

C'È FUMO FUORI? PROTEGGI LA TUA SALUTE



Controlla se ci sono allarmi antincendio nella tua zona
www.emergency.vic.gov.au



Evita di fare attività fisica fuori – in particolare le persone affette da disturbi cardiaci o polmonari (come l'asma), i bambini, le donne in stato di gravidanza e chi ha più di 65 anni.



Fai una pausa con aria condizionata in una biblioteca di zona o in un centro commerciale.



Se non sei minacciato da un incendio, **evita di respirare il fumo rimanendo dentro.**



Prenditi cura dei vicini anziani o di altre persone a rischio.



Rispetta il tuo piano di cure se soffri di un disturbo cardiaco o polmonare (come l'asma).



Telefona a NURSE-ON-CALL al numero 1300 60 60 24 se stai accusando disturbi che possono essere dovuti all'esposizione al fumo come prurito agli occhi, mal di gola, naso che cola o tosse.



Telefona allo 000 se qualcuno ha difficoltà a respirare, respira affannosamente o accusa un senso di oppressione al torace.

Per maggiori informazioni:

- Consigli su come evitare il fumo e stare al fresco quando fa caldo: Better Health Channel – www.betterhealth.vic.gov.au
- Qualità dell'aria e fumo dovuto agli incendi boschivi: Environment Protection Authority (EPA) – www.epa.vic.gov.au
- La tua sicurezza: Vic Emergency – www.emergency.vic.gov.au oppure chiama la Victorian Bushfire Information Line (Linea informazioni sugli incendi nel Victoria) – **1800 240 667**
Gli utenti del servizio TTY dovrebbero usare il National Relay Service (telefono 1800 555 677) e poi chiedere di passare il 1800 240 667
- Asthma Foundation of Victoria (Fondazione del Victoria per la lotta all'asma) – www.asthma.org.au