

Consells davant les onades de fred



Ajuntament
de Molins de Rei



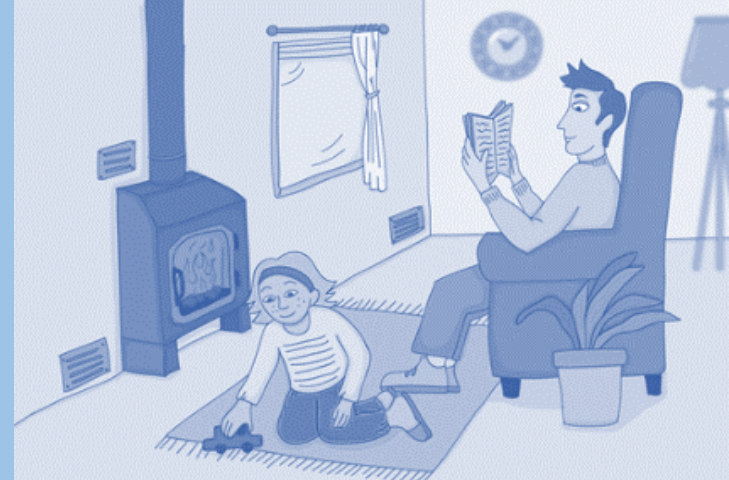
SOM
MOLINS
DE REI



MOLINS
2030

Consells
davant les
onades
de fred

A casa



- Cal que et mantinguis informat de les previsions del temps i de les instruccions que donin les autoritats. Si t'has de desplaçar, consulta l'estat de la xarxa viària i les rutes a seguir:
 - Servei Meteorològic de Catalunya (SMC)
 - Servei Català de Trànsit
 - Portal de la mobilitat
 - 012 Atenció Ciutadana
- Estigues atent als familiars o veïns que es trobin en situació de vulnerabilitat, especialment gent gran, perquè es protegeixin dels efectes del fred.



Ajuntament
de Molins de Rei

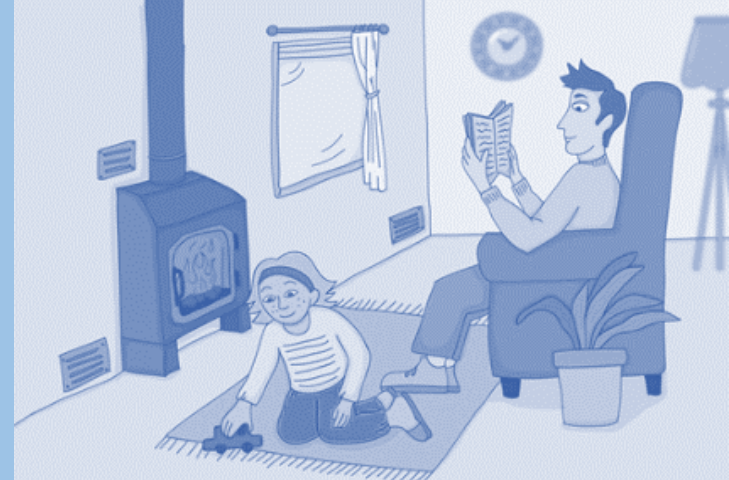


SOM
MOLINS
DE REI



Consells
davant les
onades
de fred

A casa



- En situació d'emergència segueix les informacions i les indicacions de les autoritats. Informa't a través dels mitjans de comunicació social (emissores de ràdio, televisió, web, X, etc.).
- Recorda, si necessites ajuda durant l'emergència, truca al 112



Ajuntament
de Molins de Rei

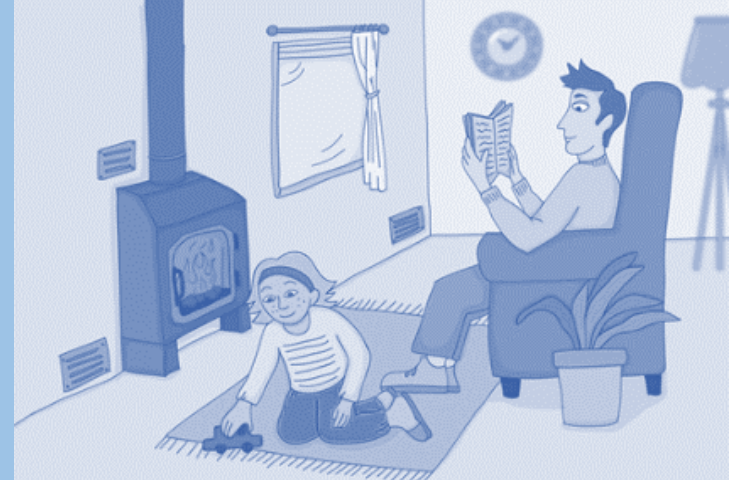


SOM
MOLINS
DE REI



Consells
davant les
onades
de fred

A casa



- Tingues preparat un kit d'emergències amb un transistor, piles de recanvi, llanternes, aliments calòrics, combustible de calefacció i una farmaciola.
- Cal que disposis d'una reserva mínima de medicaments per a la gent gran i els malalts crònics i de tipus respiratori.
- En episodis de fred intens no deixis l'aixeta oberta perquè l'aigua corri: en situació de sequera és un malbaratament.
- Per protegir les canonades, tanca la clau de pas, aïlla comptadors i trams exposats i buida les instal·lacions quan sigui possible.



