



Instytut Meteorologii i Gospodarki Wodnej wydał dla Torunia ostrzeżenia I stopnia o możliwym oblodzeniu i przymrozkach. Ostrzeżenia obowiązują od 16 do 19 marca 2025 r.

Prawdopodobieństwo wystąpienia **przymrozków w dniach 16-19 marca 2025 wynosi 90 procent**. Nocami prognozowany jest spadek temperatury powietrza od -4°C do -1°C, przy gruncie do około -5°C, tylko w nocy z poniedziałku na wtorek od -6°C do -4°C, przy gruncie do około -8°C. Temperatura maksymalna w ciągu dnia od 4°C do 8°C.

Toruńskie Centrum Zarządzania Kryzysowego rekomenduje:

1. Unikać długotrwałego przebywania na wolnym powietrzu. Szczególnie dotyczy to osób w wieku podeszłym, małych dzieci i osób osłabionych, osób z zaburzeniami krążenia obwodowego krwi, rekonwalescentów, niepełnosprawnych oraz przemęczonych.
2. Szczególną ostrożność powinny zachować osoby spożywające alkohol, ponieważ po spożyciu alkoholu dochodzi do wychłodzenia organizmu znacznie szybciej niż u

osoby, która alkoholu nie spożywała. Wychłodzeniu osoby pod wpływem alkoholu sprzyja fałszywe „uczucie ciepła” - osoba taka nie czuje zimna i w związku z tym nie podejmuje działań obronnych przed wychłodzeniem.

Przy niskich temperaturach, jakie utrzymują się obecnie, zaleca się nie opuszczanie ogrzewanych pomieszczeń osobom, które spożywały alkohol i całkowitą rezygnację ze spożywania alkoholu na wolnym powietrzu.

3. Osoby mające długotrwale przebywać na wolnym powietrzu powinny pamiętać o prawidłowym ubiorze:

- kilka warstw odzieży (3 do 4 cieńszych zamiast 1 grubej) - na tzw. „cebulkę”;
Zalecane materiały ubrań : bawełna, flanela, polar, materiały termoaktywne.
- solidnie zabezpieczyć części ciała znajdujące się najdalej od tułowia : dłonie - luźne rękawiczki (mogą być podwójne), stopy - grube skarpety(mogą być podwójne) i nie uciskające (niezbyt mocno dopasowane) obuwie, uszy - odpowiednia czapka zasłaniająca uszy lub nauszniki (można stosować również tzw. grube „kominiarki”, które osłaniają uszy, usta i nos - szczególnie zalecane u wychodzących na zewnątrz starszych dzieci i młodzieży.

4. Na odsłonięte części twarzy stosować wazelinę, maść cholesterolową, albo inne preparaty dostępne w aptekach opisane jako służące ochronie przed mrozem (szczególnie u dzieci).

5. W razie odmrożeń:

- I stopnia - objawy: blada do żółtawej skóra, później zaczerwienienia, ból - należy stopniowo ogrzewać poprzez zanurzenie w chłodnej wodzie, a następnie stopniowo i powoli ogrzewać dodając coraz cieplejszej, aż do przywrócenia ciepłoty częściom odmrożonym.
- II stopień i wyższe - główne objawy : powstają obszary blade, sine, pojawiają się sinofioletowe wybroczyny, pęcherze i rany - zależnie od rodzaju uszkodzeń - przy niewielkich uszkodzeniach można zastosować ogrzewanie jak przy I stopniu, każdorazowo założyć opatrunki i koniecznie, jak najszybciej zgłosić się do lekarza.

Przy ostrzeżeniu o **oblodzeniu, które obowiązuje 17 marca od północy do godz. 8:00 prognozuje się zamarzanie mokrej nawierzchni dróg i chodników**

po opadach deszczu, deszczu ze śniegiem i mokrego śniegu powodujące ich oblodzenie. Temperatura minimalna od -4°C do -1°C , temperatura minimalna przy gruncie około -5°C .

Toruńskie Centrum Zarządzania Kryzysowego rekomenduje:

1. Piesi powinni zachować szczególną ostrożność przy poruszaniu się po oblodzonych chodnikach i przechodzeniu przez jezdnie:

a) ze względu na śliskość podłoża znacząco rośnie ryzyko upadków i różnych związanych z tym urazów (złamań, zwichnięć, skręceń, potłuczeń, ale także urazów głowy);

b) upadki mogą być groźna zwłaszcza dla osób o obniżonej sprawności fizycznej i osób starszych – te osoby powinny przy gołoledzi, oblodzeniu i ślizgawicy

- unikać wychodzenia z domu jeśli nie jest to absolutnie konieczne,
- poprosić o pomoc osobę sprawną fizycznie (młodszą) w przypadku np. konieczności zrobienia zakupów itp.,

c) piesi nie powinni wchodzić na jezdnię bezpośrednio przed nadjeżdżający pojazd, nawet na przejściu dla pieszych należy się upewnić, czy kierowca zdąży wyhamować, w sposób wzmożony należy stosować zasadę ograniczonego zaufania

2. Prowadząc pojazd w czasie marzących opadów, gołoledzi i ślizgawicy należy:

a) bezwzględnie ograniczyć prędkość, dopasować ją adekwatnie do przyczepności nawierzchni drogi, do widoczności oraz właściwie oświetlić pojazd.

3. W trakcie jazdy pamiętać, aby zachować, odpowiedni do warunków – bezpieczny odstęp od poprzedzającego samochodu.

4. Niebezpieczeństwa podczas marzących opadów, gołoledzi i ślizgawicy, o których należy pamiętać (szczególnie kierujący pojazdami), że:

- powstaje bardzo śliska nawierzchnia – rośnie ryzyko poślizgu, jest znacznie dłuższa droga hamowania;
- widoczność pogarsza się;
- powstaje sytuacja ograniczonej widoczności.

5. Kierujący pojazdami - należy co najmniej:

- trzymać się prawej krawędzi jezdni i nie zjeżdżać zbyt blisko środka,
- pamiętać, że poboczem mogą poruszać się piesi i rowerzyści,

- zachować wzmożoną ostrożność przy przejściach dla pieszych, pamiętać o znacznie wydłużonej drodze hamowania,
- zdjąć nogę z gazu, zmniejszyć prędkość do wartości bezpiecznych, pozwalających na panowanie nad pojazdem,
- zadbać o podniesienie koncentracji w czasie jazdy na najwyższy poziom.

Służby drogowe pozostają w gotowości i będą reagowały na bieżąco.

Fot. © UMT 2025, autor: Paula Gałązka, licencja: CC BY-NC 4.0

- [Powrót](#)
- [Udostępnij na: X](#)
- [Udostępnij na: FB](#)
- [Drukuj](#)
- [PDF](#)