

**Opublikowano:** Konstancin-Jeziorna ([www.konstancinjeziorna.pl](http://www.konstancinjeziorna.pl))

---

## Kolejne ostrzeżenie o złej jakości powietrza, Straż Miejska kontroluje

2026-01-22



**To kolejny dzień z powiadomieniem o ryzyku przekroczenia średniodobowego poziomu informowania dla pyłu zawieszonego PM10 w powietrzu. Alert obowiązuje przez cały czwartek (22 stycznia) do północy. Straż Miejska w Konstancinie-Jeziornie kontynuuje działania interwencyjne i kontrolne.**

Opublikowano kolejny komunikat skierowany do mieszkańców powiatu piaseczyńskiego dotyczący złej jakości powietrza. Główny Inspektorat Ochrony Środowiska oraz Urząd Marszałkowski Województwa Mazowieckiego informują o **ryzyku przekroczenia średniodobowego poziomu informowania dla pyłu zawieszonego PM10 w powietrzu - 100 µg/m**. Alert obowiązuje przez cały czwartek (22 stycznia) do północy.

## Przyczyny smogu

Utrzymująca się zła jakość powietrza jest wynikiem jednoczesnego oddziaływania kilku czynników. Kluczowe znaczenie ma obecnie intensywne ogrzewanie domów w sezonie zimowym oraz wzmożony ruch samochodowy. Sytuację dodatkowo pogarszają niekorzystne warunki meteorologiczne – w szczególności brak wiatru, który uniemożliwia rozpraszanie się zanieczyszczeń, powodując ich zaleganie nad naszymi głowami.

## **Środki ostrożności**

Wysokie stężenie pyłu PM10 może negatywnie oddziaływać na nasze samopoczucie i zdrowie. Szczególnie narażone są dzieci i młodzież do 25. roku życia oraz osoby starsze i w podeszłym wieku, a także osoby z zaburzeniami funkcjonowania układu oddechowego i krwionośnego, zawodowo narażone na działanie pyłów i innych zanieczyszczeń, jak również palacze oraz bierni palacze.

**Aby zminimalizować ryzyko negatywnych skutków zdrowotnych, specjaliści zalecają:**

- ograniczenie intensywnego wysiłku fizycznego na świeżym powietrzu, zwłaszcza w przypadku wystąpienia pieczenia oczu, kaszlu lub bólu gardła;
- ograniczenie wietrzenia pomieszczeń, szczególnie w domach, w których przebywają dzieci, osoby starsze oraz kobiety w ciąży;
- regularne przyjmowanie zaleconych leków przez osoby chore na astmę, które mogą częściej doświadczać duszności, kaszlu lub świstów – w razie nasilenia objawów zaleca się kontakt z lekarzem.

**Służby apelują także o unikanie działań przyczyniających się do pogorszenia jakości powietrza, takich jak korzystanie z instalacji spalających paliwa stałe, pełniących funkcję dodatkowego lub awaryjnego źródła ciepła, a także spalanie odpadów biogennych (liści, gałęzi, trawy) w ogrodach oraz na innych terenach zielonych.**

## **Kontrole Straży Miejskiej**

**Od początku sezonu grzewczego Straż Miejska w Konstancinie-Jeziornie prowadzi systematyczne kontrole domowych palenisk oraz stosowanego**

**paliwa.** W związku z kolejnymi ostrzeżeniami funkcjonariusze realizują także pomiary jakości powietrza z wykorzystaniem urządzenia COMROS. **Tylko w okresie od 1 do 21 stycznia br. strażnicy miejscy przeprowadzili 17 kontroli palenisk domowych oraz wykonali 7 pomiarów jakości powietrza na terenie gminy.** W czterech przypadkach stwierdzono naruszenia obowiązujących przepisów, które zakończyły się nałożeniem mandatów karnych. Komendant Straży Miejskiej, Stanisław Grudzień, zapowiada, że 22 stycznia br. zostaną przeprowadzone kolejne kontrole palenisk oraz pomiary jakości powietrza.

## Czujniki powietrza

Przypominamy, że jakość powietrza na terenie gminy Konstancin-Jeziorna jest na bieżąco monitorowana przez system miejskich czujników. Dane z tych urządzeń są na bieżąco aktualizowane i dostępne dla mieszkańców online pod adresem: [panel.syngeos.pl](https://panel.syngeos.pl), a także w bezpłatnej aplikacji mobilnej Syngeos – Nasze Powietrze, dostępnej do pobrania w sklepach [Google Play](#) i [App Store](#).

Do pobrania

| Załącznik                                                         | Size      |
|-------------------------------------------------------------------|-----------|
| <a href="#">Ostrzeżenie o złej jakości powietrza – 22.01.2026</a> | 118.51 KB |

---

**Adres źródłowy:** [https://www.konstancinjeziorna.pl/news/alerty-meteo/kolejne-  
ostrzezenie-o-zlej-jakosci-powietrza-straz-miejska-kontroluje](https://www.konstancinjeziorna.pl/news/alerty-meteo/kolejne-ostrzezenie-o-zlej-jakosci-powietrza-straz-miejska-kontroluje)