

Ajër 😊 më 😊 😊 i pastër për shëndet më 😊 të sigurt 😊

Ndotja e ajrit

Ndotja e ajrit është një përzierje komplekse e grimcave dhe gazrave të liruar në atmosferë, të cilat janë të dëmshme për njerëzit dhe mjedisin jetësor.

Burimet kryesore të ndotjes së ajrit në Kosovë janë shkaktuar nga aktivitetet njerëzore siç janë: ngrohja e objekteve të banimit, transporti rrugor, shfrytëzimi i lëndëve djegëse për prodhimin e energjisë, proceset industriale, mbeturinat komunale dhe ato bujqësore.

Ndotja e ajrit ndikon në shëndetin tuaj

Ndotësit e përmasave mikroskopike të ajrit depërtojnë në trupin tuaj, duke gjetur rrugën e tyre thellë në mushkëri dhe në sistemin e qarkullimit të gjakut, duke ndikuar kështu në sistemin tuaj respirator e kardiovaskular dhe duke rritur rrezikun e sulmeve në zemër dhe goditjeve në tru.

Grupet e ndjeshme ndaj ajrit të ndotur

Fëmijët, gratë shtatzëna, njerëzit e moshuar dhe njerëzit me sëmundje ekzistuese respiratore dhe kardiovaskulare janë më të ndjeshëm.

Reduktimi i ndotjes së ajrit

Mundohuni të shmangni përdorimin e aqymrit ose drurit për ngrohje. Nëse përdorni stufë druri sigurohuni të digjni dru të thatë të papërpunuar.

Mundohuni të zvogëloni numrin e udhëtimeve me makinë dhe shqyrtoni mundësinë e përdorimit të biçikletës dhe ecjen si zgjidhje alternative për rrugëtime të shkurtra, larg rrugëve të ngarkuara.

Hidhni mbeturinat përmes shërbimeve të rregulluara për grumbullimin e mbeturinave ose në vendet e caktuara për hedhjen e tyre. Shmangni djegien e mbeturinave.

Diskutoni për ndotjen e ajrit me miqtë dhe fqinjët tuaj, dhe ndani me ta njohuritë dhe idetë tuaja se si të zvogëloni ndotjen e ajrit gjatë aktiviteteve tuaja të përditshme.

Mbroni shëndetin tuaj nga ndotja e ajrit

Kontrolloni rregullisht nivelin e ndotjes së ajrit duke vizituar airqualitykosova.rks-gov.net dhe ihmk-rks.net/ajri, ndërsa për rekomandimet lidhur me shëndetin vizitoni ajri.niph-rks.org

Indeksi i Cilësisë së Ajrit (ICA) ju ndihmon të kuptoni se çfarë do të thotë cilësia e ajrit përreth jush për shëndetin tuaj, duke ju mundësuar të ndryshoni sjelljen tuaj për të zvogëluar ekspozimin ndaj një cilësie të dobët të ajrit.

Shkarkoni aplikacionin falas për telefona të mençur **Air Quality In Kosovo** për t'u informuar rreth cilësisë së ajrit në rrethinën tuaj.



iOS

Android

Shkarkoni aplikacionin falas për telefona të mençur në mënyrë që të informoheni në kohë reale lidhur me ndotjen e ajrit.

