|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | PB.5531.459.2020   |  |  | | --- | --- | | **Ostrzeżenie 1 stopnia o zanieczyszczeniu powietrza**  **dla powiatu nowotarskiego**   |  | | --- | |  | | | |  | | --- | | **Obowiązuje w dniu 19.11.2020 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 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](https://powietrze.malopolska.pl/jakosc-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.** | | | |
| |  |  |  | | --- | --- | --- | | |  |  | | --- | --- | | |  | | --- | | Dowiedź się więcej: | | | | |  |  | | --- | --- | | |  | | --- | | * [Aktualna jakość powietrza w Małopolsce](https://powietrze.malopolska.pl?mailpoet_router&endpoint=track&action=click&data=WyI4NzAiLCI3NjYyODUiLCI3MjAyOCIsIjJiOTYwMzBjM2IxMSIsZmFsc2Vd) * [Wpływ zanieczyszczenia powietrza na zdrowie](https://powietrze.malopolska.pl?mailpoet_router&endpoint=track&action=click&data=WyI4NzAiLCI3NjYyODUiLCI3MjAyOCIsImM4Zjk1Y2RjN2MwNiIsZmFsc2Vd) * [Wymagania uchwał antysmogowych obowiązujących w Małopolsce](https://powietrze.malopolska.pl?mailpoet_router&endpoint=track&action=click&data=WyI4NzAiLCI3NjYyODUiLCI3MjAyOCIsIjljNjViYjEwOTE0YyIsZmFsc2Vd) * [Dostępne programy dofinansowania do wymiany ogrzewania, ocieplenia budynku i instalacji odnawialnych źródeł energii](https://powietrze.malopolska.pl?mailpoet_router&endpoint=track&action=click&data=WyI4NzAiLCI3NjYyODUiLCI3MjAyOCIsIjU1NjY1MzFlZGUyMiIsZmFsc2Vd) | | |  |  |  | | --- | --- | | |  | | --- | |  | | |