



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

 **MAŁOPOLSKA**
W ZDROWEJ ATMOSFERZE



Obowiązuje w dniu 24.03.2022 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.



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

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.

1
stopień zagrożenia
KOD ŻÓŁTY >>> ryzyko przekroczenia poziomu dopuszczalnego dla pyłu **PM10 (50 µg/m³)**

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](#)



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

[Wymagania uchwał antysmogowych obowiązujących w Małopolsce](#)

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

