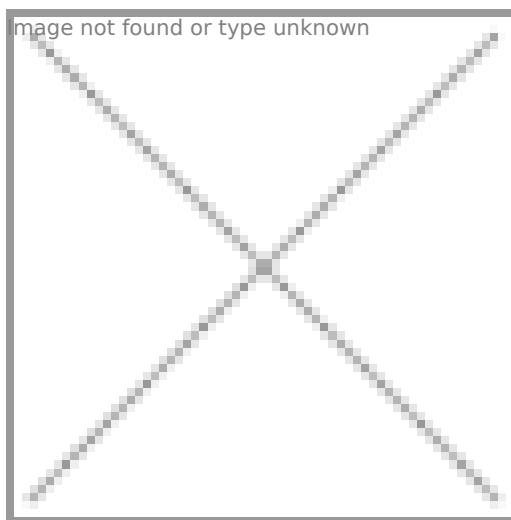


## A Ty? Czy wiesz, czym oddychasz?

14 listopada obchodzimy Dzień Czystego Powietrza. Z tej okazji przygotowaliśmy dla Państwa garść ciekawostek dotyczących kwestii związanych z zanieczyszczeniem powietrza oraz działaniami podejmowanymi na rzecz czystego powietrza. To również dobra okazja do refleksji nad tym, co wspólnie możemy zrobić dla powietrza, które jest naszym wspólnym dobrem.



### **Źle wyglądamy na tle Europy**

Polska ma najgorsze powietrze w Europie. Z danych Światowej Organizacji Zdrowia wynika, że 36 spośród 50 najbardziej zanieczyszczonych miast Unii Europejskiej znajduje się w naszym kraju, z czego 2 to miasta Mazowsza (Otwock i Piastów).

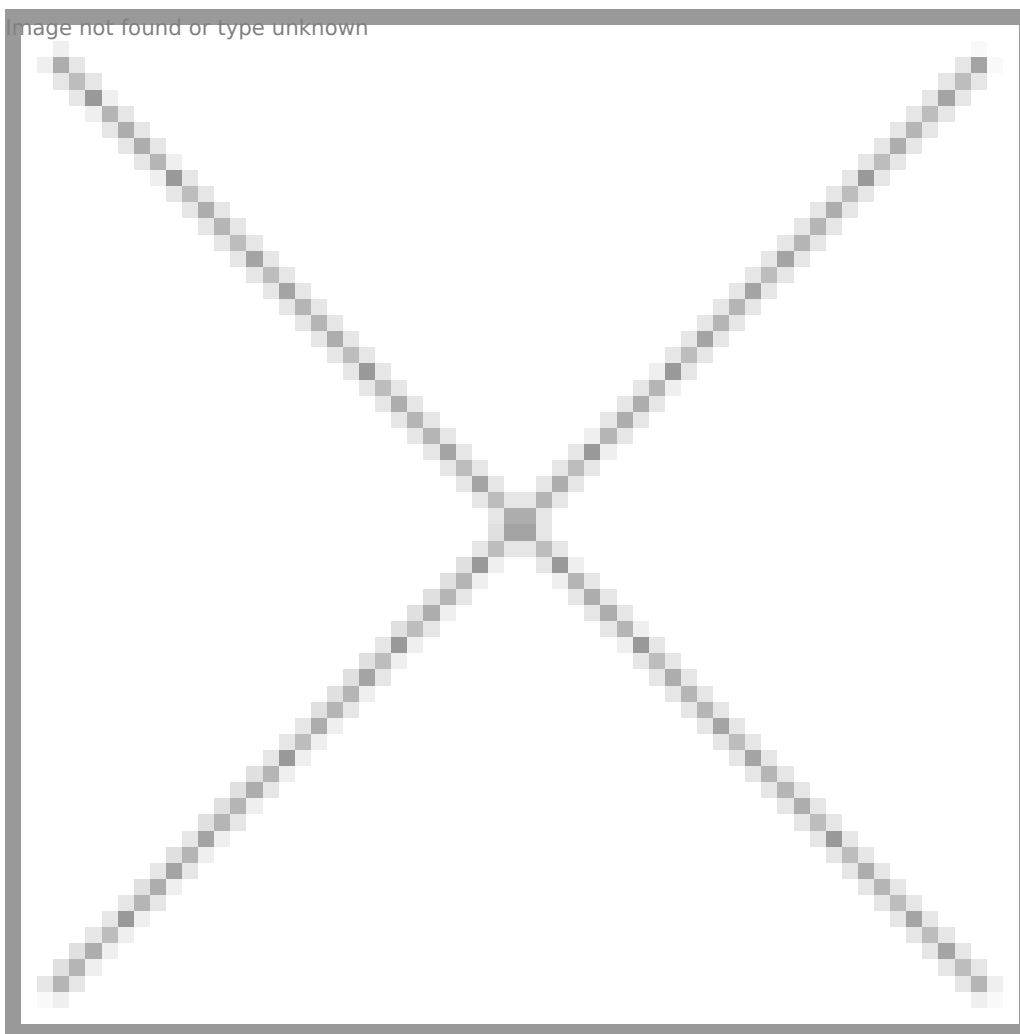
Zła jakość powietrza potwierdzana jest w wynikach rocznych ocen jakości powietrza (ROJP) – na Mazowszu występują przekroczenia norm dla pyłów zawieszonych PM10 i PM2,5 oraz benzo(a)pirenu (B(a)P), a na terenie Warszawy również dwutlenku azotu. Według ROJP ogrzewanie gospodarstw domowych odpowiada za **98% emisji B(a)P** w województwie.

