

Semafor kvality ovzdušia



populair

www.dnesdycham.sk

Vyber správnu farbu nálepky na dnešný deň a nalep ju na semafor!

Celá populácia



Kvalita ovzdušia **dobrá**

Uži si prechádzku a športové aktivity. Otvor okná a vpušti dnu čerstvý vzduch.



Kvalita ovzdušia **zhoršená**

Ak ťa začnú napríklad dráždiť oči alebo začneš kašľať, skús presunúť prechádzku či športové aktivity vonku na inokedy. Vetraj len krátko a intenzívne.



Kvalita ovzdušia **zlá**

Ak je to možné, nechoď na prechádzku a odlož športové aktivity vonku na inokedy.



Citlivé skupiny obyvateľstva



Uži si prechádzku a športové aktivity. Otvor okná a vpušti dnu čerstvý vzduch.



Skús presunúť prechádzku či športové aktivity vonku na inokedy, hlavne ak sa necítiš dobre (ťažko sa ti dýcha).

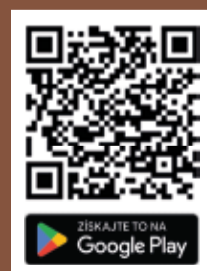
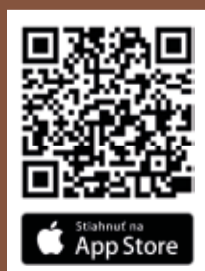


Vyhni sa prechádzke a športovým aktivitám vonku. Ak sa necítiš dobre, môžeš si nasadiť respirátor.



Ahoj! Chystáš sa von?

- Vhodne sa priprav nielen podľa počasia, ale aj podľa kvality ovzdušia.
- Spolu s rodičmi/učiteľom skontroluj kvalitu ovzdušia na stránke www.dnesdycham.sk
- Vyber správnu farbu nálepky a nalep ju na semafor.
- Prispôb svoj vonkajšie aktivity podľa semaforu.
- Takto vieš ochrániť svoje zdravie a užiť si čas vonku bez rizika.



Projekt LIFE IP – Zlepšenie kvality ovzdušia (LIFE18 IPE/SK/000010) podporila Európska únia v rámci programu LIFE. Projekt je spolufinancovaný z prostriedkov štátneho rozpočtu SR prostredníctvom MŽP SR.