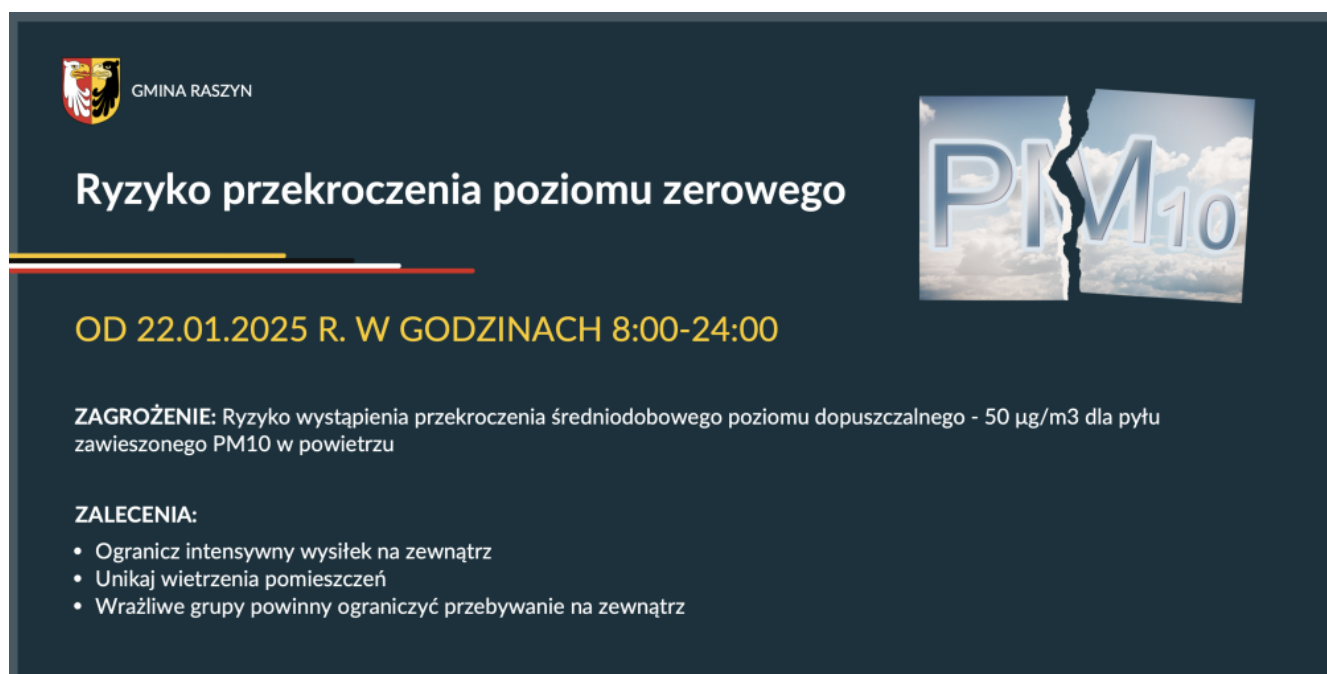


# Powiadomienie o ryzyku wystąpienia przekroczenia poziomu informowania dla pyłu zawieszonego PM10 w powietrzu



The infographic features the coat of arms of Gmina Raszyn and the text 'GMINA RASZYN'. The main title is 'Ryzyko przekroczenia poziomu zerowego'. A graphic shows the letters 'PM10' in a blue sky with clouds, split by a jagged crack. Below the title, the date and time are given as 'OD 22.01.2025 R. W GODZINACH 8:00-24:00'. The risk is described as 'Ryzyko wystąpienia przekroczenia średniodobowego poziomu dopuszczalnego - 50 µg/m3 dla pyłu zawieszonego PM10 w powietrzu'. Recommendations include limiting outdoor activities, avoiding window opening, and sensitive groups limiting outdoor time.

**GMINA RASZYN**

## Ryzyko przekroczenia poziomu zerowego

**OD 22.01.2025 R. W GODZINACH 8:00-24:00**

**ZAGROŻENIE:** Ryzyko wystąpienia przekroczenia średniodobowego poziomu dopuszczalnego - 50 µg/m<sup>3</sup> dla pyłu zawieszonego PM10 w powietrzu

**ZALECENIA:**

- Ogranicz intensywny wysiłek na zewnątrz
- Unikaj wietrzenia pomieszczeń
- Wrażliwe grupy powinny ograniczyć przebywanie na zewnątrz

## Ryzyko przekroczenia poziomu zerowego!

**Data wystąpienia: 22.01.2025**

Ze względu na obecne warunki zanieczyszczenia powietrza przypominamy o ważnych środkach ostrożności, szczególnie dla osób z grup wrażliwych oraz całej społeczności.

### **Wrażliwe grupy ludności:**

- Osoby starsze, kobiety w ciąży, dzieci,
- Osoby z chorobami nowotworowymi oraz ozdrowieńcy,
- Osoby cierpiące na choroby serca i przewlekłe choroby układu oddechowego (astma, POChP).

### **Możliwe negatywne skutki dla zdrowia:**

- Zwiększenie ryzyka infekcji dróg oddechowych,
- Pogorszenie samopoczucia u osób z chorobami serca (ból w klatce piersiowej, brak tchu),
- Nasilenie objawów u osób z chorobami układu oddechowego (np. kaszel, duszność, ataki astmy).

### **Zalecane środki ostrożności dla wszystkich:**

- Ogranicz wietrzenie pomieszczeń,
- Unikaj działań zwiększających zanieczyszczenie powietrza (np. palenie w kominku).

### **Dla grup wrażliwych:**

- Ogranicz przebywanie na zewnątrz i intensywny wysiłek fizyczny,
- Osoby z astmą powinny mieć swoje leki przy sobie i stosować je częściej, jeśli zajdzie potrzeba,
- W przypadku nasilenia objawów skonsultuj się z lekarzem.

### **Dodatkowe zalecenia:**

- Śledź informacje o jakości powietrza na:  
<https://powietrze.gios.gov.pl/pjp/current>.
- 

### **Zagrożenie:**

- Ryzyko wystąpienia przekroczenia średniodobowego poziomu dopuszczalnego - 50 µg/m<sup>3</sup> dla pyłu zawieszonego PM<sub>10</sub> w powietrzu

### **Data wystąpienia:**

- 22.01.2025 r.

### **Przewidywany czas trwania:**

- Od godz. 08:00 dnia 22.01.2025 r. do godz. 24:00 dnia 22.01.2025 r.

### **Przyczyny:**

- Warunki meteorologiczne utrudniające rozprzestrzenianie się zanieczyszczeń,
- Emisja z sektora bytowo-komunalnego szczególnie w okresie grzewczym,
- Oddziaływanie emisji związanej z intensywnym ruchem pojazdów w centrum miasta.

Powiadomienie o ryzyku wystąpienia przekroczenia poziomu informowania dla pyłu zawieszonego PM10 w powietrzu

**Załącznik    Rozmiar**

[Komunikat GIOS](#) 68.1 KB    Pobierz

- [Udostępnij](#)
- [Tweet](#)
- [Drukuj](#)
- [PDF](#)

[wszystkie aktualności](#)