Każdego roku wydawanych jest kilkadziesiąt komunikatów o ryzyku przekroczenia norm w powietrzu (270 powiadomień w latach 2018-2021) . W tym roku wydano już 30 komunikatów (w tym 22 do końca kwietnia – jeszcze w trakcie poprzedniego sezonu grzewczego), a na dobre nie rozpoczął się jeszcze nowy sezon grzewczy.

### **Jaki to ma wpływ na nasze zdrowie i finanse?**

Smog jest podstępny. Działa niezauważalnie w ludzkim ciele, prowadząc do śmiertelnych efektów, atakując serce, płuca i inne organy. Z najnowszych badań naukowców z Energy Policy Institute na Uniwersytecie w Chicago wynika, że oddychanie powietrzem, w którym stężenie pyłu PM 2,5 jest przekroczone, skraca życie o ponad 2 lata – tj. bardziej niż

palenie, używanie alkoholu, zakażenie wirusem HIV czy konflikty zbrojne.



źródło: <https://epic.uchicago.edu/news/countdown-for-clean-air/>

Według badań naukowców z Uniwersytetu Harvarda prowadzonych we współpracy z Uniwersytetami w Birmingham, Leicester oraz University College London, co 5 zgon na świecie następuje w wyniku zanieczyszczenia powietrza. Na Mazowszu z tego powodu przedwcześnie umiera ok. 6 tys. osób rocznie. To tak jakby z mapy zniknęła cała gmina Korytnica w powiecie węgrowskim.

Zgony to oczywiście końcowy i najgorszy efekt wpływu złej jakości powietrza na zdrowie. Codzienny kontakt z zanieczyszczeniami powietrza powoduje wiele chorób, tj. choroby układu oddechowego i krwionośnego, zaostrzenie astmy, alergii, powstawanie nowotworów, a także pogorszenie zdrowia psychicznego – m.in. problemy z koncentracją, depresję, cukrzycę i otyłość.

