



Bela krajina

SRČNIH LJUDI

VROČINSKI VAL

PRIPOROČILA IN UKREPI



1 Pijemo veliko tekočine, sobne temperature. V Beli krajini lahko pijete vodo iz pipe, svojo stekleničko pa lahko napolnite na javnih pitnikih, v javnih ustanovah in drugod!

2 Na ogledne in izlete se odpravimo zgodaj zjutraj ali pozno popoldne. Dan preživimo v senci ali hladnejših prostorih. Poskrbimo za domače živali!

3 Ustrezno se zaščitimo pred močnim soncem in UV žarki.

4 Uživamo lahko, sezonsko in lokalno hrano.

5 Nikoli ne puščamo nikogar v zaprtem, parkiranem avtomobilu! V primeru vročinske kapi takoj pokličemo zdravniško pomoč - **112**, obolelega ves čas hladimo!

6 Previdni smo pri kopanju na naravnih kopališčih in bazenih ter vodnih športih! Izpostavljenost soncu in hitra ohladitev lahko povzročita infarkt!

