



## LINKI DO STATYSTYK JAKOŚCI POWIETRZA W PIASECZNI

[www.czujskimijskie.pl/public/piaseczno/](http://www.czujskimijskie.pl/public/piaseczno/)

### INNE WAŻNE LINKI:

smog lab: [www.smoglab.pl](http://www.smoglab.pl)

polski alarm smogowy: [www.polskialarmsmogowy.pl](http://www.polskialarmsmogowy.pl)

gmina Piaseczno o smogu: [www.piaseczno.eu/szkodliwosc-niskiej-emisji-prawda-czy-mit/](http://www.piaseczno.eu/szkodliwosc-niskiej-emisji-prawda-czy-mit/)

### DOTACJE Z GMINY

[www.bip.piaseczno.eu/artukul/148/494/uzyskanie-dotacji-celowej-z-budzetu-gminy-na-dofinansowanie-inwestycji-zwiazanej-z-wykorzystaniem-odnawialnych-zrodel-energii-w-gminie-](http://www.bip.piaseczno.eu/artukul/148/494/uzyskanie-dotacji-celowej-z-budzetu-gminy-na-dofinansowanie-inwestycji-zwiazanej-z-wykorzystaniem-odnawialnych-zrodel-energii-w-gminie-)

### DOTACJE RZĄDOWE:


[www.fundacjaczystepowietrze.pl](http://www.fundacjaczystepowietrze.pl)

[www.gov.pl/web/aktywa-panstwowe/program-moj-prad-zalozenia-szczegolowe](http://www.gov.pl/web/aktywa-panstwowe/program-moj-prad-zalozenia-szczegolowe)

film animowany: [www.youtube.com/watch?v=GgF-fvWvj7A](https://www.youtube.com/watch?v=GgF-fvWvj7A)

### Organizator akcji:

Inicjatywa Społeczna. Alarm dla Klimatu - Piaseczno

znajdź nas:  /Alarm-dla-Klimatu-Piaseczno

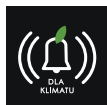
napisz do nas: [alarmdlaklimatu.piaseczno@gmail.com](mailto:alarmdlaklimatu.piaseczno@gmail.com)

### Akcję wspierają:

Strajk dla Ziemi [www.facebook.com/earthstrikepl/](http://www.facebook.com/earthstrikepl/)

Warszawa bez smogu  /Warszawa bez smogu

Wiedza o zmianach klimatu: [www.naukaoklimacie.pl](http://www.naukaoklimacie.pl)



ang. smoke (dym) i fog (mgła)

**A CO TO TAKIEGO?** Jest to zjawisko atmosferyczne powstałe w wyniku wymieszania się mgły z dymem i spalinami. Smog to pyły zawieszone i gazy.

**Skład:** W skład szkodliwego dla ludzi i zwierząt smogu wchodzi przede wszystkim:

- pyły zawieszone różnej wielkości PM<sub>2,5</sub>, PM<sub>5</sub>, PM<sub>10</sub>
- węglowodory aromatyczne wśród nich benzopiren B (a) P (rakovórczy)
- dwutlenek siarki
- tlenki azotu
- tlenki węgla
- dioksydy (wśród nich są i te rakovórcze)
- furany
- ołów, arsen, nikiel, kadm, a nawet rtęć

**SM  
OG**

### SKĄD SIĘ BIERZE?

Współtwórcami smogu jesteśmy MY LUDZIE.

Przyczyniamy się do powstawania smogu spalając: paliwa kopalne (węgiel, ropę i gaz), śmiecie, drewno. A więc ogrzewając nasze budynki, jeżdżąc samochodem, grillując, kosząc trawnik kosiarką spalinową, odkurzając liście. Głównymi źródłami zanieczyszczeń są lokalne kotłownie, nasze domowe piece i samochody (diesel najbardziej), często zakłady przemysłowe, elektrownie i elektrociepłownie.