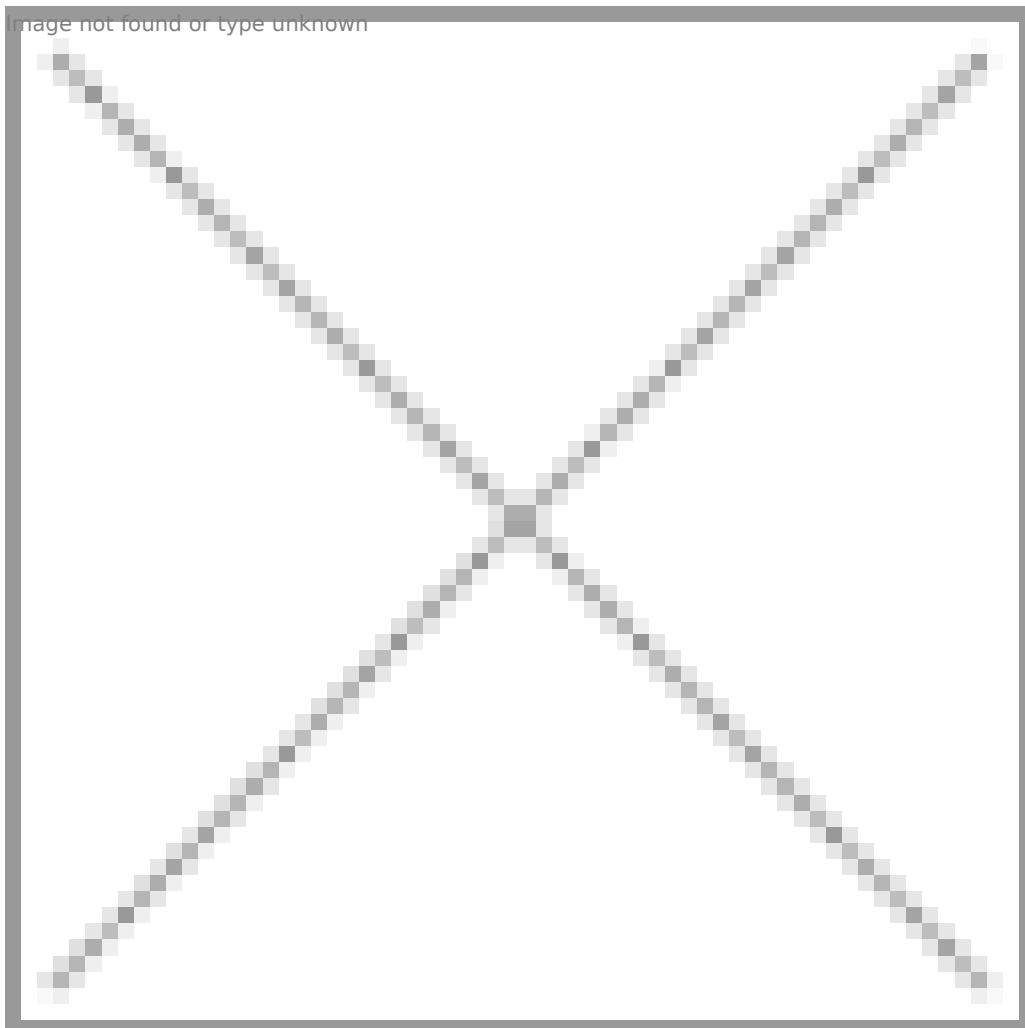
Zanieczyszczone powietrze stwarza również szczególne zagrożenie dla kobiet w ciąży i dzieci (również w wieku prenatalnym). Badania przeprowadzone na przełomie 2018 i 2019 r. pokazały, że w miejscach z najwyższym stężeniem pyłów zawieszonych PM<sub>2,5</sub> i PM<sub>10</sub> dzieci częściej kaszlą, kichają, mają katar oraz objawy alergii wziewnej. Co więcej, na tych obszarach liczba dzieci z astmą jest czterokrotnie wyższa niż tam, gdzie zanieczyszczeń jest najmniej. Ponadto, według raportu UNICEF z br. Polska zajmuje 30. miejsce w kategorii świat dziecka (na 43 kraje OECD lub UE), w której wzięto pod uwagę

zanieczyszczenie powietrza, jakość wody i chemikalia.

Spółeczeństwo ponosi nie tylko koszty zdrowotne, ale także finansowe złej jakości powietrza (nieobecności w pracy, koszty hospitalizacji, zakupu leków, wizyt u specjalistów). W 2018 roku każdy mieszkaniec europejskiego miasta ponosił średnio 1 250 euro (w przeliczeniu na PLN ok. 6 tys. zł) rocznie z powodu strat zdrowotnych związanych z niską jakością powietrza. W województwie mazowieckim już w 2017 r. oceniano, że koszty te wynoszą ponad 9,5 tys. zł. Ze względu na rosnące ceny kwota ta może być teraz znacznie wyższa.

### **Jakość powietrza zależy od świadomości społecznej**

Problemem są nie tylko kwestie zdrowotne i finansowe, ale także świadomość społeczna. Z badania przeprowadzonego na rzecz kampanii społecznej skierowanej do mieszkańców Mazowsza dotyczącej ochrony powietrza wynika, że zdecydowana większość mieszkańców województwa mazowieckiego za główne źródło zanieczyszczenia powietrza na Mazowszu uważa transport samochodowy (61%), a dopiero na drugim miejscu domowe kotłownie, kotły, piece, kominki (57%). Wyniki badania dostępne są w załączniku pod treścią artykułu.

