

Ostrzeżenie pogodowe

Uwaga! Nadchodzą upalne dni

Według prognoz pogody najbliższe dni przyniosą bardzo wysokie temperatury. W związku z tym apelujemy do mieszkańców o zachowanie szczególnej ostrożności i stosowanie się do podstawowych zasad bezpieczeństwa.

- Pijmy regularnie wodę i unikajmy odwodnienia.
- Ograniczajmy przebywanie na słońcu w godzinach największego nasłonecznienia.
- Pamiętajmy o nakryciu głowy i ochronie przed promieniowaniem UV.
- Zadbajmy o dzieci, seniorów oraz osoby przewlekle chore.
- Zapewnijmy zwierzętom stały dostęp do świeżej wody i zacienionego miejsca.

Prosimy również o zwracanie uwagi na osoby starsze i samotne. Czasem krótki telefon lub sąsiedzka pomoc mogą okazać się bardzo ważne.

Życzymy Państwu spokojnych i bezpiecznych dni. Dbajmy o siebie nawzajem!



UWAGA UPAŁY!

Szanowni Mieszkańcy Gminy Skwierzyna,
przed nami dni z bardzo wysokimi temperaturami.

ZADBAJMY O SWOJE ZDROWIE I BEZPIECZEŃSTWO!

JAK PRZETRWAĆ UPAŁY?



PIJ DUŻO WODY

nawadniaj organizm
regularnie, nawet jeśli
nie czujesz pragnienia.



CHROŃ SIĘ PRZED SŁOŃCEM

noś nakrycie głowy,
okulary przeciwsłoneczne
i jasne ubrania.



UNIKAJ SŁOŃCA

ogranicz przebywanie
na słońcu, szczególnie
między 11:00 a 17:00.



ZWRACAJ UWAGĘ NA INNYCH

szczególnie na dzieci,
osoby starsze i zwierzęta.



NIE ZOSTAWIAJ NIKOGO W POJEŹDZIE!

Temperatura w aucie może w kilka minut osiągnąć niebezpieczny poziom.



DBAJ O SIEBIE I BLISKICH!

Razem możemy przetrwać upały!



- [Udostępnij: Facebook](#)
- [Udostępnij: X](#)
- [Drukuj](#)
- [PDF](#)