Ajuntament
de Molins de Rei

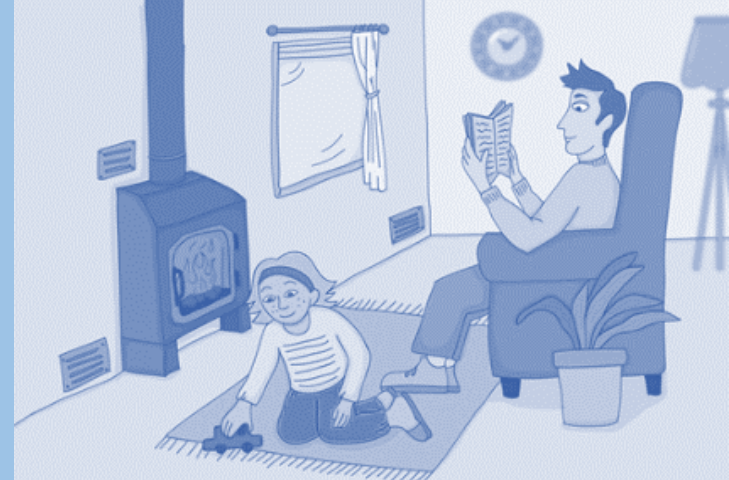


SOM
MOLINS
DE REI



Consells
davant les
onades
de fred

A casa



- Disposa d'una reserva mínima d'aigua o líquid per si el subministrament queda afectat.
- No utilitzis espelmes. Si és l'única alternativa, posa-les en espalmatòries perquè no es tombin. Recorda sempre d'apagar-les abans d'anar a dormir o en sortir de casa i evita que els infants les manipulin.
- Si tens reg automàtic, tanca'l i evita totes les activitats que puguin comportar mullar els carrers, com regar o fregar.



Ajuntament
de Molins de Rei



SOM
MOLINS
DE REI



Consells
davant les
onades
de fred

Aparells de calefacció



Vigila amb els aparells de calefacció:

Les calderes i els aparells de combustió que s'utilitzen per a la calefacció poden convertir-se en un element de risc si no estan en bon estat o no se'n fa un bon ús.

Cal evitar la mala combustió. Per aquest motiu, segueix els consells següents:

- Si utilitzes un escalfador o una estufa amb foc obert o qualsevol altre element de calefacció, per tal d'evitar la intoxicació i garantir l'entrada d'aire net, ventila cada dia durant uns minuts.
- Revisa l'estat dels elements de calefacció, de les calderes, de les estufes, etc...
- Si un aparell no funciona bé o fa olor estranya no el facis servir.



Ajuntament
de Molins de Rei



SOM
MOLINS
DE REI



Consells
davant les
onades
de fred

Aparells de calefacció



- Mantén els infants allunyats de les estufes, dels brasers i de les xemeneies. No deixis encenedors al seu abast.
- No acostis les estufes, els brasers, etc. a les cortines, als mobles i, especialment, als llits o matalassos. Mai no eixuguis la roba o altres objectes a sobre, ja que podries provocar un incendi. No els cobreixis amb cap objecte. o fregar.

En cas d'urgència:

Si ets en una habitació amb una estufa de llenya, carbó o gas, un braser o una caldera i notes símptomes de mareig, ventila immediatament: obre alguna porta o finestra. Truca sempre al 112 si et trobes malament o penses que pateixes una intoxicació per mala combustió o si trobes algú inconscient en arribar a casa.



Ajuntament
de Molins de Rei



SOM
MOLINS
DE REI



Consells
davant les
onades
de fred

A l'exterior



- Evita els canvis sobtats de temperatura.
- En dies de fred intens, evita que surtin al carrer els nadons, la gent gran i les persones que pateixen malalties respiratòries. Si cal que surtin a l'exterior, eviteu els espais oberts exposats al fred i que estiguin gaire temps sense moure's.
- Vesteix-te amb roba i calçat adequats per a temperatures baixes. Posa't diverses capes, per mantenir la calor corporal durant més temps.



Ajuntament
de Molins de Rei



SOM
MOLINS
DE REI



Consells
davant les
onades
de fred

A l'exterior



- Protegeix-te la cara i el cap. Tingues a mà guants i bufanda. Evita l'entrada directa d'aire fred als pulmons.
- No beguis alcohol: pot donar una falsa sensació de calor.
- Adequa al fred l'activitat professional, esportiva i de lleure a l'exterior; si fas esforços físics intensos corres el perill de patir una lesió.



Ajuntament
de Molins de Rei



SOM
MOLINS
DE REI



Consells
davant les
onades
de fred

Al cotxe



- Fes-ho només si és imprescindible, evita desplaçar-te de nit. Consulta prèviament la informació meteorològica i l'estat del trànsit i segueix els consells del Servei Català de Trànsit.
- Porta el dipòsit de combustible ple i cadenes, i assegura't que les saps posar.
- Revisa els pneumàtics, el líquid anticongelant, l'estat de les bateries, els llums i els frens.
- Porta també roba d'abric, un telèfon mòbil carregat i el carregador, aigua i aliments energètics.



Ajuntament
de Molins de Rei



SOM
MOLINS
DE REI



Consells
davant les
onades
de fred

Al cotxe



- Si vius o et desplaces a zones de muntanya, fes servir pneumàtics d'hivern.
- A dins del cotxe, si tens la calefacció engegada, deixa una finestra entreoberta per renovar l'aire.
- Conduint, ves amb compte amb les plaques de gel que poden fer relliscar el cotxe. Les plaques de gel acostumen a trobar-se a les zones més ombrívols de les carreteres.

Consells davant les onades de fred



Ajuntament
de Molins de Rei



SOM
MOLINS
DE REI



MOLINS
2030