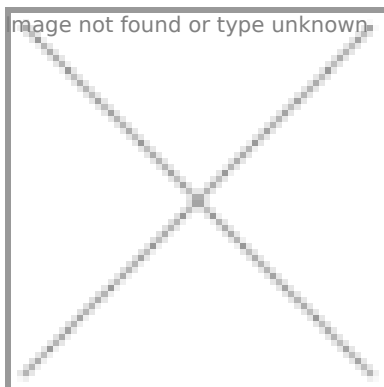


Faktycznie na Mazowszu główną przyczyną złej jakości powietrza jest emisja z sektora transportu, ale tylko w Warszawie i w stosunku do dwutlenku azotu. Natomiast **główną przyczyną** przekroczeń norm pyłów zawieszonych i benzo(a)pirenu **jest emisja z gospodarstw domowych**, w których nadal powszechnie spotykane jest spalanie

odpadów, a jakość wykorzystywanych paliw i urządzeń jest fatalna.

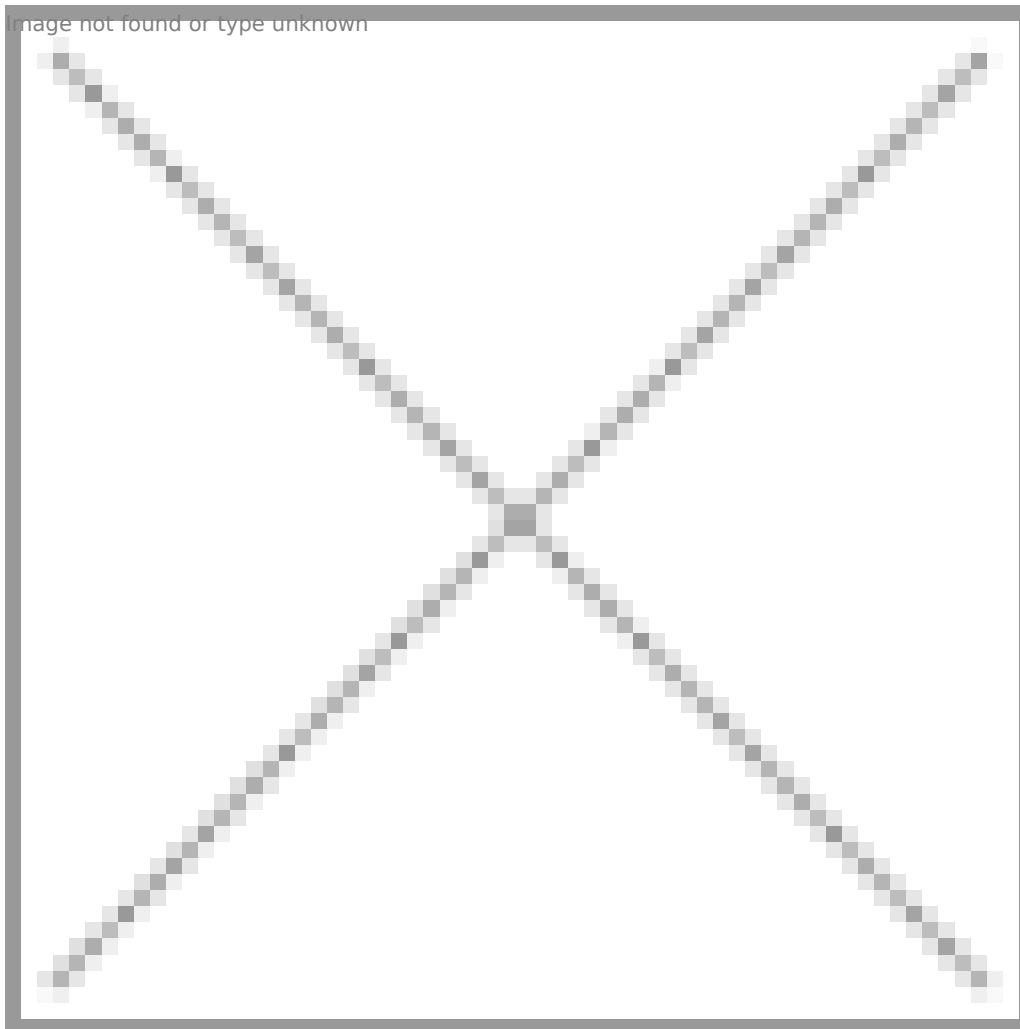
Samorząd Województwa Mazowieckiego dba o stałe podnoszenie świadomości społecznej w zakresie ochrony powietrza i podejmuje wiele działań informacyjnych i edukacyjnych w tym zakresie. W ostatnim czasie w ramach ww. kampanii społecznej przeprowadzono sondy uliczne wśród mieszkańców Otwocka i Mińska Mazowieckiego. Zapraszamy do zapoznania się z materiałem wideo.

