

Upały trwają w najlepsze

Instytut Meteorologii i Gospodarki Wodnej - IMGW PIB wydał ostrzeżenia 1., 2. i 3. stopnia, gdzie temperatura może dochodzić do 36°C. Dodatkowo Instytut zachęca do zapoznania się z prognozą pogody na najbliższy tydzień w formacie video.

<https://youtube.com/watch?v=zJEdKhrz9gk>

Pamiętajmy o podstawowych zasadach bezpieczeństwa:

- pij dużo niegazowanej wody;
- ogranicz przebywanie w słońcu;
- unikaj wysiłku fizycznego;
- kiedy nie masz potrzeby, nie wychodź z domu.