



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 limanowskiego, powiatu miechowskiego, powiatu myślenickiego, powiatu nowosądeckiego, powiatu nowotarskiego, powiatu oświęcimskiego, powiatu proszowickiego, powiatu suskiego, powiatu tarnowskiego, powiatu

**Obowiązuje w dniu 30.12.2021 od godz. 06.00 do 24.00** wadowickiego, powiatu wielickiego  
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 jedynego 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 swoich leków częściej niż normalnie.
- W przypadku nasilenia objawów chorobowych zalecana jest konsultacja z lekarzem.

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

## **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](#)

[Kliknij, by zmienić powiat, dla którego otrzymujesz ostrzeżenia](#)

Jeśli nie chcesz otrzymywać naszych wiadomości: [Usuń z wszystkich list](#) lub [Zmień ustawienia list](#).  
Wiadomość wysłana automatycznie, prosimy na nią nie odpowiadać.



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 limanowskiego, powiatu  
miechowskiego, powiatu myślenickiego, powiatu nowosądeckiego,  
powiatu nowotarskiego, powiatu oświęcimskiego, powiatu  
proszowickiego, powiatu suskiego, powiatu tarnowskiego, powiatu  
wadowickiego, powiatu wielickiego

