

Enyhül a hőség, de az óvatosság továbbra is fontos!

Figyelem! Szombattól másodfokú lesz a hőségriasztás

A harmadfokú hőségriasztást holnaptól másodfokra mérsékeltek, amely augusztus 11-ig, kedd éjfélig marad érvényben. Mindez jó hír, de fontos tudni, hogy a hőség továbbra sem múlik el. A tartós meleg még mindig komoly megterhelést jelenthet szervezetünk számára.

Továbbra is ügyeljünk a megfelelő folyadékbevitelre, lehetőség szerint a déli órákban kerüljük a tűző napot, viseljünk könnyű és világos ruházatot, és fordítsunk különös figyelmet az idősekre, kisgyermekekre, valamint a krónikus betegségben élőkre.

Vigyázzunk magunkra és egymásra!

Nyomtatás