

## Spis treści

|   |   |
|---|---|
| SEZON GRZEWCZY, A ZAGROŻENIE POŻAROWE, W TYM TAKŻE ZDROWIA I ŻYCIA..... | 2 |
| Skąd się bierze czad i dlaczego jest tak niebezpieczny? .....           | 2 |
| Co zrobić, aby uniknąć zaccadzenia? .....                               | 2 |
| Podstawowe zasady postępowania z urządzeniami grzewczymi: .....         | 3 |
| Jak pomóc przy zatruciu tlenkiem węgla? .....                           | 4 |
| Zadbaj o warunki do ewakuacji na wypadek pożaru: .....                  | 5 |
| W zakresie posługiwania się ogniem otwartym: .....                      | 5 |
| Gdy opuszczasz mieszkanie: .....  | 5 |
| Gdy powstanie pożar: .....  | 6 |
| Gdy poczujesz gaz: .....  | 6 |
| BEZPIECZNE UŻYTKOWANIE GAZOWYCH GRZEJNIKÓW WODY PRZEPŁYWOWEJ .....      | 6 |
| PRAWIDŁOWA INSTALACJA .....   | 7 |
| STAŁY DOPIŁYW ŚWIEŻEGO POWIETRZA .....                                  | 7 |
| SWOBODNY ODPIŁYW SPALIN .....   | 8 |
| DOBRY STAN TECHNICZNY URZĄDZENIA GAZOWEGO .....                         | 8 |
| CZYNNIKI RYZYKA I PIERWSZA POMOC .....                                  | 8 |
| Pamiętajmy ! .....  | 9 |

## **SEZON GRZEWczy, A ZAGROŻENIE POŻAROWE, W TYM TAKŻE ZDROWIA I ŻYCIA...**

Wraz z rozpoczęciem sezonu grzewczego, wzrasta ilość zdarzeń spowodowanych złym stanem technicznym oraz złą konserwacją i eksploatacją przewodów wentylacyjnych, dymowych oraz spalinowych. Szczególnie zwiększa się ryzyko zatrucia tlenkiem węgla potocznie zwanego czadem, przez którego co roku umiera kilkadziesiąt osób. Z tego właśnie powodu, postaramy się Państwu uświadamić jak niebezpieczny jest to gaz i jak zapobiegać temu zagrożeniu.

### **Skąd się bierze czad i dlaczego jest tak niebezpieczny?**

Czad (tlenek węgla) jest gazem silnie trującym, bezbarwnym i bezwonnym, nieco lżejszym od powietrza, co powoduje, że łatwo się z nim miesza i w nim rozprzestrzenia. Powstaje w wyniku niepełnego spalania wszelkich paliw - gazu, paliw płynnych i stałych - spowodowanego brakiem odpowiedniej ilości tlenu, niezbędnej do pełnego spalania. Może to wynikać z braku dopływu świeżego (zewnątrznego) powietrza do urządzenia, w którym następuje spalanie albo z powodu zanieczyszczenia, zużycia lub złej regulacji palnika gazowego, a także przedwczesnego zamknięcia paleniska pieca lub kuchni. Jest to szczególnie groźne w mieszkaniach, w których okna są szczelnie zamknięte lub uszczelnione na zimę. Czad powstaje także często w czasie pożaru. Niebezpieczeństwo zaszadzenia wynika z faktu, że tlenek węgla jest gazem niewyczuwalnym zmysłami człowieka. W układzie oddechowym człowieka tlenek węgla wiąże się z hemoglobina krwinek 250 razy szybciej niż tlen, blokując dopływ tlenu do organizmu. Stwarza to poważne zagrożenie dla zdrowia i życia człowieka. Następstwem ostrego zatrucia może być nieodwracalne uszkodzenie ośrodkowego układu nerwowego, niewydolność wieńcowa i zawał albo nawet natychmiastowa śmierć.

