

KARTA CHARAKTERYSTYKI MIESZANINY PRESTAN HH

Sekcja 1: Identyfikacja mieszaniny i identyfikacja przedsiębiorstwa.

1.1 Identyfikator produktu: PRESTAN HH

1.2 Istotne zidentyfikowane zastosowania mieszaniny oraz zastosowania odradzane: Środek do mycia naczyń w zmywarkach przemysłowych. Do użytku profesjonalnego.

1.3 Dane dotyczące dostawcy karty charakterystyki:

POLOR Sp. z o.o.

ul. Władysława IV 1

70-651 Szczecin

tel./fax +48 91 81 01 250 (w godz. 8:00 – 16:00)

e-mail: biuro@specchem.pl

1.4 Numer telefonu alarmowego

++48 606 874 162 (w godz. 8:00 – 20:00)

Numery alarmowe terytorialnych informacji toksykologicznych znajdują się w punkcie 16.

Sekcja 2: Identyfikacja zagrożeń

2.1 Klasyfikacja mieszaniny: Mieszanina została sklasyfikowana jako niebezpieczna.

Klasyfikacja zgodnie z Rozporządzeniem (WE) nr 1272/2008 z dnia 16 grudnia 2008 r. w sprawie klasyfikacji, oznakowania i pakowania (CLP)

Zagrożenia zdrowia:

Działanie żrące na skórę, kat. 1B, H314

Zagrożenia fizyczne:

W kontakcie z kwasami uwalnia toksyczne gazy EUH 031

Zagrożenie dla środowiska:

Działanie szkodliwe na organizmy wodne, powodując długotrwałe skutki, H412, kat. 3

2.2 Elementy oznakowania:

Piktogramy określające rodzaj zagrożenia:



Hasło ostrzegawcze: Niebezpieczeństwo

Zwroty wskazujące rodzaj zagrożenia:

H314 – Powoduje poważne oparzenia skóry oraz uszkodzenia oczu

EUH 031 – W kontakcie z kwasami uwalnia toksyczne gazy

H412 – Działa szkodliwie na organizmy wodne, powodując długotrwałe skutki

Zwroty określające warunki bezpiecznego stosowania:

P101 – W razie konieczności zasięgnięcia porady lekarza, należy pokazać pojemnik lub etykietę.

P102 – Chronić przed dziećmi.

P260 – Nie wdychać pyłu.

KARTA CHARAKTERYSTYKI MIESZANINY

PRESTAN HH

P280 – Stosować rękawice ochronne i ochronę oczu lub ochronę twarzy.

P303 + P361 + P353 – w przypadku kontaktu ze skórą (lub z włosami): Natychmiast usunąć/zdjąć całą zanieczyszczoną odzież. Spłukać skórę pod strumieniem wody/prysznicem.

P305 + P351 + P338 – w przypadku dostania się do oczu: Ostrożnie płukać wodą przez kilka minut. Wyjąć soczewki kontaktowe, jeżeli są i można je łatwo usunąć. Nadal płukać.

P310 – Natychmiast skontaktować się z ośrodkiem zatruc lub lekarzem.

Zawiera: metakrzemian sodu – powyżej 25 %, fosforany – 15 – 25 %, związki wybielające na bazie chloru – poniżej 5%, niejonowe związki powierzchniowo czynne – poniżej 5%.

2.3 Inne zagrożenia: Brak.

Mieszanina nie spełnia kryteriów PBT i vPvB zgodnie z załącznikiem XIII do rozporządzenia (WE) nr 1907/2006.

Sekcja 3: Skład i informacja o składnikach

3.2 Mieszanina

Opis mieszaniny: związki nieorganiczne w postaci sypkiej

Składniki niebezpieczne:

Nazwa	Numery	Numery rejestr. REACH:	Klasyfikacja 1272/2008	% wag
Metakrzemian disodu	CAS: 6834-92-0 WE: 229-912-9	01-2119449811-37-xxxx	Skin Corr. 1B, H314 STOT SE 3, H335	25 – 50
Węglan sodu	CAS: 497-19-8 WE: 207-838-8	01-2119485498-19-xxxx	Eye Irrit. 2; H319	10 – 20
Sól sodowa kwasu dichloroizocyjanurowego	CAS: 2893-78-9 WE: 220-767-7	01-2119489371-33-xxxx	Ox. Sol 3; H272 Acute Tox. 4; H302 Eye Irrit. 2; H319 STOT SE 3, H335 Metal Corr. 1, H290 EUH 031 Aquatic Chronic 1, H410	2 – 5

Pełna treść przytoczonych zwrotów wskazujących rodzaj zagrożenia znajduje się w rozdziale 16.

