

## Жара пришла по расписанию | La canicule est arrivée

Auteur: Заррина Салимова, [Берн](#) , 30.07.2024.



В жаркую погоду фонтан на Федеральной площади в Берне неизменно пользуется популярностью у детей. Фото: Nashagazeta.ch

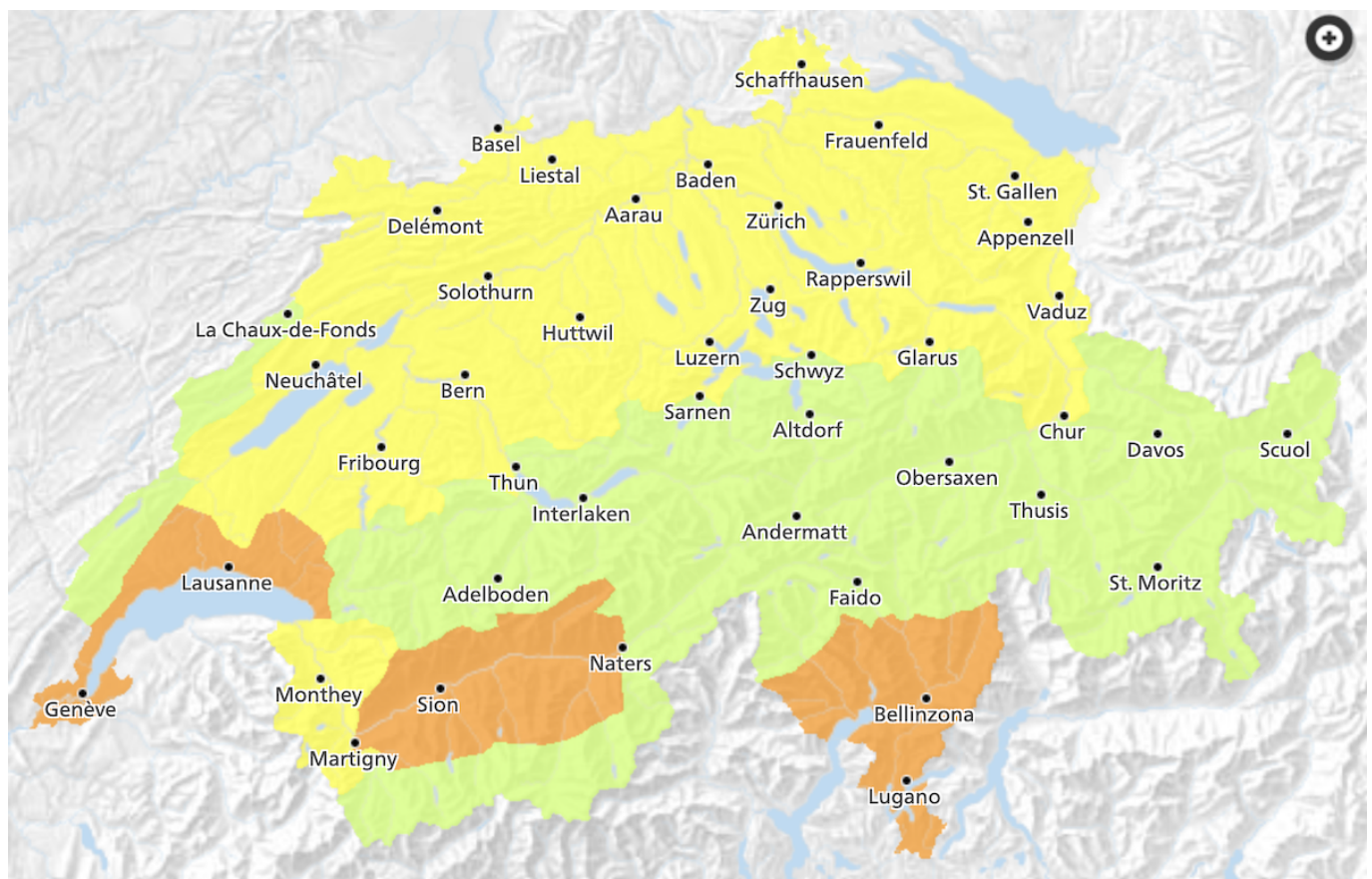
Служба MétéoSuisse выпустила предупреждение о жаркой погоде, которое действует до четверга и распространяется на область страны к югу от Альп, Вале и регион Женевского озера.

MétéoSuisse a émis une alerte canicule valable jusqu'à jeudi et s'appliquant au sud des Alpes, au Valais et au bassin lémanique.

La canicule est arrivée

В некоторых районах Швейцарии продолжается тепловая волна. Под предупреждение о жаре третьего уровня попали низкогорные районы Южных Альп, Верхнего Вале, Центрального Вале и региона Женевского озера. В ближайшие дни на юге страны максимальные температуры составят от 31°C до 34°C, в Вале и в регионе Женевского озера – от 32°C до 35°C.

Другие низменные регионы к северу от Альп также будут затронуты тепловой волной, особенно во вторник и среду, но на более короткий период. В эти два дня ожидается максимальная температура около 33°C, а минимальная – от 17°C до 22°C. В этих областях объявлено предупреждение о тепловой волне второго уровня.