### WPŁYW NA ZDROWIE?

Smog może wywołać nowe choroby lub też spotęgować już istniejące dolegliwości. Szczególnie niebezpieczny jest dla dzieci i matek w ciąży. Lista zaburzeń zdrowotnych jest bardzo długa. Wymienimy tylko przykładowe:

- bezsenność i bóle głowy
- stany depresyjne
- zapalenia oskrzeli
- niewydolność płuc
- rak płuc
- udar mózgu
- zawał
- nadciśnienie tętnicze

- obumarcie płodu
- zmiany anatomiczne w mózgu
- trwała ekspozycja na pył zawieszony może nasilać i przyspieszać proces starzenia się układu nerwowego



## ALARMUJĄCE DANE!



- Wśród krajów UE Polska jest w pierwszej 2 krajów o najgorszej jakości powietrza (obok Bułgarii)
- 36 z 50 miast Unii Europejskiej o największym stężeniu pyłu PM 2,5 znajduje się w Polsce
- W Polsce z powodu smogu umiera 47 tysięcy osób rocznie czyli ponad 120 osób dziennie.
- W styczniu 2017 w Rybniku wystąpiło rekordowo wysokie dobowe stężenie pyłów PM10, normy zostały przekroczone o 1700%
- Po 5min oddychania smogiem najmniejsze cząstki PM1 i PM 2.5 znajdują się w naszym całym organizmie, są w naszej każdej komórce.
- Pierwsze objawy zatrucia smogiem to katar i ból gardła
- W domach i mieszkaniach stężenie smogu jest niewiele niższe niż na zewnątrz
- Smog nie tylko zanieczyszcza nas, ale opada i zanieczyszcza glebę, wody, nasze uprawy

## CO MOGĘ ZROBIĆ?



**PRZED SMOGIEM NIE UCIEKNIESZ NA MARSĄ!  
PRZEDE WSZYSTKIM DOŁÓŻ WSZELKICH STARAŃ aby smog  
w twoim otoczeniu ZNIKNĄŁ, więc:**

- Nie pal w piecu: niskiej jakości węglem i drewnem, mokrym drewnem, śmieciami, plastikiem, gumą, lakierowanym drewnem
- Pamiętaj! Spalanie odpadów poza miejscami do tego wyznaczonymi podlega karze grzywny do 5 000 zł. (Art.191 Ustawy z dnia 14 grudnia 2012 r. o odpadach).
- Wymień stary piec tzw. „kopciuch” (do 2023 roku zgodnie z uchwałą sejmiku wojewódzkiego wszystkie kopciuchy muszą zostać wymienione)
- Oszczędzaj energię, zaplanuj termoizolację swojego domu, żeby zmniejszyć zużycie energii



- Zainwestuj w odnawialne źródła energii (energię słoneczną, wiatrową, geotermię)
- Ogranicz jazdę samochodem spalinowym do minimum, w miarę możliwości poruszaj się rowerem, komunikacją miejską
- Jeśli musisz używać samochodu to stosuj carpooling, czyli wspólne dojazdy
- Uświadamiaj innych i reaguj, gdy ktoś w okolicy zatrzuwa powietrze!
- Nie wystawiaj lakierowanych mebli, przedmiotów z plastiku etc. na ulicę „do wzięcia”, bo może się okazać, że posłużą jako materiał opałowy.



## A GDY JESTEŚ SKAZANY NA SMOG TO:

- Po pobycie w strefie smogu, po powrocie do domu przemyj oczy i wydmuchaj nos, w czasie smogu nie uprawiaj aktywności fizycznej
- kup sobie i członkom rodziny certyfikowaną maskę antysmogową z odpowiednim filtrem i stosuj ją w sezonie smogowym (dobry filtr przechwyci większość szkodliwych substancji)
- jeśli czujesz, a najlepiej wiesz, że powietrze na zewnątrz, a więc i w domu jest złe to kup sprawdzony oczyszczacz powietrza
- unikaj miejsc o zwiększonym stężeniem smogu
- w domu/mieszkanu otocz się zielenią, wybierz rośliny, które mają podwyższoną zdolność pochłaniania toksyn np. skrzydłokwiat, dracena odwrócona, chryzantema, bluszcz pospolity, sansewieria – nie zlikwidujesz problemu, ale poprawisz jakość powietrza.
- jeśli masz działkę obsadź ją krzewami i drzewami to nie zlikwiduje problemu, ale go w jakimś stopniu ograniczy
- zaangażuj się w akcje obywatelskie na rzecz ochrony czystego powietrza tj. Polski Alarm Smogowy, a jeśli chcesz działać lokalnie na rzecz smogu i klimatu to zapraszamy do naszej inicjatywy, na ostatniej stronie link do strony na FB i mail.

