

# Razem dla powietrza

---

Poradnik dla Mieszkańca



## Poradnik dla Mieszkańca

Oddychanie zanieczyszczonym powietrzem stanowi niebezpieczeństwo dla osób w wysokiej grupie ryzyka – osobom w starszym wieku i dzieciom. Źródłem zanieczyszczeń są wszelkie substancje (gazy, ciecze, ciała stałe), które nie są naturalnym składnikiem, a znajdują się w powietrzu atmosferycznym. Niska emisja pochodząca z sektora bytowo-komunalnego i transportu w dużej mierze przyczynia się do zanieczyszczenia.

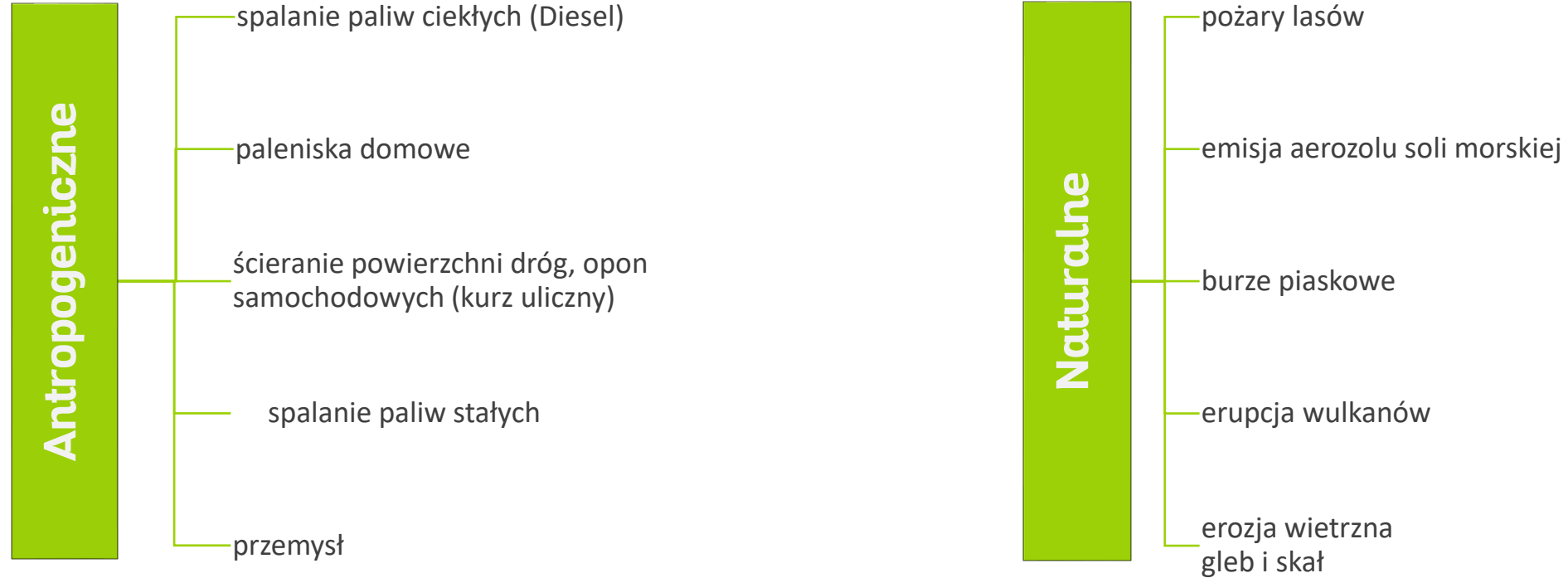
Pamiętajmy o najbliższych i zadbajmy o naszą wspólną przyszłość.



**Czy zastanawiałeś się, co Ty możesz zrobić dla poprawy jakości powietrza?**



## ŹRÓDŁA ZANIECZYSZCZEŃ POWIETRZA



# WYBIERAJ ŚWIADOMIE

Nasze codzienne wybory mają wpływ na jakość powietrza. Każdy z nas drobnymi działaniami może zrobić bardzo dużo dla poprawy środowiska.

**Oddychanie zanieczyszczonym powietrzem prowadzi do skrócenia średniej długości życia.**



- Wybierz rower lub transport publiczny zamiast poruszać się samochodem.
- Zmniejszaj zapotrzebowanie na energię cieplną w domu (zalecana temperatura dla pokoi dziennych to 20°C, dla sypialni gdy śpimy to 18°C).
- Nie wyłączaj całkowicie ogrzewania wychodząc z domu. Ponowne ogrzanie mocno wychłodzonego mieszkania pochłonie więcej energii niż zaoszczędziłeś.
- Dbaj o zieleni, sadź drzewa. Rośliny nie tylko pochłaniają dwutlenek węgla, absorbują też zanieczyszczenia.
- Ograniczaj ilość odpadów. Na wszystkie sposoby: kupuj i gotuj tylko tyle produktów, ile zjesz, wybieraj opakowania wielokrotnego użytku, ubrania oddawaj na zbiórki, dawaj drugie życie przedmiotom. Dlaczego? Bo podczas produkcji opakowań powstają gazy zanieczyszczające powietrze.
- Wybierz ekologiczne i komfortowe źródła ciepła – sprawdź, czy możesz przyłączyć się do miejskiej sieci ciepłowniczej.

## Poradnik dla Mieszkańca

---

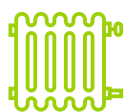


### EDUKUJ

Edukacja ekologiczna powinna być prowadzona wśród najmłodszych. Dzięki zwiększeniu świadomości dzieci, mamy wpływ na przyszły stan środowiska. Zróbmy to dla kolejnych pokoleń. Całą rodziną możecie z łatwością omówić działania proekologiczne i wprowadzić zmiany w codziennym życiu.

**[Pobierz materiały edukacyjne dla całej rodziny!](#)**





# WYBIERZ EKOLOGICZNE CIEPŁO Z MSC

Jeśli masz już dość dotychczasowego ogrzewania swojego mieszkania i chciałbyś korzystać z komfortowego ciepła z miejskiej sieci ciepłowniczej, **porozmawiaj z administratorem budynku**, zadzwoń do **OPEC** pod numer **58 62 73 928/931** i zapytaj pracowników czy istnieje możliwość przyłączenia Twojego budynku do miejskiej sieci ciepłowniczej.

**DAJ SIĘ OGRZAĆ! WYSTARCZY 5 KROKÓW  
ŻEBY PRZYŁĄCZYĆ SIĘ DO MIEJSKIEJ SIECI  
CIEPŁOWNICZEJ.**

**JESTEŚ ZAINTERESOWANY PRZYŁĄCZENIEM DO MSC?**  
POROZMAWIJ Z SĄSIADAMI I RAZEM ZGŁOŚCIE SIĘ  
DO WSPÓLNOTY MIESZKANIOWEJ LUB ZARZĄDCY BUDYNKU.  
JUŻ DZIŚ MOŻECIE ROZPOCZĄĆ DZIAŁANIA ZWIĘKSZAJĄCE  
WASZ KOMFORT I BEZPIECZEŃSTWO W DOMU.



# Od pomysłu do zmiany!

Zachęcamy do przesyłania kreatywnych pomysłów, których celem jest poprawa jakości powietrza!



**Dowiedz się więcej o nowej akcji Ciepłolubnych,  
wyślij swoje zgłoszenie i zmieniaj z nami świat na dobre!**

[www.dlapowietrza.pl](http://www.dlapowietrza.pl)