny wpływ na zdrowie. Wszyscy powinni bezwzględnie unikać przebywania na zewnątrz. Stanowczo nie należy wychodzić na spacer czy uprawiać żadnego sportu na zewnątrz. Długotrwałe oddychanie tak silnie zanieczyszczonym powietrzem zwiększa ryzyko wystąpienia powikłań zdrowotnych.

Gdy powietrze jest zanieczyszczone...



Nie przewietrzaj mieszkania

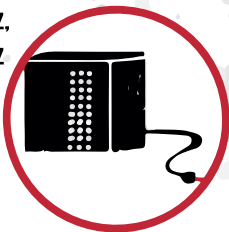


Bez potrzeby nie wychodź z domu i nie bierz ze sobą dzieci

Wychodząc z domu załóż maskę przeciwpyłową



Jeżeli posiadasz, włącz odpylacz powietrza



Jeżeli odczuwasz dolegliwości krążeniowe lub oddechowe, nie lekceważ ich i skontaktuj się z lekarzem



Nie uprawiaj sportu na zewnątrz.

AKTUALNY STAN POWIETRZA:

