Памятка

Что делать, если на улице задымление и дышать тяжело?

Прежде всего, при сильном запахе закройте все окна и двери.

Проветривать помещение можно только если окно занавешено влажной тканью, дома чаще проводите влажную уборку.

По возможности меньше находитесь на улице и на время откажитесь от физической нагрузки на воздухе.

Перед выходом на улицу надевайте маску или увлажненную пятислойную марлевую повязку.

Пейте побольше воды.