

Tisztelt Lakosság!

Tájékoztatjuk Önöket, hogy az Országos Tisztifőorvos az Országos Meteorológiai Szolgálat előrejelzési adatai, valamint az Országos Közegészségügyi Központ szakmai ajánlásai alapján **2015. július 4-én 00.00-órától július 8-án 24 óráig III. fokú hőségriasztást** adott.

Hasznos tanácsok mindenkinek hőségriadó idejére:

- A hőséget nehezebben viselik el a csecsemők, a kisgyermek, az idősek, a fogyatékosok, a szívbeteg, a magas vérnyomásban szenvedők. Rosszullét esetén azonnal forduljanak az orvoshoz!
- Kánikulában hasznos a különösen meleg, dél körüli órákat otthon, besötétített hűvös szobában tölteni.
- A bevásárlást a kora reggelre, vagy a késő délutánra időzítsük. Halasszuk el a nehéz fizikai munkát.
- Felfrissít, ha langyos vagy hideg vízzel lezuhanyozunk, akár naponta többször is.
- Széles karimájú nyári kalappal, napszemüveggel és fényvédő krémmel védekezhetünk a nap, égető sugarai ellen.
- Tanácsos éjszaka alaposan átszellőztetni a lakást, jó szolgálatot tesz a ventilátor, a légkondicionáló.
- Csecsemőt, kisgyermeket nem szabad hőségben sétáltatni, árnyékban levegőztessük.
- Ne hagyjunk sem gyermeket, sem állatot szellőzés nélkül, lezárt parkoló autóban.

dr. Papp Adrienn
jegyző