### **Co zrobić, aby uniknąć zaszadzenia?**

Podstawową przyczyną zatruc są zamknięte, szczelne okna. Powoduje to powstawanie tlenku węgla w procesie niepełnego spalania paliwa i utrudnia odpływ spalin. Tyle spalin wypłynie przez komin ile świeżego powietrza napłynie do pomieszczenia z zewnątrz. Zatem przede wszystkim należy zapewnić możliwość stałego dopływu świeżego powietrza do paleniska (pieca gazowego, kuchenki gazowej, kuchni węglowej lub pieca) oraz swobodny odpływ spalin. Należy więc:

- uchylić okno w mieszkaniu gdy korzysta się z jakiegokolwiek źródła ognia (pieca gazowego z otwartą komorą spalania, kuchenki gazowej lub węglowej),
- nie zasłaniać kratk wentylacyjnych i otworów nawiewnych,
- zadbać o drożność przewodów spalinowych i wentylacyjnych, a więc:
- nie dokonywać podłączenia urządzeń grzewczych do przewodów kominowych bez wymaganej opinii kominiarskiej,
- przeprowadzać kontrole techniczne, w tym sprawdzanie szczelności przewodów kominowych, ich systematyczne czyszczenie oraz sprawdzanie występowania

dostatecznego ciągu powietrza, - co najmniej raz w roku zlecić profesjonalnej firmie kominiarskiej kontrolę przewodów kominowych: dymowych, spalinowych i wentylacyjnych,

- przeprowadzać okresowe czyszczenie przewodów kominowych, a także usuwać sadzę zgromadzoną w osadniku pieców węglowych,
- użytkować sprawne techniczne urządzenia, w których odbywa się proces spalania, zgodnie z instrukcją producenta: kontrolować stan techniczny urządzeń grzewczych,
- stosować urządzenia posiadające stosowne dopuszczenia w zakresie wprowadzenia do obrotu; w sytuacjach wątpliwych należy żądać okazania wystawionej przez producenta lub importera urządzenia tzw. deklaracji zgodności, tj. dokumentu zawierającego informacje o specyfikacji technicznej oraz przeznaczeniu i zakresie stosowania danego urządzenia,
- w przypadku wymiany okien na nowe, sprawdzić poprawność działania wentylacji, ponieważ nowe okna są najczęściej o wiele bardziej szczelne w stosunku do wcześniej stosowanych w budynku i mogą pogarszać wentylację,
- systematycznie sprawdzać ciąg powietrza, np. poprzez przykładanie kartki papieru do otworu, bądź kratki wentylacyjnej; jeśli nic nie zakłóca wentylacji, kartka powinna przywrzeć do wyżej wspomnianego otworu lub kratki,
- często wietrzyć pomieszczenie, w których odbywa się proces spalania (kuchnie, łazienki wyposażone w termy gazowe), a najlepiej zapewnić, nawet niewielkie, rozszczelnienie okien.
- nie bagatelizować objawów duszności, bólów i zawrotów głowy, nudności, wymiotów, oszołomienia, osłabienia, przyspieszenia czynności serca i oddychania, gdyż mogą być sygnałem, że ulegamy zatruciu czadem; w takiej sytuacji należy natychmiast przewietrzyć pomieszczenie, w którym się znajdujemy i zasięgnąć porady lekarskiej.
- W trosce o własne bezpieczeństwo, warto rozważyć zamontowanie w domu czujek dymu i gazu. Koszt zamontowania takich czujek jest niewspółmiernie niski do korzyści, jakie daje zastosowanie tego typu urządzeń. Dla własnego bezpieczeństwa zamontuj czujnik wykrywający tlenek węgla w pomieszczeniach, w których masz urządzenia grzewcze (nie dotyczy urządzeń grzewczych elektrycznych).

### **Podstawowe zasady postępowania z urządzeniami grzewczymi:**

1. Nie dogrzewaj pomieszczeń kuchenką gazową, ponieważ długotrwałe palenie się gazu powoduje ubytek tlenu w powietrzu oraz powstaje niewyczuwalny tlenek węgla (CO).
2. Pamiętaj, że butle gazowe w kuchni należy umieszczać w odległości co najmniej 1,5 m od urządzeń emitujących ciepło, np. piece, grzejniki (z wyjątkiem zestawów kuchni gazowych). Butle należy ustawiać pionowo, zabezpieczyć przed upadkiem i uderzeniem oraz z dala od urządzeń powodujących iskrzenie.
3. Nie należy pozostawiać bez dozoru włączonych urządzeń grzewczych, np. termowentylatorów, grzejników elektrycznych i innych urządzeń grzejnych, jak grzałki, czajniki elektryczne, żelazka, suszarki do włosów itp.
4. Nie należy włączać urządzeń grzejnych w pobliżu materiałów palnych (np. cieczy

palnych, ubrań, mebli itp.). Nie należy używać urządzeń elektrycznych z widocznymi uszkodzeniami przewodu zasilającego. Podłączenie do jednego gniazdka kilku urządzeń o dużym poborze mocy może spowodować przegrzanie instalacji elektrycznej.

