

AVISO À POPULAÇÃO



AVISO N.º 01/2018

30 JULHO | 16H00

ASSUNTO:

TEMPERATURAS ELEVADAS NOS PRÓXIMOS DIAS ENTRE 01 e 06 AGOSTO 2018

MEDIDAS DE PREVENÇÃO E AUTOPROTEÇÃO A ADOTAR PELA POPULAÇÃO

O Serviço Municipal de Proteção Civil da Câmara Municipal de Porto de Mós informa a população que em função da previsão da evolução das condições meteorológicas é expectável a subida acentuada da temperatura mantendo-se a mesma em valores muito elevados, com efeitos nefastos para a população mais vulnerável, nomeadamente:

- Crianças nos primeiros anos de vida;
- Pessoas com 65 ou mais anos;
- Portadores de doenças crónicas;
- Pessoas que desenvolvam atividade no exterior;
- Pessoas isoladas.

Para se proteger dos efeitos negativos do calor intenso deve ter em atenção as seguintes recomendações:

- Mantenha-se protegido e evite sair à rua nas horas de maior calor;
- Use roupas leves e de cores claras;
- Mantenha-se hidratado, beba água. Evite as bebidas alcoólicas.
- Faça refeições ligeiras;
- Mantenha a casa fresca;
- Mantenha-se contactável e atento às notícias.

Em qualquer dia de muito calor, para evitar situações de desidratação ou aumento da temperatura corporal, siga estas recomendações e divulgue-as.

EM CASO DE URGÊNCIA CONTATE:



N.º Nacional de Emergência	112	BOMBEIROS	
GNR de Porto de Mós	244 491 195	Porto de Mós	244 491 115
GNR de Mira de Aire	244 440 485	Mira de Aire	244 440 115
		Juncal	244 470 115