



Ostrzeżenie 1 stopnia o zanieczyszczeniu powietrza dla miasta Krakowa, miasta Tarnowa, miasta Nowego Sącza, powiatu bocheńskiego, powiatu brzeskiego, powiatu dąbrowskiego, powiatu gorlickiego, powiatu krakowskiego, powiatu miechowskiego, powiatu nowotarskiego, powiatu oświęcimskiego, powiatu proszowickiego, powiatu suskiego, powiatu tarnowskiego, powiatu wielickiego

 **MAŁOPOLSKA**  
W ZDROWEJ ATMOSFERZE



Ostrzeżenie 1 stopnia o zanieczyszczeniu powietrza dla miasta Krakowa, miasta Tarnowa, miasta Nowego Sącza, powiatu bocheńskiego, powiatu brzeskiego, powiatu dąbrowskiego, powiatu gorlickiego, powiatu krakowskiego, powiatu miechowskiego, powiatu nowotarskiego, powiatu oświęcimskiego, powiatu proszowickiego, powiatu suskiego, powiatu tarnowskiego, powiatu wielickiego

**Obowiązuje w dniu 23.03.2022 od godz. 06.00 do 24.00**

Ostrzeżenie o ryzyku przekroczenia poziomu dopuszczalnego **pyłu PM10** ze względu na zwiększoną emisję zanieczyszczeń oraz niekorzystne warunki meteorologiczne.

### **Obowiązujące ograniczenia**

**Obowiązuje zakaz eksploatacji kominków i ogrzewaczy pomieszczeń na węgiel lub drewno (kozy, piece kaflowe), jeżeli nie stanowią jedyne źródła ciepła.**

\* Na obszarze Krakowa zakaz używania wszystkich kominków i ogrzewaczy na węgiel i drewno obowiązuje przez cały rok.

### **Zalecenia zdrowotne**

- Rozważ ograniczenie intensywnego wysiłku fizycznego na zewnątrz, jeśli odczuwasz pieczenie w oczach, kaszel lub ból gardła.
- Ogranicz wietrzenie pomieszczeń.
- Unikaj działań zwiększających zanieczyszczenie powietrza, np. korzystania z samochodu, używania dmuchaw do liści, rozpalania ognisk.
- Śledź na bieżąco [informacje o zanieczyszczeniu powietrza](#)

Dodatkowe zalecenia dla osób o większej wrażliwości na zanieczyszczenie powietrza (dzieci i młodzież, osoby starsze i w podeszłym wieku, osoby z zaburzeniami układu oddechowego lub krwionośnego, osoby zawodowo narażone na zapylenie oraz osoby palące papierosy i bierni palacze)

- Ogranicz intensywny wysiłek fizyczny na zewnątrz.
- Nie zapominaj o normalnie przyjmowanych lekach.
- Osoby z astmą mogą silniej odczuwać objawy (duszność, kaszel, świsty) i potrzebować



Ostrzeżenie 1 stopnia o zanieczyszczeniu powietrza dla miasta Krakowa, miasta Tarnowa, miasta Nowego Sącza, powiatu bocheńskiego, powiatu brzeskiego, powiatu dąbrowskiego, powiatu gorlickiego, powiatu krakowskiego, powiatu miechowskiego, powiatu nowotarskiego, powiatu oświęcimskiego, powiatu proszowickiego, powiatu suskiego, powiatu tarnowskiego, powiatu wielickiego

- W przypadku nasilenia objawów chorobowych zalecana jest konsultacja z lekarzem.

**Władze gmin zobowiązane są do prowadzenia intensywnych kontroli, aby zapobiegać spalaniu odpadów.**

**1**  
stopień  
zagrożenia

**KOD ŻÓŁTY** >>> ryzyko przekroczenia poziomu dopuszczalnego dla pyłu **PM10 (50 µg/m<sup>3</sup>)**

**OBOWIĄZUJE:**

- ZAKAZ** używania kominków, jeżeli nie stanowią one jedyne źródła ogrzewania\*
- OGRANICZ** aktywność fizyczną poza domem
- UNIKAJ** działań zwiększających zanieczyszczenie powietrza, np. rozpalania ognisk, korzystania z samochodu
- OGRANICZ** wietrzenie pomieszczeń

\*W Krakowie obowiązuje całkowity zakaz stosowania węgla i drewna przez cały rok.

**Pamiętaj także o:**

- ✓ zwiększeniu opieki nad osobami przewlekle chorymi,
- ✓ śledzeniu informacji o zanieczyszczeniu powietrza.
- ! W przypadku nasilenia objawów chorobowych zalecana jest konsultacja z lekarzem.

**Mieszkańcu z grupy ryzyka:**

- ✓ pamiętaj o przyjmowanych lekach,
- ✓ stosuj maseczki przeciwpyłowe i oczyszczacze powietrza.
- ! Osoby z astmą mogą silniej odczuwać objawy (duszność, kaszel, świsty) i potrzebować swoich leków częściej niż normalnie.

### Więcej informacji:

[Aktualna jakość powietrza w Małopolsce](#)

[Wpływ zanieczyszczenia powietrza na zdrowie](#)

[Wymagania uchwał antysmogowych obowiązujących w Małopolsce](#)

[Dostępne programy dofinansowania do wymiany ogrzewania, ocieplenia budynku i instalacji odnawialnych źródeł energii](#)



Ostrzeżenie 1 stopnia o zanieczyszczeniu powietrza dla miasta Krakowa, miasta Tarnowa, miasta Nowego Sącza, powiatu bocheńskiego, powiatu brzeskiego, powiatu dąbrowskiego, powiatu gorlickiego, powiatu krakowskiego, powiatu miechowskiego, powiatu nowotarskiego, powiatu oświęcimskiego, powiatu proszowickiego, powiatu suskiego, powiatu tarnowskiego, powiatu wielickiego