5. Nie pozwalajmy dzieciom na zabawę łatwo palnymi substancjami, ogniem i urządzeniami elektrycznymi. Nie pozostawiajmy dzieci w domu bez opieki.
6. Prawo budowlane zobowiązuje zarządców oraz właścicieli obiektów budowlanych, w tym budynków mieszkalnych wielorodzinnych oraz jednorodzinnych, do przeprowadzania kontroli przewodów kominowych (dymowych, spalinowych i wentylacyjnych) co najmniej raz w roku oraz co najmniej dwa razy w roku, w terminach do 31 maja oraz do 30 listopada, w przypadku budynków o powierzchni zabudowy przekraczającej 2.000 m<sup>2</sup> oraz innych obiektów budowlanych o powierzchni dachu przekraczającej 1.000 m<sup>2</sup>.

Dodatkowo w myśl przepisów przeciwpożarowych w obiektach, w których odbywa się proces spalania paliwa stałego, ciekłego lub gazowego, usuwa się zanieczyszczenia z przewodów dymowych i spalinowych:

1. od palenisk opalanych paliwem stałym - co najmniej raz na 3 miesiące;
2. od palenisk opalanych paliwem płynnym i gazowym - co najmniej raz na 6 miesięcy;
3. od palenisk zakładów zbiorowego żywienia i usług gastronomicznych - co najmniej raz w miesiącu, jeżeli przepisy miejscowe nie stanowią inaczej.

W wymienionych obiektach usuwa się zanieczyszczenia z przewodów wentylacyjnych co najmniej raz w roku, jeżeli większa częstotliwość nie wynika z warunków użytkowych. Państwowa Straż Pożarna prowadzi systematyczne czynności kontrolne w zakresie prawidłowości eksploatacji instalacji użytkowych, w tym również czyszczenia przewodów kominowych. Pozytywne efekty przynoszą wspólne przedsięwzięcia podejmowane ze środowiskiem kominiarskim w zakresie działań edukacyjno-informacyjnych.

## Jak pomóc przy zatruciu tlenkiem węgla?

- należy natychmiast zapewnić dopływ świeżego, czystego powietrza, otwierając okna, a w skrajnych przypadkach wybijając szyby w oknie,
- wynieść osobę poszkodowaną w bezpieczne miejsce, jeśli nie stanowi to zagrożenia dla zdrowia osoby ratującej; w przypadku istnienia takiego zagrożenia pozostawić do przybycia służb ratowniczych,
- wezwać służby ratownicze (pogotowie ratunkowe 999, straż pożarna 998 lub 112),
- jeżeli osoba poszkodowana nie oddycha, ma zatrzymaną akcję serca, należy natychmiast zastosować sztuczne oddychanie, np. metodą usta - usta oraz masaż serca,
- nie wolno wpadać w panikę, kiedy znajdziemy dziecko lub dorosłego z objawami zaburzenia świadomości w kuchni, łazience lub garażu; należy jak najszybciej przystąpić do udzielania pierwszej pomocy.

## Zadbaj o warunki do ewakuacji na wypadek pożaru:

- nie stosuj krat w drzwiach i oknach, na klatkach schodowych i przejściach między nimi oraz wyjściach na dach - krata utrudni ewakuację podczas pożaru oraz wydłuży czas oczekiwania na pomoc strażaków; jeżeli musisz, zakładaj kraty, które można otworzyć od wewnątrz. Klucz przechowuj w miejscu, znanym wszystkim domownikom; pamiętaj, że podczas pożaru może to być jedyna droga ewakuacji,
- nie zastawiaj sprzętami korytarzy i dojsz do mieszkań - może to utrudnić ewakuację oraz dojście ratowników.