Sekcja 4: Środki pierwszej pomocy

4.1 Opis środków pierwszej pomocy

Drogi narażenia: przez drogi oddechowe, przez kontakt ze skórą, z oczami oraz przez przewód pokarmowy.

W przypadku wdychania:

W razie zawrotów głowy lub nudności wyprowadzić poszkodowanego na świeże powietrze. W przypadku wystąpienia duszności – wykwalifikowany personel medyczny powinien podać tlen. W razie zatrzymania oddechu stosować sztuczne oddychanie. Natychmiast wezwać pomoc medyczną.

W przypadku kontaktu ze skórą:

Zdjąć zanieczyszczoną odzież. Umyć skórę wodą z mydłem. W przypadku poparzenia nałożyć jałowy opatrunek. W przypadku trwałego podrażnienia skóry zwrócić się do lekarza.

W przypadku kontaktu z oczami:

Usunąć szkła kontaktowe. Płukać oczy z otwartą powieką przez kilka minut dużą ilością wody. Niezwłocznie zasięgnąć porady lekarza.

W przypadku połknięcia:

Nie powodować wymiotów. Przeplukać jamę ustną i wypić dużą ilość wody. Natychmiast wezwać pomoc medyczną.

4.2 Najważniejsze ostre i opóźnione objawy oraz skutki narażenia

Brak.

4.3 Wskazania dotyczące wszelkiej natychmiastowej pomocy lekarskiej i szczególnego postępowania z poszkodowanym

O sposobie postępowania decyduje lekarz po ocenie stanu poszkodowanego.

Sekcja 5: Postępowanie w przypadku pożaru

KARTA CHARAKTERYSTYKI MIESZANINY PRESTAN HH

5.1. Środki gaśnicze

Właściwe środki gaśnicze:

Dwutlenek węgla, piana, proszek lub strumień wody.

Środki gaśnicze, których nie wolno używać:

Strumień wody pod wysokim ciśnieniem.

5.2. Szczególne zagrożenia związane z mieszaniną

Mieszanina nie jest palna. W wyniku działania podwyższonej temperatury mogą wydzielać się szkodliwe gazy.

5.3. Informacje dla straży pożarnej

Podczas gaszenia pożaru stosować urządzenia oddechowe z własnym obiegiem powietrza i odzież ochronną na całą sylwetkę.

Sekcja 6: Postępowanie w przypadku niezamierzonego uwolnienia do środowiska

6.1 Indywidualne środki ostrożności, wyposażenie ochronne i procedury w sytuacjach awaryjnych

Unikać kontaktu ze skórą. Nie wdychać pyłu. Stosować rękawice ochronne z kauczuku butylowego, gumy nitylowej lub neoprenu. Jeśli zachodzi potrzeba likwidacji szkód należy nałożyć odzież ochronną gazoszczelną i aparat izolujący drogi oddechowe.

6.2 Środki ostrożności w zakresie ochrony środowiska

Zapobiegać rozprzestrzenianiu się oraz przedostaniu do kanalizacji i zbiorników wodnych. Powstrzymać lub absorbować wyciekającą ciecz piaskiem, ziemią lub innymi odpowiednimi materiałami. Jeśli substancja dostała się do zbiornika wody, kanału lub została rozlana na glebę oraz roślinność, zawiadomić straż pożarną.

6.3 Metody i materiały zapobiegające rozprzestrzenianiu się skażenia i służące do usuwania skażenia

Preparat zebrać mechanicznie. Usuwaniem powinny zająć się specjalistyczne służby – straż pożarna.

6.4 Odniesienia do innych sekcji

Środki ochrony osobistej – sekcja 8.

Postępowanie z odpadami – sekcja 13.

