



MINISTRY
OF INTERIOR
OF THE SLOVAK REPUBLIC

Рекомендації для ГРОМАДЯН ПІД ЧАС СПЕКИ



Тримайтеся в тіні, якщо це
можливо



Дотримуйтесь питного режиму,
їжте легшу їжу і одягайтеся
зручно



Оновлюйте себе принаймні один раз
на день теплою душкою



Забезпечте достатню кількість рідини
для тварин, надайте їм укриття від
прямого сонячного світла



Захистіть будинки та робочі місця від
проникнення прямого сонячного світла
через вікна або мансардні вікна



У жодному разі не залишайте дітей і
тварин у припаркованих автомобілях

