

## UV FIGYELMEZTETÉS

**Kiadja: HungaroMet Nonprofit Zrt.**

**Időpont: 2026. június 20.**

### Vasárnap figyelmeztetési kritériumot meghaladó UV-B sugárzás várható

A HungaroMet Nonprofit Zrt. felhívja a figyelmet arra, hogy a holnapi napon (2026. június 21.) a figyelmeztetési kritériumot meghaladó UV-B sugárzás várható az alábbi területeken/régiókban:

- Nyugat-Dunántúl: **Nagyon erős** UV-B sugárzás (a régió területének 98%-án az UV index meghaladja a 7.0 értéket), lehetséges maximum érték 7.3
- Közép-Dunántúl: **Nagyon erős** UV-B sugárzás (a régió területének 99%-án az UV index meghaladja a 7.0 értéket), lehetséges maximum érték 7.3
- Dél-Dunántúl: **Nagyon erős** UV-B sugárzás (a régió területének 96%-án az UV index meghaladja a 7.0 értéket), lehetséges maximum érték 7.4
- Pest és Budapest: **Nagyon erős** UV-B sugárzás (a régió területének 84%-án az UV index meghaladja a 7.0 értéket), lehetséges maximum érték 7.3
- Dél-Alföld: **Nagyon erős** UV-B sugárzás (a régió területének 70%-án az UV index meghaladja a 7.0 értéket), lehetséges maximum érték 7.2
- Észak-Alföld: **Nagyon erős** UV-B sugárzás (a régió területének 59%-án az UV index meghaladja a 7.0 értéket), lehetséges maximum érték 7.1
- Észak-Magyarország: **Nagyon erős** UV-B sugárzás (a régió területének 58%-án az UV index meghaladja a 7.0 értéket), lehetséges maximum érték 7.4

Kérjük, fokozottan védekezzenek a napsugárzás által okozott leégés ellen. Amennyiben lehetséges napközben 11:00 és 15:00 óra között kerüljék a napozást. Vállat takaró póló, szalmakalap, illetve fényvédő krém használata mindenképpen javasolt. Normál bőrtípusnál már **15-20 perc** napon tartózkodás esetén is bőrpír\* keletkezhet.

A várható UV-B értékek területi eloszlása megtekinthető a [www.met.hu/idojaras/humanmeteorologia/uv-b](http://www.met.hu/idojaras/humanmeteorologia/uv-b) weboldalon.

\* bőrpír: olyan bőrreakció, égés, amely 24 óra múlva is jól látható.

**UV-B értékek és előrejelzés: [www.met.hu](http://www.met.hu)**

**UV-B általános tájékoztatás és az aktuális UV-B figyelmeztetéssel kapcsolatos információ:**

HungaroMet Nonprofit Zrt.

e-mail: [uvb@met.hu](mailto:uvb@met.hu)