

27.06.2022

Uważajmy na upały! Będzie nawet 35 stopni



Nad Kutno dotarła fala upałów. Meteorolodzy z IMGW wydali ostrzeżenie drugiego stopnia, a w połowie tygodnia może to być nawet trzeci stopień. Wysoka temperatura będzie nam towarzyszyć nawet do piątku.

Termometry w trakcie czterech najbliższych dni mogą wskazywać od 31 do 35 stopni Celsjusza w cieniu. To oznacza, że temperatura odczuwalna dla funkcjonujących w pełnym słońcu będzie zdecydowanie wyższa.

Rządowe Centrum Bezpieczeństwa podpowiada, co zrobić, aby zminimalizować ryzyko przegrzania organizmu. Przede wszystkim należy unikać przebywania w pełnym słońcu. Koniecznie trzeba nawadniać organizm i zadbać o to, by pod ręką mieć coś do picia, najlepiej wodę. W czasie najwyższych temperatur lepiej zostawać w domu, a jeśli chcemy obniżyć temperaturę w naszych mieszkaniach, najlepiej zamknąć i zasłonić okna.

Warto też pamiętać o tym, aby nie pozostawiać w rozgrzanych samochodach dzieci, ani zwierząt. Zwierzętom przebywającym na podwórkach należy zapewnić schronienie przed słońcem oraz chłodną wodę do picia.

Do pobrania

	Załącznik	Rozmiar Pobierz
pdf	Jak przetrwać upał? Poradnik.	455.42 KB Pobierz

- [Udostępnij](#)
- [Drukuj](#)
- [PDF](#)

[Pozostałe aktualności](#)[Archiwum aktualności](#)