Sekcja 7: Postępowanie z mieszaniną i jej magazynowanie

7.1 Środki ostrożności dotyczące bezpiecznego postępowania

Stosować powszechnie obowiązujące zasady obchodzenia się z chemikaliami. Zabrudzone środkiem ubranie natychmiast zdjąć. Nie wdychać pyłu, unikać bezpośredniego kontaktu ze skórą i oczami. Podczas pracy nie jeść, nie pić, nie palić. Przed przerwą w pracy oraz po zakończeniu pracy umyć ręce. Zadbać o właściwą wentylację. Trzymać z daleka od źródeł ciepła i ognia.

7.2 Warunki bezpiecznego magazynowania, łącznie z informacjami dotyczącymi wszelkich wzajemnych niezgodności

Przechowywać w chłodnym, wentylowanym miejscu, w zamkniętym oryginalnym opakowaniu. Chronić przed bezpośrednim działaniem promieni słonecznych oraz temperaturą powyżej 30°C. Nie magazynować wspólnie z silnymi utleniaczami, mocnymi kwasami oraz wodorotlenkami.

7.3 Szczególne zastosowanie(-a) końcowe

Brak.

Sekcja 8: Kontrola narażenia i środki ochrony indywidualnej

8.1 Parametry dotyczące kontroli

Normatywy higieniczne dla środowiska pracy wg Rozporządzenia Ministra Pracy i Polityki Socjalnej z dnia czerwca 2014 r. w sprawie najwyższych dopuszczalnych stężeń i natężeń czynników szkodliwych dla zdrowia w środowisku pracy (Dz.U. 2014, poz. 817).

Mieszanina nie zawiera w swoim składzie substancji podlegających kontroli narażenia w miejscu pracy.

8.2. Kontrola narażenia

Stosowne techniczne środki kontroli:

Odpowiednia wentylacja na stanowiskach pracy.

Indywidualne środki ochrony:

KARTA CHARAKTERYSTYKI MIESZANINY PRESTAN HH

Ochrona oczu i twarzy: Stosować okulary ochronne lub ekran ochronny na twarz.

Ochrona skóry: Ubrania robocze ze zwartej tkaniny. Unikać kontaktu ze skórą.

Ochrona rąk: Stosować rękawice ochronne z kauczuku butylowego, gumy nitylowej lub neoprenu. Po użyciu produktu umyć ręce. Aby uniknąć wysuszenia skóry używać kremu ochronnego.

Ochrona dróg oddechowych: Stosować w dobrze wentylowanych pomieszczeniach.

Kontrola narażenia środowiska:

Nie należy dopuścić do przedostania się dużych ilości produktu do wód gruntowych, kanalizacji, ścieków lub gleby. W przypadku odprowadzania rozcieńczonych roztworów produktu do sieci kanalizacyjnej należy przestrzegać odpowiednich przepisów.

Sekcja 9: Właściwości fizyczne i chemiczne

9.1 Informacje na temat podstawowych właściwości fizycznych i chemicznych

Wygląd:	białe proszek
Zapach:	charakterystyczny
Wartość pH w 20°C:	ok. 13,0 po rozpuszczeniu w wodzie
Temperatura wrzenia:	brak danych
Temperatura topnienia:	brak danych
Temperatura zapłonu:	nie dotyczy
Palność:	nie
Właściwości wybuchowe:	nie
Właściwości utleniające:	nie
Prężność par 20°C:	brak danych
Gęstość w 20°C:	brak danych
Rozpuszczalność:	rozpuszcza się w wodzie
Lepkość:	brak danych
Inne właściwości:	brak

9.2 Inne informacje

Brak.

Sekcja 10: Stabilność i reaktywność

10.1 Reaktywność

W normalnych warunkach mieszanina nie jest reaktywna chemicznie.

10.2. Stabilność chemiczna

Podczas normalnego stosowania oraz właściwego przechowywania mieszanina jest stabilna chemicznie.

10.3. Możliwość występowania niebezpiecznych reakcji

Brak.

10.4. Warunki, których należy unikać

Unikać bezpośredniego działania promieni słonecznych oraz temperatur powyżej 30°C.

10.5. Materiały niezgodne

Unikać kontaktu z silnymi utleniaczami, mocnymi kwasami oraz wodorotlenkami.

10.6. Niebezpieczne produkty rozkładu

Nie ulega rozkładowi przy użyciu zgodnym z przeznaczeniem.

