

HŐSÉGRIASZTÁS!

Az országos tisztifőorvos az ország egész területére vonatkozóan

2026. július 30-án (csütörtök) 00:00 órától

2026. augusztus 4-én (kedd) 24:00 óráig

III. fokú hőségriasztást adott ki.

Ezen a napokon az előrejelzések szerint a napi középhőmérséklet várhatóan legalább három egymást követő napon eléri (vagy meghaladja) a 27 °C-ot.

Felhívjuk a Lakosság figyelmét, hogy az elkövetkező napokban különösen **ügyeljenek a fokozott folyadékbevitelre**. Tanácsos kerülni a kávé, az alkohol, a magas koffein- és cukortartalmú üdítők és zsíros ételek fogyasztását. **11 és 15 óra között lehetőség szerint ne tartózkodjanak a tűző napon.** Megfelelő ruházattal és naptejjel **védjék bőrüket a leégés ellen.** **Ne hagyják a gyermekeket, állatokat parkoló autóban.** Aki teheti, töltsön több órát légkondicionált helyiségben.

A nagy hőség bárkinél okozhat egészségügyi panaszokat, kellemetlen tüneteket, dekoncentrációt, de vannak **különösen veszélyeztetett csoportok**. Ilyenek például a **kisgyermek**ek, az **idősek**, valamint a **szív- és érrendszeri betegségben szenvedők**. Az **autóval közlekedők** figyelmére is kedvezőtlen hatással lehet a nagy meleg, fokozott óvatossággal kell vezetni. Akik a kánikulát vízparton töltik, napozás után hűtsék le magukat mielőtt a vízbe mennének, ne ugorjanak a vízbe felhevült testtel.

További információk:

<https://www.nnk.gov.hu/attachments/article/1521/A%20hoseg%20egeszsegkarosito%20hatasai.pdf>

A bárki által – nyitva tartásuk függvényében- elérhető **légkondicionált helyiségek listája Győrben:**

Település	Cím	Intézmény
Győr	Győr, Budai u.1.	ÁRKÁD Üzletház
Győr	Győr, Vasvári Pál u.1/a	Győr PLAZA Üzletház
Győr	Győr, Arany J. u. 2	Arrabona (Kaiser) Áruház
Győr	Győr, Fehérvári u.3.	InterSPAR
Győr	Győr, Királyszéki u	TESCO Hipermarket
Győr	Győr, Nagysándor József u. 31	ETO Park

Kérjük, hogy mindenki fokozottan tartsa be az egészségmegőrzésre vonatkozó tanácsokat!

Teilinger Imre s.k.
polgármester