

## Ostrzeżenie 1 stopnia o zanieczyszczeniu powietrza dla powiatu suskiego

**Obowiązuje w dniu 28.01.2021 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 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.

-eko-  
MAŁOPOLSKA

**1**  
stopień  
zagrożenia

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

**OBOWIĄDUJE:**

 <p><b>ZAKAZ</b> używania kominków, jeżeli nie stanowią one jedyne go źródła ogrzewania*</p>	 <p><b>OGRANICZ</b> aktywność fizyczną poza domem</p>
 <p><b>UNIKAJ</b> działań zwiększających zanieczyszczenie powietrza, np. rozpalania ognisk, korzystania z samochodu</p>	 <p><b>OGRANICZ</b> wietrzenie pomieszczeń</p>

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

<p><b>Pamiętaj także o:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>✓ zwiększeniu opieki nad osobami przewlekle chorymi,</li><li>✓ śledzeniu informacji o zanieczyszczeniu powietrza.</li></ul> <p><b>!</b> W przypadku nasilenia objawów chorobowych zalecana jest konsultacja z lekarzem.</p>	<p><b>Mieszkańcu z grupy ryzyka:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>✓ pamiętaj o przyjmowanych lekach,</li><li>✓ stosuj maseczki przeciwpyłowe i oczyszczacze powietrza.</li></ul> <p><b>!</b> Osoby z astmą mogą silniej odczuwać objawy (duszność, kaszel, świsty) i potrzebować swoich leków częściej niż normalnie.</p>
---	--

Dowiedź się więcej:

- [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](#)