Sekcja 11: Informacje toksykologiczne

11.1 Informacje dotyczące skutków toksykologicznych

KARTA CHARAKTERYSTYKI MIESZANINY PRESTAN HH

Toksyczność ostra:

Metakrzemian sodu: LD₅₀ (szczur, doustnie): 1200 mg/kg,

Węglan sodu: LD₅₀ (szczur, doustnie): 4100 mg/kg,

Sól sodowa kwasu dichloroizocyjanurowego - dihydrat: LD₅₀ (szczur, doustnie): 1400 mg/kg.

Drogi narażenia: drogi oddechowe, kontakt ze skórą, kontakt z oczami, drogi pokarmowe.

Możliwe skutki wynikające z narażenia na działanie mieszaniny poprzez:

Drogi oddechowe: Po inhalacji pyłu może wystąpić skrócenie oddechu, silny kaszel i podrażnienie dróg oddechowych do uszkodzenia elementów układu oddechowego włącznie. Wdychanie pyłu może doprowadzić do obrzęku płuc.

Kontakt ze skórą: Może wystąpić silne podrażnienie, zaczerwienienie i następstwa poparzenia chemicznego.

Kontakt z oczami: Może wystąpić silne podrażnienie, pieczenie, zaczerwienienie i łzawienie. Może nastąpić uszkodzenie wzroku.

Drogi pokarmowe: Może wystąpić podrażnienie ust, przełyku i błon śluzowych przewodu pokarmowego. Może spowodować perforacje przełyku.

Sekcja 12: Informacje ekologiczne

12.1 Toksyczność

Toksyczność dla organizmów wodnych:

LC50 (96h): 50 mg/l (ryby)

LC95 (48h): 25 mg/l (algi)

EC50 (48h): 37 mg/l (rozwiłitki)

Związki chloru stwarzają szczególne zagrożenie dla środowiska, gdyż ulegają rozkładowi z wydzieleniem toksycznych gazów: chloru i dwutlenku chloru. Obłok gazowego chloru w postaci żrącej, trującej mgły rozprzestrzenia się nad powierzchnią ziemi powodując zniszczenie życia biologicznego. W wodzie i w glebie, w wyniku wtórnej reakcji, powstają oprócz chloru także toksyczne chlorki, chloryny. Stężenie chloru 0,2,0,5 g/m³ powoduje szybkie zniszczenie pierwotniaków i bakterii.

12.2 Trwałość i zdolność do rozkładu

Środki powierzchniowo czynne, zawarte w mieszaninie ulegają biodegradacji, zgodnie z rozporządzeniem dotyczącym detergentów.

12.3 Zdolność do bioakumulacji

Brak danych.

12.4 Mobilność w glebie

Mieszanina miesza się z wodą i może się rozprzestrzeniać w środowisku wodnym i glebie.

12.5 Wyniki oceny właściwości PBT i vPvB

Mieszanina nie zawiera żadnych substancji ocenianych jako PBT lub vPvB

12.6. Inne szkodliwe skutki działania

Brak danych.

Sekcja 13: Postępowanie z odpadami

13.1 Metody unieszkodliwiania odpadów

Unieszkodliwianiem powinny się zająć wyspecjalizowane firmy, sposób utylizacji odpadów należy uzgodnić z właściwymi terenowo wydziałem ochrony środowiska.

Zgodnie z ustawą z dnia 14 grudnia 2012 r. o odpadach (Dz.U. 2013 nr 0 poz. 21), oraz rozporządzeniem Ministra Środowiska z dnia 9 grudnia 2014 r. w sprawie katalogu odpadów (Dz.U.2014 poz. 1923).

Pozostałości mieszaniny, kod odpadu: 16 05 07* (zużyte nieorganiczne chemikalia zawierające substancje niebezpieczne).

Opakowanie:

Opróżnić opakowanie z pozostałości mieszaniny. Kod odpadu: 15 01 02 (opakowania z tworzyw sztucznych).