(c) MétéoSuisse

В городских районах минимальные температуры могут быть на несколько градусов выше из-за более медленного и менее выраженного ночного похолодания. Особенно в долинах и низко расположенных городах, таких как Базель, воздух будет нагреваться на несколько градусов сильнее, чем на Центральном плато. Относительная влажность воздуха в самое жаркое время дня будет составлять от 40% до 50 %.

Как поясняется на сайте службы MétéoSuisse, очень теплые погодные условия в Альпийский регион принесла крупная система высокого давления, протянувшаяся от Средиземноморья до Центральной Европы. Высокие температуры сохранятся как

минимум до вечера четверга. Согласно текущим прогнозам, окончание жаркой погоды совпадет с усилением грозовой активности.

Жаркая погода может иметь серьезные последствия для здоровья, усугубив имеющиеся сердечно-сосудистые, респираторные, почечные или психические заболевания. Даже находящиеся в хорошей форме люди могут испытывать физический дискомфорт, а у пожилых значительно увеличивается риск нарушения кровообращения. В группу риска входят также маленькие дети, беременные женщины, инвалиды и те, кто находится в неблагоприятном социально-экономическом положении. К дополнительным факторам риска относится и прием лекарственных препаратов.

Осторожность стоит проявлять и тем, кто выполняет тяжелую работу на открытом воздухе, например, садовникам, ремонтникам и дорожным строителям. Учитывая тот факт, что в жаркую погоду риск несчастных случаев на производстве возрастает, Швейцарский фонд страхования от несчастных случаев (Suva) призвал работодателей принять меры защиты работников.

Многие швейцарские города уже активировали специальные программы, чтобы помочь уязвимым людям пережить жару. Как сообщает RTS, 33 226 жителям Женевы в возрасте старше 65 лет были разосланы сообщения с предложением записаться на индивидуальное наблюдение в муниципальной социальной службе во время жаркой погоды. Регистрация открыта по телефону (0800 18 19 20) и электронной почте ([plancanicule@ville-ge.ch](mailto:plancanicule@ville-ge.ch)). Пожилые люди также могут бесплатно посещать плавательные бассейны, например, Vernets и Varembe по утрам.

Специалисты рекомендуют выпивать не менее полутора литров воды в день и защищаться от солнечных лучей, оставаясь в тени и нося [соответствующую одежду](#). Комнаты лучше проветривать ночью и ранним утром. Избегайте физических нагрузок или восполняйте потерю соли во время или после занятий спортом. Не оставляйте людей и животных в автомобилях. При появлении признаков обезвоживания или теплового удара (головокружение, обморок, тошнота или рвота, усталость, головная боль, скованность, судороги, учащенное дыхание, повышенный пульс, сильная жажда, моча темного цвета или ее отсутствие) обратитесь к врачу.

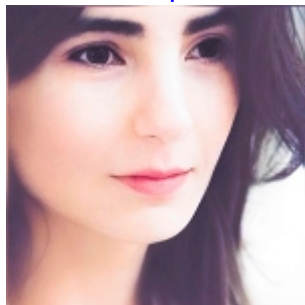
Если же вы планируете спастись от жары в одном из швейцарских бассейнов, то помните о том, что качество воды в них часто не безупречно. Более полное представление об этом дают недавно опубликованные данные кантональных лабораторий за 2023 год. Так, в Цюрихе в прошлом году недочеты были обнаружены почти в трети проверенных бассейнов – либо уровень мочевины был слишком высок, либо в отдельных случаях были обнаружены опасные фекальные бактерии и болезнетворные микроорганизмы. В кантоне Берн почти половина из 89 бассейнов имела проблемы. В некоторых случаях бассейны приходилось закрывать сразу после проверки: это произошло четыре раза в Люцерне, трижды в Берне и дважды в Санкт-Галлене. Особенно частой причиной нареканий стало чрезмерное содержание хлоратов, которые могут нарушить поглощение кислорода и повредить почки.

Добавим, что качество воды в бассейнах традиционно ухудшается жарким летом, когда купальни заполнены до отказа. Как гость, вы тоже можете внести свою лепту в сохранение чистоты воды. Специалисты напоминают, что перед купанием нужно обязательно принимать душ, так как крем от солнца и пот – это яд для воды. В некоторых странах солнцезащитные кремы с определенными химическими



веществами в составе и вовсе запрещены, так как они вредят экосистеме и способствуют обесцвечиванию кораллов.

[жара в швейцарии](#)  
[летняя жара](#)



[Заррина Салимова](#)

Zaryna Salimava

Статьи по теме

[Как одеваться в жару?](#)

[В Швейцарию пришла жара](#)

[Жара!](#)

[Жара и бизнес в Швейцарии](#)

[Жара не покидает Швейцарию](#)

[Жара в Швейцарии: неурожай и аварии](#)

---

**Source URL:**

<http://www.nashagazeta.ch/news/la-vie-en-suisse/zhara-prishla-po-raspisaniyu>