

KOMUNIKAT

Biuro Meteorologicznych Prognoz Morskich w Szczecinie wydało komunikat, w którym informuje o wysokich temperaturach mających wystąpić na terenie miasta od godz.14 we wtorek 1-07-2025 do godz. 21 w środę 2-07-2025r.

W związku z tym przypominamy o zasadach bezpieczeństwa, które mogą pomóc uniknąć niebezpiecznych skutków upałów:

- **Unikaj wychodzenia na zewnątrz** w godzinach największego nasłonecznienia tj. pomiędzy godz. 12 a godz.17
- **Chroń się przed słońcem** stosując kremy z filtrem UV
- **Zakładaj nakrycie głowy**
- **Zadbaj o dzieci i osoby starsze**, które są narażone na przegrzanie i odwodnienie
- **Nawadniaj się regularnie**, unikaj alkoholu oraz napojów słodzonych, które mogą nasilać odwodnienie
- **Nigdy nie zostawiaj dzieci, zwierząt ani łatwopalnych przedmiotów w samochodzie**, nawet na krótki czas

W razie zagrożenia zdrowia lub życia należy bezzwłocznie dzwonić na numery alarmowe

112	nr alarmowy
999	Pogotowie Ratunkowe
998	Straż Pożarna
997	Policja