KARTA CHARAKTERYSTYKI MIESZANINY
PRESTAN HH**Sekcja 14: Informacje dotyczące transportu****Transport ADR/RID/ADN/ADNR**Prawidłowa nazwa przewozowa: **Metakrzemian sodowy**Nr rozpoznawczy materiału: **UN 3253**Klasa: **8**Kod klasyfikacyjny: **C6**Etykieta: **8**Grupa pakowania: **III**Nr rozpoznawczy zagrożenia: **80****Transport morski IMO/IMDG:**Prawidłowa nazwa przewozowa: **Metakrzemian sodowy**Nr rozpoznawczy materiału: **UN 3253**Klasa: **8**Grupa pakowania: **III**Etykieta: **8****Transport powietrzny ICAO/IATA**Prawidłowa nazwa przewozowa: **Metakrzemian sodowy**Nr rozpoznawczy materiału: **UN 3253**Klasa: **8**Etykieta: **8****Sekcja 15: Informacje dotyczące przepisów prawnych****15.1 Przepisy prawne dotyczące bezpieczeństwa, zdrowia i ochrony środowiska specyficzne dla substancji lub mieszaniny**

- Rozporządzenie (WE) nr 1907/2006 Parlamentu Europejskiego i Rady z dnia 18.12.06 w sprawie rejestracji, oceny, udzielania zezwoleń, stosowanych ograniczeń w zakresie chemikaliów (REACH) i utworzenia Europejskiej Agencji Chemikaliów, zmieniającego dyrektywę 1999/45/WE oraz uchylającego rozporządzenie Rady (EWG) nr 793/93 i rozporządzenie Komisji (WE) nr 1488/94, jak również dyrektywę Rady 76/769/EWG i dyrektywy Komisji 91/155/EWG, 93/67/EWG, 93/105/WE i 2000/21/WE (Dz. Urz. UE L 396 z 30.12.2006, z późn. zm.),
- ROZPORZĄDZENIE KOMISJI (UE) 2015/830 z dnia 28 maja 2015 r. zmieniające rozporządzenie (WE) nr 1907/2006 Parlamentu Europejskiego i Rady w sprawie rejestracji, oceny, udzielania zezwoleń i stosowanych ograniczeń w zakresie chemikaliów (REACH),
- Rozporządzeniem (WE) nr 1272/2008 z dnia 16.12.2008 w sprawie klasyfikacji, oznakowania i pakowania substancji i mieszanin, zmieniającego i uchylającego dyrektywę 67/548/EWG i 1999/45/WE oraz zmieniającego rozporządzenie (WE) nr 1907/2006 (Dz. Urz. UE L 353 z 31.12.2008, z późn. zm.),
- Rozporządzenie Parlamentu Europejskiego i Rady (WE) nr 689/2008 z dnia 17 czerwca 2008 r. dotyczącego wywozu i przywozu niebezpiecznych chemikaliów (Dz. Urz. UE L 204 z 31.07.2008),
- Ustawą o substancjach chemicznych i ich mieszaninach z dnia 25 lutego 2011 (Dz.U.63, poz. 322, z późn. zm.),
- Rozporządzenie Ministra Zdrowia z dnia 10 sierpnia 2012 r. w sprawie kryteriów i sposobu klasyfikacji substancji chemicznych i ich mieszanin (Dz.U. 2012 poz. 1018, z późn. zm.),
- Rozporządzenie Ministra Zdrowia z dnia 11 czerwca 2012 r. w sprawie kategorii substancji niebezpiecznych i mieszanin niebezpiecznych, których opakowania wyposaża się w zamknięcia utrudniające otwarcie przez dzieci i wyczuwalne dotykem ostrzeżenie o niebezpieczeństwie (Dz.U. 2012 poz. 688, z późn. zm.),
- Rozporządzenie Ministra Zdrowia z dnia 22 maja 2012 r. w sprawie sposobu oznakowania miejsc, rurociągów oraz pojemników i zbiorników służących do przechowywania lub zawierających substancje niebezpieczne lub mieszaniny niebezpieczne (Dz.U. poz. 601),

