

ROMANIA
JUDETUL IALOMITA

COMUNA TRAIAN ,
judetul Ialomita, tel/fax- 0243/244020,cod postal 927147, e-mail
primariacomuneitraian@yahoo.com
C.F – 15552755

Nr. 93/26.02.2018

Masuri de protectie la temperaturi scazute si ninsori viscolite

- Îmbrăcați-vă gros și evitați expunerea în frig pentru perioade mari de timp;
- Pe timpul cât stați afară, mișcați-vă permanent pentru a vă păstra căldura corporală;
- Evitați, pe cât posibil, extenuarea; efortul fizic în condiții de frig vă poate cauza grave probleme de sănătate;
- Mâncați regulat și consumați multe lichide; Evitați excesul de cafeină ori alcool;
- Protejați persoanele în vârstă, copiii, femeile gravide și pe cei cu probleme de sănătate din anturajul dumneavoastră;
- Anunțați autoritățile locale cu privire la persoanele fără adăpost pe care le întâlniți sau despre care aveți cunoștință;
- Încercați să asigurați animalelor condiții corespunzătoare de hrănire și adăpostire;

Dacă trebuie să utilizați autoturismul, luați următoarele măsuri:

- circulați doar ziua, niciodată singur, și anunțați cunoștințele despre programul dumneavoastră;
- folosiți drumuri principale; evitați drumurile secundare considerate scurtături;

- asigurați-vă că aveți cu dumneavoastră pături și băuturi fierbinți, pentru situațiile în care dumneavoastră ori altă persoană se află în dificultate. Totodată este foarte important să aveți suficient combustibil care să asigure funcționarea motorului în situațiile în care apar blocaje în trafic sau la apariția altor situații neprevăzute;
- purtați în mașină un săculeț cu sare și/sau nisip pentru topirea gheții și îmbunătățirea aderenței pe căile circulabile, precum și unelte de îndepărtare a zăpezii;
- acumulatorul și sistemul de aprindere ale autoturismului trebuie să fie în stare foarte bună, iar bornele bateriei curățate;
- asigurați-vă antigel corespunzător în mașină pentru a evita înghețarea;
- asigurați-vă că sistemul de încălzire și dezghețare al vehiculului funcționează eficient;

Dacă un viscol vă surprinde în mașină, luați următoarele măsuri:

- trageți pe dreapta. Porniți luminile de avarie și agățați o cârpă pe antena radio ori la geam;
- semnalati prezenta dumneavoastră în blocajul rutier la numărul unic de urgență 112, însă aveți în vedere că și echipajele de salvare se deplasează în aceleași condiții de iarnă, iar deblocarea căilor rutiere poate fi de durată;
- rămâneți în autoturism până ce forțele de salvare vin să vă salveze. Nu ieșiți dacă nu vedeți în apropiere o clădire în care ați putea să vă adăpostiți. Fiți atenți: distanțele sunt distorsionate de zăpada viscolită. O clădire poate părea aproape, dar poate fi prea departe pentru a merge prin nămeții mari de zăpadă;
- porniți motorul și sistemul de încălzire aproximativ 10 minute la fiecare oră, pentru a menține cald în interior. Când motorul funcționează, deschideți ușor o fereastră pentru ventilație. Aceasta vă va proteja împotriva inhalării monoxidului de carbon. Curățați periodic zăpada de pe țeava de eșapament;

- mișcați-vă pentru a menține organismul cald, evitând extenuarea;
- nu adormiți. O persoană trebuie să fie trează, în orice moment, pentru a vedea forțele de salvare;
- beți lichide pentru evitarea deshidratării;
- aveți grijă să nu consumați bateria mașinii. Bateria este necesară la menținerea în funcțiune a luminilor, căldurii și radioului;
- porniți lumina din interior pe timp de noapte pentru ca echipele de salvare să vă observe;
- dacă viscolul a încetat, și este absolut necesar, părăsiți mașina și continuați drumul pe jos.

Vă cunoașteți cu probleme de sănătate (necesități dializă ori tratamente speciale la o unitate spitalicească), sunteți însărcinată în ultimele luni? Urmăriți cu atenție avertizările meteorologilor și luați măsura deplasării înaintea începerii fenomenelor de iarnă severă către un spital ori cât mai aproape de acesta.

**PRIMAR
NASTASE FANEL**



**REFERENT PROTECTIE CIVILA
MARGARIT MIHAELA-GEANINA**

