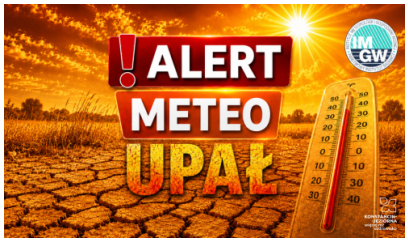
Opublikowano: Konstancin-Jeziorna (www.konstancinjeziorna.pl)

Alert meteo: Upał – ostrzeżenie trzeciego stopnia

2026-08-03



Instytut Meteorologii i Gospodarki Wodnej wydał ostrzeżenie przed upałami. Alert trzeciego, najwyższego stopnia dotyczy powiatu piaseczyńskiego i obowiązuje od poniedziałku (3 sierpnia) od godz. 20.00 do czwartku (6 sierpnia) do godz. 20.00.

Synoptycy prognozują wystąpienie upałów, podczas których temperatura maksymalna w dzień wyniesie od 33 st. C do 38 st. C. Temperatura minimalna w nocy od 18 st. C do 23 st. C. **Ostrzeżenie trzeciego, najwyższego stopnia obowiązuje od poniedziałku (3 sierpnia) od godz. 20.00 do czwartku (6 sierpnia) do godz. 20.00** Prawdopodobieństwo wystąpienia zjawiska wynosi 90 proc. Prognozy temperatur ekstremalnych na poszczególne dni należy śledzić w codziennych prognozach i komunikatach meteorologicznych.

Chroń siebie i innych

Zachowaj ostrożność i czujność. Na niebezpieczne działanie upałów szczególnie narażone są dzieci, osoby starsze i mniej samodzielne. Pamiętaj też o podstawowych zasadach:

- Nie zostawiaj w samochodzie dzieci.
- Pij regularnie duże ilości płynów, unikaj napojów zawierających cukier lub alkohol.
- Unikaj forsownego wysiłku fizycznego.

Pamiętaj także o zwierzętach, zarówno domowych jaki i dzikich, które tak jak my potrzebują wody i cienia.

Więcej przeczytacie w artykule: Upał nie odpuszcza! Zadbaj o bezpieczeństwo swoje i innych.

Do pobrania

Załącznik	Size
Alert meteo 3.08.2026 r.	289.5 KB

Adres źródłowy: https://www.konstancinjeziorna.pl/news/alerty-meteo/alert-meteo-upal-ostrzezenie-trzeciego-stopnia