KARTA CHARAKTERYSTYKI MIESZANINY**PRESTAN HH**

- Rozporządzenie Ministra Zdrowia z dnia 20 kwietnia 2012 r. w sprawie oznakowania opakowań substancji niebezpiecznych i mieszanin niebezpiecznych oraz niektórych mieszanin (Dz.U.2012 poz.445),
- Ustawa z dnia 14.12.12r o odpadach (Dz.U. 2013 nr 0 poz. 21),
- Ustawa z dnia 13 czerwca 2013 r. o gospodarce opakowaniami i odpadami opakowaniowymi (DZ.U. 2013, poz. 888),
- Rozporządzenie MŚ z dnia 9 grudnia 2014 r. w sprawie katalogu odpadów (Dz.U.2014 poz. 1923),
- Klasyfikacją towarów niebezpiecznych zgodnie z Umową Europejską dotyczącą międzynarodowego przewozu drogowego towarów niebezpiecznych (ADR),
- Rozporządzenie MPiPS z dnia czerwca 2014 r. w sprawie najwyższych dopuszczalnych stężeń i natężeń czynników szkodliwych dla zdrowia w środowisku pracy (Dz.U. 2014, poz. 817),
- Rozporządzenie Ministra Pracy i Polityki Socjalnej z dnia 26 września 1997 r. w sprawie ogólnych przepisów bezpieczeństwa i higieny pracy (Dz.U. 2003 nr 169 poz. 1650 z późn. zm.),
- Rozporządzenie Ministra Gospodarki z dnia 21 grudnia 2005 r. w sprawie zasadniczych wymagań dla środków ochrony indywidualnej (Dz.U. 2005 nr 259 poz. 2173),
- Rozporządzenie Ministra Zdrowia z dnia 2 lutego 2011 r. w sprawie badań i pomiarów czynników szkodliwych dla zdrowia w środowisku pracy (Dz.U. 2011 nr 33 poz. 166),
- Rozporządzeniem (WE) nr 648/2004 Parlamentu Europejskiego i Rady z dnia 31.03.04 w sprawie detergentów, ze zmianą z dnia 25.06.09 Rozporządzeniem Komisji (WE) nr 551/2009, z późniejszymi zmianami,
- oraz innymi aktami prawnymi w zakresach ich dotyczących.

15.2 Ocena bezpieczeństwa chemicznego

Brak danych.

Sekcja 16: Inne informacje**Pełne treści zwrotów zamieszczonych w punkcie 3:****EUH 031** W kontakcie z kwasami uwalnia toksyczne gazy**H290** Może powodować korozję metali**H302** Działa szkodliwie po połknięciu**H314** Powoduje poważne oparzenia skóry oraz uszkodzenia oczu**H319** Działa drażniąco na oczy**H335** Może powodować podrażnienie dróg oddechowych**H410** Działa bardzo toksycznie na organizmy wodne, powodując długotrwałe skutki

Acute Tox. 4 H302 – Toksyczność ostra doustna kat. 4

Aquatic Chronic 1 H410 – Szkodliwość dla wody kat. 1

Eye Irrit. 2 H319 – Działanie drażniące na oczy kat. 2

Metal Corr. 1 H290 – Działanie żrące na metale kat. 1A

Skin Corr. 1B H314 – Działanie żrące na skórę kat. 1B

Powyższe zwroty dotyczą składników i nie stanowią klasyfikacji mieszaniny.**Wersja: 3.1****Uwaga:**

1. Karta charakterystyki produktu niebezpiecznego jest bezpośrednio przekazywana dystrybutorowi produktu, bez zapewnień lub gwarancji co do kompletności i szczegółowości wszystkich informacji lub zaleceń w niej zawartych.
2. Kartę wykonano w Firmie Konsultingowej SpecChem, ul. Śląska 12/13, 70-432 Szczecin, tel. 606-874-162, e-mail: biuro@specchem.eu, <http://www.specchem.eu> reprezentowaną przez: mgr inż. Krzysztofa Kapczyńskiego na podstawie informacji uzyskanych od producenta preparatu oraz materiałów z własnej bazy danych.
3. Informacje zawarte w niniejszej karcie przedstawiają aktualny stan wiedzy i doświadczeń dotyczących bezpiecznego stosowania wyrobu.



KARTA CHARAKTERYSTYKI MIESZANINY
PRESTAN HH

TELEFONY ALARMOWE ZE WZGLĘDU NA PODZIAŁ TERYTORIALNY

- +4842631 4725 – Krajowe Centrum Informacji Toksykologicznej Łódź
- +4842631 4767 – Instytut Medycyny Pracy Łódź
- +4858682 0404 – Pomorskie Centrum Toksykologii Gdańsk
- +4822619 6654 – Biuro Informacji Toksykologicznej Warszawa
- +4861847 6946 – Ośrodek Informacji Toksykologicznej Poznań
- +4812411 9999 – Ośrodek Informacji Toksykologicznej Collegium Medicum UJ Kraków