

# Najbliższe dni z upałami

Data publikacji: 20.06.2023 10:45

Lato, to kalendarzowe i astronomiczne rozpoczyna się jutro (21.06.2021), ale to już dziś będziemy musieli mierzyć się z letnimi temperaturami – meteorolodzy ostrzegają przed upałem.

*W upalne dni warto pamiętać o częstym chodzeniu się oraz o zabezpieczeniu głowy przed słońcem, fot. arc.ox.pl*

Ostrzeżenie dotyczy całego województw śląskiego od godz. 12:00 dnia 20.06.2023 do godz. 18:00 dnia 22.06.2023

**- Prognozuje się upały. Temperatura maksymalna w dzień miejscami od 30°C do 32°C. Temperatura minimalna w nocy miejscami 18°C.**

Jeśli ktoś więc zamierza w Noc Kupały (21/22 czerwca) wybrać się na nocne poszukiwanie kwiatu paproci, to na pewno nie będzie mu zimno w lesie.

Jednak przez dzień lepiej unikać przebywania zbyt długo na słońcu bez zabezpieczenia w postaci nakrycia głowy i kremów z filtrem. Należy pamiętać również o odpowiednim nawodnieniu. Szczególnie wrażliwe na upał są osoby starsze i dzieci. Zwróć uwagę na ich potrzeby. Pamiętaj również o zabezpieczeniu przed upałem zwierząt oraz o zapewnieniu im stałego dostępu do wody.

Red.