Ze wszystkimi podjętymi dotychczas działaniami można zapoznać się w raporcie [\[plik do pobrania\]](#).



### **Zima za pasem**

Obecna sytuacja gospodarcza, rosnące ceny i ograniczona dostępność paliw wskazują na ogromne ryzyko bardzo „smogowej” zimy. Szacunki Instytutu Badań Strukturalnych wskazują, że w Polsce aż 10% gospodarstw domowych zmaga się z ubóstwem energetycznym, nie mogąc właściwie ogrzać i oświetlić mieszkania czy korzystać z urządzeń elektrycznych. Już w lutym br. 22% osób, które wzięły udział w sondażu Europejskiego Centrum Czystego Powietrza na potrzeby opracowania publikacji „Społeczna percepcja problematyki niskiej emisji w województwie mazowieckim”, wskazało, że ma problemy z dostatecznym ogrzaniem mieszkania.



źródło: badanie Społeczna percepcja problematyki niskiej emisji w województwie mazowieckim, luty 2022

Samorząd Mazowsza nie pozostaje obojętny na zjawisko ubóstwa energetycznego i w 2023 r. planuje uruchomienie pilotażu nowego programu wsparcia: „Mazowsze dla czystego ciepła” z budżetem 5 mln zł., którego celem będzie zmniejszenie skali ubóstwa energetycznego na Mazowszu. Jego realizacja przyczyni się do zmniejszenia zanieczyszczenia powietrza, co będzie miało pozytywny wpływ na zdrowie i komfort życia mieszkańców.

### **Jak dowiesz się o złej jakości powietrza?**

- sprawdzaj strony internetowe [Głównego Inspektora Ochrony Środowiska](#), [Wojewódzkiego Centrum Zarządzania Kryzysowego](#), Urzędu Miasta/Gminy,
- sprawdzaj serwisy społecznościowe (np. Facebook) ww. podmiotów,
- na smartfonie zainstaluj:
  - aplikację RSO (Regionalny System Ostrzegania pokazuje powiadomienia o

każdym ryzyku przekroczenia poziomu dopuszczalnego, docelowego, informowania i alarmowego);

- i/lub aplikację Mieszk@niec (system służący do komunikacji z mieszkańcami, dzięki któremu SMS-em, pocztą e-mail, przez aplikację mobilną i na dedykowanej stronie internetowej dotrą do Państwa informacje dotyczące m.in. powiadomienia o przekroczeniach norm jakości powietrza),
- śledź informacje w lokalnych mediach;
- sprawdź jakie jeszcze sposoby informowania prowadzi Twoja gmina i monitoruj je.

Dzięki temu będziesz mógł podjąć odpowiednie, krótkoterminowe działania zaradcze i ochronne!

### **Co możesz zrobić dla czystego powietrza?**

Z każdym oddechem człowiek wciąga do płuc ok. pół litra powietrza. Dlatego tak ważna jest jego jakość. Dbaj o nie, by chronić siebie i swoich najbliższych:

- zapoznaj się z [ABC Ciepłego Domu](#),
- ociepl budynek i wymień przestarzały piec,
- zrezygnuj z rekreacyjnego palenia w kominku,
- używaj opału dobrej jakości,
- posegreguj śmieci (część z nich trafi do spalarni, a część zostanie poddana recyklingowi),
- nie spalaj odpadów,
- zaoszczędź energię, korzystając tylko z niezbędnych urządzeń,
- posadź rośliny,
- zamiast jazdy samochodem wybierz spacer, rower lub komunikację miejską.

### **Pamiętaj!**

Dobrze ocieplony budynek zużywa dużo mniej energii, znacznie ograniczając koszty ogrzewania, dzięki czemu więcej pieniędzy pozostaje w Twoim budżecie domowym.

Oszczędność energii jest najlepszym sposobem na uniknięcie skutków rosnących cen paliw i energii.

**Autor:**

Wioletta Buszko