

Ostrzeżenie meteorologiczne Nr 103/2024



Ostrzeżenie meteorologiczne Nr 103

Nazwa biura	IMGW-PIB Centralne Biuro Prognoz Meteorologicznych - Wydział we Wrocławiu
Zjawisko/stożenie zagrożenia	Upał/ 1
Obszar	województwo opolskie powiat nyski
Ważność	od godz. 13:00 dnia 29.08.2024 do godz. 18:00 dnia 30.08.2024
Przebieg	Prognozuje się upały. Temperatura maksymalna w dzień od 29°C do 31°C. Temperatura minimalna w nocy od 15°C do 18°C.
Prawdopodobieństwo wystąpienia zjawiska(%)	80%
Uwagi	Brak.
Godzina i data wydania	godz. 12:10 dnia 28.08.2024
SMS	IMGW-PIB OSTRZEGA: UPAL/1 opolskie/nyski od 13:00/29.08 do 18:00/30.08.2024 temp. maks. 29-31 st., temp. min. 15-18 st. .

Opracowanie niniejsze i jego format, jako przedmiot prawa autorskiego podlega ochronie prawnej, zgodnie z przepisami ustawy z dnia 4 lutego 1994r o prawie autorskim i prawach pokrewnych (dz. U. z 2006 r. Nr 90, poz. 631 z późn. zm.).
Wszelkie dalsze udostępnianie, rozpowszechnianie (przedruk, kopiowanie, wiadomość sms) jest dozwolone wyłącznie w formie dosłownej z bezwzględnym wskazaniem źródła informacji tj. IMGW-PIB.

sł

źródło:

Instytut Meteorologii i Gospodarki Wodnej - Państwowy Instytut Badawczy

Centralne Biuro Prognoz Meteorologicznych - Wydział we Wrocławiu

51-616 Wrocław ul. Parkowa 30 tel: 071-320-01-50 email:
meteo.zachod@imgw.pl www: www.imgw.pl

RCB | Rządowe Centrum Bezpieczeństwa

Jak przetrwać upały

 <p>ogranicz przebywanie w pełnym słońcu</p>	 <p>unikaj wysiłku fizycznego</p>
 <p>pij dużo niegazowanej wody</p>	 <p>nie zostawiaj dzieci i zwierząt w aucie</p>
 <p>jeśli nie musisz, nie wychodź z domu</p>	 <p>nie pij alkoholu, bo odwadnia organizm</p>
 <p>noś nakrycie głowy</p>	 <p>w ciągu dnia zamknij i zasłoń okna</p>
 <p>stosuj kremy z filtrem UV</p>	 <p>noś lekką i przewiewną odzież</p>

Jeśli zauważysz objawy przegrzania organizmu: PRZYSPIESZONY ODDECH, TEMPERATURA, NUDNOŚCI, ZAWROTY GŁOWY, DRESZCZE

ZADZWOŃ 112 lub 999

rcb.gov.pl