

**Ostrzeżenie 1 stopnia o zanieczyszczeniu powietrza** dla miasta Krakowa, miasta Tarnowa, miasta Nowego Sącza, powiatu bocheńskiego, powiatu brzeskiego, powiatu chrzanowskiego, powiatu dąbrowskiego, powiatu gorlickiego, powiatu krakowskiego, powiatu limanowskiego, powiatu miechowskiego, powiatu myślenickiego, powiatu nowosądeckiego, **powiatu nowotarskiego**, powiatu olkuskiego, powiatu oświęcimskiego, powiatu proszowickiego, powiatu suskiego, powiatu tarnowskiego, powiatu tatrzańskiego, powiatu wadowickiego, powiatu wielickiego

**Obowiązuje w dniu 16.02.2021 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.**

**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](#)