## W zakresie posługiwania się ogniem otwartym:

- dopilnuj, by dzieci nie bawiły się ogniem, materiałami pirotechnicznymi czy urządzeniami elektrycznymi, nigdy nie pozostawiaj małych dzieci bez opieki,
- nie pal śmieci w śmietnikach i nie dopuść do zaproszenia ognia w zsypie,
- nie pal papierosów w łóżku - ludzie giną nie tylko w pożarach obejmujących całe mieszkanie; zdarza się, że zaproszenie ognia niedopałkiem papierosa po zaśnięciu, prowadzi do śmiertelnego zatrucia,
- nie zapalaj świec w pobliżu materiałów łatwo zapalnych,
- nie pozostawiaj włączonej kuchenki bez dozoru - odparowanie wody z garnka może doprowadzić do zwęglenia pozostałości, zapalenia ich i silnego zadymienia mieszkania, szczególnie niebezpiecznego dla śpiących osób; przypadkowe wygaszenie kuchenki podczas gotowania może również doprowadzić do ulatniania się gazu i jego wybuchu,
- przestrzegaj zakazu używania wyrobów pirotechnicznych w pomieszczeniach,
- przestrzegaj instrukcji obsługi wyrobów pirotechnicznych,
- przestrzegaj wymagań prawa lokalnego w zakresie stosowania wyrobów pirotechnicznych,
- wyposaż mieszkanie w gaśnicę proszkową, minimum 2-kilogramową; taką gaśnicą będziesz mógł bezpiecznie gasić palące się urządzenia elektryczne pod napięciem,
- wyposaż mieszkanie w autonomiczną czujkę pożarową alarmującą o powstaniu dymu (podczas każdego pożaru wydzielają się duże ilości dymu).

## Gdy opuszczasz mieszkanie:

- sprawdź czy zostały wyłączone wszystkie odbiorniki prądu i gazu,
- przed opuszczeniem domu na dłuższy czas odłącz zasilanie prądem elektrycznym oraz zakręć zawory wody i gazu,
- u sąsiadów pozostaw informację, gdzie będziesz przebywać.

## Gdy powstanie pożar:

- zadzwoń do straży pożarnej pod numer 998 lub 112,
- staraj się zejść na piętro poniżej palącego się mieszkania lub wyjść na zewnątrz budynku, pamiętaj - dym unosi się do góry, nie wolno zjeżdżać windami, nie należy otwierać drzwi, przez które wydobywa się dym, gdyż dostarczenie większej ilości tlenu może spowodować szybki rozwój pożaru i płomienie mogą nas poparzyć,
- jeżeli nie możesz opuścić mieszkania, nie otwieraj drzwi prowadzących na korytarz, uszczelnij je, wzywaj krzykiem pomocy, wykonuj polecenia strażaków,
- nie gaś wodą urządzeń elektrycznych, grozi to porażeniem prądem; staraj się wyciągnąć z gniazdka przewód zasilający (np. drewnianym kijem od szczotki), można wykręcić bezpieczniki, by odłączyć dopływ prądu do mieszkania,
- powiadom o zagrożeniu sąsiadów,
- nie wdychaj dymu - zasłoń usta mokrą tkaniną; jeżeli to możliwe - zmocz swoje ubranie lub owiń ciało mokrą grubą tkaniną z naturalnych materiałów (z lnu, wełny, bawełny itp.).

## Gdy poczujesz gaz:

- zawiadom jak najszybciej pogotowie gazowe i administrację,
- powiadom sąsiadów,
- nie włączaj światła ani żadnych urządzeń elektrycznych,
- nie zapalaj zapalek ani zapalniczek,
- zamknij zawór gazu w mieszkaniu,
- otwórz szeroko okno,
- wyjdź na zewnątrz budynku.

## BEZPIECZNE UŻYTKOWANIE GAZOWYCH GRZEJNIKÓW WODY PRZEPŁYWOWEJ

Gaz jest szeroko rozpowszechnionym nośnikiem energii, stosowanym powszechnie w gospodarstwach domowych. Szczelność instalacji gazowej jest dla każdego oczywistym warunkiem bezpiecznego użytkowania gazu, gdyż jego mieszanina z powietrzem grozi wybuchem. Większość użytkowników gazu nie wie jednak kiedy może pojawić się zagrożenie zatruciem tlenkiem węgla (potocznie zwanym czadem). Każdego roku, z powodu zatrucia tlenkiem węgla pochodzącym z gazowych grzejników wody przepływowej, umiera w Polsce ok. 100 osób, a kilka razy więcej ulega zatruciu wymagającym hospitalizacji.

