|  |  |
| --- | --- |
| Ostrzeżenie 1 stopnia o zanieczyszczeniu powietrza dla powiatu limanowskiego, powiatu nowotarskiego

|  |
| --- |
|  |

 |
|

|  |
| --- |
| Obowiązuje w dniu 05.12.2022 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 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.** |

 |