



SERVIÇO MUNICIPAL DE PROTECÇÃO CIVIL

Comunicado

Tendo em conta as previsões de uma vaga de frio com possibilidade de temperaturas negativas, que se deve estender por uma semana (segundo previsões do Instituto Português do Mar e da Atmosfera - IPMA), a Câmara Municipal de Fornos de Algodres, através do seu Serviço Municipal de Protecção Civil, alerta a População em geral para a necessidade da adopção de medidas de protecção contra este fenómeno.

Com especial relevância e preocupação pelos grupos de maior risco (idosos e crianças), alerta-se para a necessidade de acautelar as seguintes provisões:

- água potável e alimentos preferencialmente enlatados(e ricos em calorias);
- Estojo de primeiros socorros e medicamentos;
- Combustível doméstico (botijas de gás ou lenha).
- Além destas provisões básicas que evitam a constante necessidade de sair de casa, alerta-se para os perigos que decorrem do uso de meios de aquecimento, com especial destaque para as braseiras, lareiras e salamandras, cujo **uso inadequado pode provocar intoxicações, incêndios e queimaduras** (em caso do uso de braseiras e salamandras, não esquecer de manter meios de renovação do ar).
- Evite sair de casa. Contudo se tiver de o fazer, evite manter-se ao frio durante muito tempo.
- Evite deslocar-se em zonas de formação de gelo, prevenindo assim eventuais quedas.
- Agasalhe-se com várias camadas de roupa quente, em vez de uma peça única muito quente, ou muito justa. Mantenha-se seco.

- Proteja a boca e o nariz, evitando a inalação de ar muito frio. Se possível use luvas, cachecol e chapéu.

- Modere as actividades físicas intensas. O seu corpo já está a consumir demasiada energia para manter a sua temperatura corporal.

Em caso de necessidade de se deslocar de carro, lembre-se:

- Evite fazê-lo durante a noite e às primeiras horas da manhã.

- verifique se tem combustível suficiente e se os sistemas de travagem e iluminação estão a funcionar perfeitamente.

- Comunique a alguém da sua confiança a sua saída e o seu destino.

- Faça uma condução defensiva. Com velocidade reduzida e sempre atento.

- Em caso de avaria, **ligue de imediato o 112** e sinalize a sua viatura com triângulo sinalizador, mantendo-se no interior para sua protecção. Abra uma fresta na janela no lado oposto ao vento. Movimente-se para ativar a circulação e se possível, ligue o aquecimento de hora a hora durante 10 minutos.

- Não ingira bebidas alcoólicas.

- EVITE ADORMECER.

Além destes cuidados, o Serviço Municipal de Protecção civil, alerta para o redobrar dos cuidados de condução em diversas vias no concelho, com especial atenção para os seguintes troços:

- Estrada Nacional 16 entre Ponte de Juncais e Ponte de Vila Soeiro do Chão;

- Estrada Municipal 587-4 Entre Matança e Prado (concelho de Aguiar da Beira);

- Estrada Municipal 583-2 Entre Algodres e Maceira e, entre entroncamento da Fraga da Pena e Cruzamento para o lugar das Azeleiras.

Esteja atento às informações meteorológicas e lembre-se: **A PROTEÇÃO COMEÇA EM SI.**