

UWAGA! Ryzyko przekroczenia poziomu OZONU



The infographic features a grey background with stylized clouds. At the top left is the Gmina Raszyn logo. The main title 'UWAGA!' is in large, bold, black letters. Below it, 'RYZIKO PRZEKROCZENIA POZIOMU OZONU' is also in bold. To the left of the title is a warning triangle icon, and to the right is a cloud icon with 'O₃' inside. Below the title, a calendar icon is next to the date '31.07.2026 r. (piątek)' and the time 'od godz. 13:30 do 18:00'. To the right of this is a location pin icon and the text 'obszar: powiaty grójecki, makowski, otwocki, pruszkowski, Radom oraz m. st. Warszawa'. Below these, a line of text states 'Warunki pogodowe sprzyjają kumulowaniu się zanieczyszczeń.' At the bottom, there are two columns: 'Szczególnie narażeni:' with a bulleted list of vulnerable groups, and 'Zalecenia:' with a bulleted list of advice.

Ryzyko przekroczenia poziomu informowania
dla ozonu O₃ – 180 µg/m³

UWAGA!

RYZIKO PRZEKROCZENIA POZIOMU OZONU

 

 **31.07.2026 r.**
(piątek)
od godz. 13:30 do 18:00

 obszar: powiaty
**grójecki, makowski, otwocki,
pruszkowski, Radom oraz
m. st. Warszawa**

Warunki pogodowe sprzyjają kumulowaniu się zanieczyszczeń.

Szczególnie narażeni:

- dzieci
- seniorzy
- kobiety w ciąży
- osoby chore

Zalecenia:

- ogranicz aktywność na zewnątrz
- nie pal w kominku „dla przyjemności”
- zadbaj o zdrowie swoje i bliskich

Uwaga! Ryzyko przekroczenia poziomu informowania dla ozonu

Główny Inspektorat Ochrony Środowiska informuje o ryzyku przekroczenia jednogodzinnego poziomu informowania dla ozonu O₃, wynoszącego 180 µg/m³.

Ostrzeżenie obowiązuje 31 lipca 2026 r. w godz. 13:30–18:00 i obejmuje m.in. powiat pruszkowski, a także powiaty: grójecki, makowski, otwocki, Radom oraz m.st. Warszawę.

Przyczyną zagrożenia są warunki sprzyjające powstawaniu ozonu w atmosferze, w tym wysoka temperatura, intensywne nasłonecznienie oraz słaby wiatr.

Szczególną ostrożność powinny zachować dzieci, seniorzy, kobiety w ciąży, osoby przewlekłe chore na choroby układu oddechowego, osoby z obniżoną odpornością oraz osoby wrażliwe na upały.

Zaleca się ograniczenie do minimum przebywania na otwartej przestrzeni oraz unikanie intensywnego wysiłku fizycznego na zewnątrz. Osobom chorym i

starszym należy zapewnić odpowiednią opiekę oraz dostęp do przyjmowanych leków.

Wysokie stężenie ozonu może powodować m.in. kaszel, duszności, podrażnienie dróg oddechowych i oczu, bóle głowy oraz bóle w klatce piersiowej.

Aktualne informacje o jakości powietrza można śledzić na stronie Głównego Inspektoratu Ochrony Środowiska.

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

[wszystkie aktualności](#)