Przeważająca większość wypadków śmiertelnych, średnio około 85% rocznie, zdarza się między 1 listopada a 31 marca, a więc w porze chłodnej. Przyczyną tego są zamknięte, szczelne okna. Można łatwo zapobiec powstawaniu tlenku węgla i jego przenikaniu do mieszkań, spełniając cztery podstawowe warunki bezpiecznego użytkowania urządzeń spalających gaz.

Są to:

- 1) prawidłowa instalacja,
- 2) stały dopływ świeżego powietrza,
- 3) swobodny odpływ spalin,
- 4) właściwa eksploatacja zapewniająca dobry stan techniczny urządzenia gazowego.

Są one przedstawione poniżej w skrócie. Więcej informacji można znaleźć w opracowaniu J. A. Żurańskiego pt: Warunki bezpiecznego użytkowania domowych urządzeń spalających gaz na stronie Instytutu Techniki Budowlanej: [www.itb.pl/porady](http://www.itb.pl/porady), a informacje o wentylacji mieszkań na stronie Stowarzyszenia Polska Wentylacja [www.wentylacja.org.pl](http://www.wentylacja.org.pl).

## **PRAWIDŁOWA INSTALACJA**

Zainstalowania lub wymiany piecyka gazowego może dokonać jedynie uprawniony specjalista, zgodnie z instrukcją producenta. Wykonywanie prac instalacyjnych i regulacyjnych przez osobę nieuprawnioną może stworzyć zagrożenie dla zdrowia i życia mieszkańców. Takie same wymagania, co do prac instalacyjnych i regulacyjnych dotyczą kuchenek gazowych. Kuchenka powinna znajdować się jak najbliżej wywiewnej kratki wentylacyjnej, a stanowiska pracy powinny być usytuowane między oknem a kuchenką tak, aby nad nimi następował przepływ świeżego powietrza. Zgodnie z art. 62 Ustawy Prawo Budowlane instalacja gazowa powinna być sprawdzana co najmniej raz w roku. Kontrola powinna być przeprowadzana przez osoby uprawnione, a obowiązek poddania obiektu kontroli spoczywa na właścicielu lub zarządcy.

## **STAŁY DOPŁYW ŚWIEŻEGO POWIETRZA**

Stały dopływ świeżego (zewnątrznego) powietrza do urządzenia, w którym następuje spalanie gazu ma podstawowe znaczenie. Brak dopływu świeżego powietrza powoduje niedobór tlenu. Wynikiem tego niedoboru jest niezupełne spalanie i powstawanie tlenku węgla. Następuje to wówczas, gdy okna mieszkania są szczelnie zamknięte. Stały dopływ powietrza do mieszkania jest również warunkiem niezbędnym swobodnego odpływu spalin. W związku z tym należy pamiętać aby przed każdą kąpielą dobrze przewietrzyć łazienkę, szczelne okna były wyposażone w nawiewniki powietrza, a podczas kąpieli uchylone było okno w mieszkaniu lub łufcik. Zasłanianie kratki wentylacyjnych, zarówno nawiewnej w drzwiach do łazienki, jak i wywiewnej na wlocie do przewodu wentylacyjnego grozi śmiertelnym zatruciem. Podczas kąpieli nie należy używać innych urządzeń służących do spalania gazu, jak kuchenka gazowa, piekarnik, bowiem powodują one zmniejszenie ilości tlenu w mieszkaniu, co sprzyja niezupełnemu spalaniu gazu. Kąpiel w łazience, połączona z kilkukrotnym włączaniem i wyłączaniem piecyka gazowego, powinna trwać możliwie krótko.

