VÝSTRAHA ČHMÚ  
SYSTÉM INTEGROVANÉ VÝSTRAŽNÉ SLUŽBY

Zpráva č. 000268  
Odesláno: 13.8.2023 10:17:21  
Územní platnost: ORP Poděbrady

**Meteorologická situace:** Nad střední Evropou se bude udržovat zvlněné frontální rozhraní.

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Vysoké teploty | Nízký st. nebezpečí | |  |  |  | | --- | --- | --- | | 14.8. 10:00 | – | 14.8. 21:00 | |
| **Popis:** Odpolední teploty překročí 31 °C. | | |
| **Doporučení:** Vysoká zátěž na lidský organismus, nebezpečí přehřátí a dehydratace. Doporučuje se dodržovat pitný režim, zvýšit konzumaci neslazených nealkoholických nápojů, které je vhodné kombinovat s minerálními vodami. Omezit tělesnou zátěž v poledních a odpoledních hodinách. Nenechávat děti nebo i zvířata na přímém slunci, zvláště v zaparkovaných automobilech. | | |