

Figyelem! Holnaptól a legmagasabb, harmadfokú hőségriasztás lép életbe!

A HungaroMet Magyar Meteorológiai Szolgáltató Nonprofit Zrt. előrejelzési adatait figyelembe véve, Dr. Surján Orsolya országos tisztifőorvos asszony az ország egész területére vonatkozóan 2025. augusztus 14-én 00:00 órától augusztus 17-e 24:00 óráig III. fokú hőségriasztást adott ki!

Ez a fokozott hőterhelés még az egészséges szervezetet is megterheli! Kérjük hogy vigyázzanak magukra és környezetükre, igyanak sok vizet (napi 2,5-3 liter), és ha tehetik tartózkodjanak árnyékos vagy légkondicionált helyen. Tűző napra ne menjenek, ha mégis viseljenek sapkát, kalapot, napszemüveget és könnyű világos öltözetet.

☀️ Napjában többször érdemes lezuhanyozni hűvös-langyos vízzel, vagy mossuk meg tarkónkat, arcunkat. Figyeljünk a gyermekekre és az idősekre! Parkoló autóban se gyermeket se állatot ne hagyjanak! Kerüljék a nehéz, zsíros fogásokak, helyette inkább saláta, gyümölcs, zöldség kerüljön az asztalra.

Nyomtatás