## SWOBODNY ODPIYW SPALIN

Piecyk gazowy powinien być szczelnie przyłączony do przewodu spalinowego, a przewód spalinowy musi być szczelny i drożny. Nieszczelny komin powoduje osłabienie ciągu lub może być przyczyną przenikania spalin do sąsiadujących z nim pomieszczeń. Przewody kominowe (dymowe, spalinowe i wentylacyjne) należy kontrolować zgodnie z obowiązującymi przepisami, tzn. co najmniej raz w roku. Kontrola powinna być przeprowadzona przez osoby uprawnione, a obowiązek poddania obiektu kontroli spoczywa na właścicielu lub zarządcy. **Warunkiem swobodnego odpływu spalin jest jednak nie tylko drożny przewód spalinowy, lecz także stały dopływ świeżego powietrza do pomieszczenia, w którym następuje spalanie gazu. Nie będzie odpływu spalin, jeżeli pracujący piecyk gazowy będzie się znajdował w zamkniętym, uszczelnionym mieszkaniu. Stały dopływ powietrza do pomieszczenia, w którym włączono piecyk gazowy, jest więc warunkiem niezbędnym do spełnienia dwóch podstawowych wymagań bezpieczeństwa - zupełnego spalania gazu i swobodnego odpływu spalin.** Instalowanie wentylatora w pomieszczeniu, w którym znajduje się piecyk gazowy jest zabronione. Podczas kąpieli nie należy włączać wentylatora w kuchni lub w innym miejscu w mieszkaniu, ponieważ jego działanie osłabia naturalny ciąg spalin w przewodzie spalinowym piecyka gazowego.

## DOBRY STAN TECHNICZNY URZĄDZENIA GAZOWEGO

Urządzenia gazowe powinny być utrzymywane w czystości i w dobrym stanie technicznym, a także okresowo kontrolowane zgodnie z zaleceniami producenta. Obowiązek utrzymania wymaganego stanu technicznego urządzeń gazowych i ich udostępnienia do kontroli nakłada na użytkownika lokalu Rozporządzenie Ministra Spraw Wewnętrznych i Administracji z dnia 16 sierpnia 1999 r. w sprawie warunków technicznych użytkowania budynków mieszkalnych (Dz. U. Nr 74 z dnia 9.09.1999r., poz. 836, § 17 ust. 1 i 2). W trosce o bezpieczeństwo własne i swojej rodziny do tego obowiązku powinien się poczuwać każdy użytkownik urządzeń gazowych. Piecyk gazowy używany od wielu lat należy niezwłocznie zgłosić do kontroli. Stary, zużyty, nie czyszczony i rozregulowany piecyk gazowy zagraża życiu. Naprawa i konserwacja urządzenia gazowego może być powierzona wyłącznie osobom posiadającym świadectwa kwalifikacyjne.

## CZYNNIKI RYZYKA I PIERWSZA POMOC

**Czynnikami ryzyka są:** wysokie stężenie tlenu węgla we wdychanym powietrzu, długi czas przebywania w pomieszczeniu zawierającym tlenek węgla, szybki i głęboki oddech oraz wysoki początkowy poziom tlenu węgla we krwi przed kąpielą, wynikający z jego obecności w powietrzu zewnętrznym (spaliny samochodowe, miejskie lub przemysłowe), albo w mieszkaniu (długotrwałe gotowanie na gazie bez należytej wentylacji, dym papierosowy). **Czynnikiem najwyższego ryzyka są szczelne okna.** Zdarzały się wypadki zatrucia, które następowały po wymianie okien na bardziej szczelne. Zastosowanie nawiewników powietrza zmniejsza to ryzyko, należy jednak zwrócić uwagę, że nawiewniki powietrza nie zapewniają całkowitego bezpieczeństwa w czasie pracy piecyka gazowego, dlatego konieczne są dodatkowe działania,

wymienione wyżej.

**Objawy zatrucia to:** ból i zawroty głowy, mdłości, osłabienie, a następnie wymioty i utrata przytomności. Pierwsze objawy złego samopoczucia w czasie kąpieli mogą być początkowym sygnałem zatrucia, którego nie wolno lekceważyć! Utrata przytomności może nastąpić już za chwilę!

**Pierwsza pomoc polega na:** natychmiastowym otwarciu okien i drzwi balkonowych, aby jak najszybciej doprowadzić do mieszkania dużą ilość świeżego powietrza. Osobę z objawami zatrucia należy ułożyć w strumieniu świeżego powietrza i dobrze okryć, aby nie dopuścić do utraty ciepła (zwłaszcza, że są to najczęściej osoby wyniesione właśnie z kąpieli). Jeżeli zatruciu towarzyszą wymioty, to należy chorego położyć na boku. Jednocześnie należy wyłączyć piecyk gazowy lub inne urządzenie spalające gaz, które było czynne w czasie wypadku oraz wezwać pogotowie ratunkowe.

## **Pamiętajmy !**

**Od stosowania się do powyższych rad może zależeć zdrowie i życie Twoje oraz Twoich bliskich. Wystarczy jedynie odrobina przezorności.**