

PREPÁRESE PARA EL INVIERNO

Con la llegada del invierno y, por tanto, de las nieves, el hielo y el frío, podrían plantearse algunas situaciones de emergencia en su localidad. Adoptando las medidas que le sugerimos a continuación, puede prevenir sus efectos.

- **Almacene alimentos, combustibles y productos de limpieza para una semana.**
- **Disponga de un botiquín de primeros auxilios.**
- **Tenga siempre una radio con pilas para poder escuchar la información meteorológica.**



Y RECUERDE...

- Las emisoras de radio y televisión le facilitan información del Instituto Meteorológico, de Protección Civil y de la dirección General de Tráfico. Préstelos atención.
- No propague rumores o informaciones exageradas sobre la situación.

TELÉFONOS DE INTERÉS

Emergencias SOS Aragón	112
C. Comunidad de Calatayud	976883075
Fax Comarca	976886917
Teleruta (inf. carreteras)	900123505
Guardia Civil	062
Bomberos	976881868
Hospital SALUD Calatayud	976880964
Comisaría Policía Calatayud	091

Anote otros de su localidad:

Ayuntamiento _____
Policía Local _____
Centro Salud _____

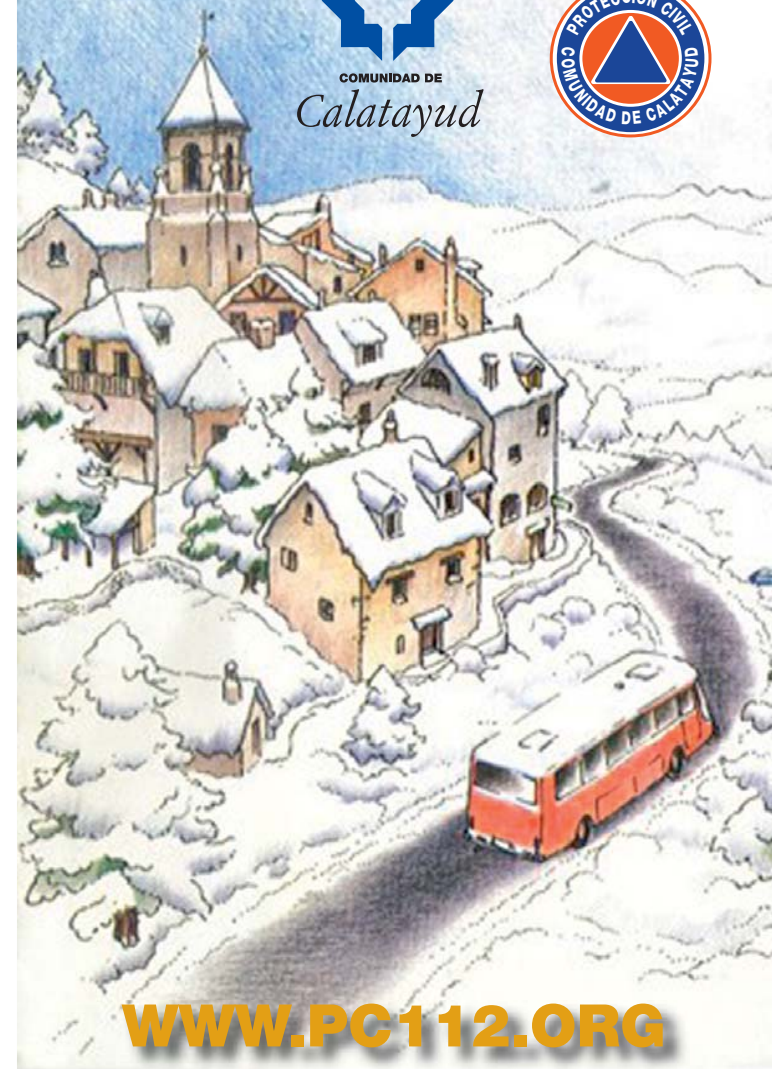
WWW.PC112.ORG



RECOMENDACIONES ANTE EL RIESGO DE OLAS DE FRÍO, HIELOS Y NEVADAS



COMUNIDAD DE
Calatayud



WWW.PC112.ORG

RECOMENDACIONES ANTE OLAS DE FRÍO, HIELOS Y NEVADAS

PARA VD. MISMO:

- Lleve ropa y calzado adecuado para el mal tiempo. Evite prendas ajustadas para que el aire circule y actúe como aislante.
- Evite salir cuando hay ventisca ya que la visibilidad es mínima.
- Protéjase el rostro y la cabeza. Evite la entrada de aire frío en los pulmones.
- Procure evitar ejercicios físicos excesivos, puesto que el frío no es bueno para la circulación sanguínea.

PARA LA FAMILIA:

- Tenga una reserva de la medicación que requiera regularmente algún miembro de la familia.
- Los niños deben estar alejados de estufas, braseros...
- Para las personas de edad avanzada y enfermos del corazón no es conveniente salir a la calle porque el frío ejerce sobre el corazón una tensión extra y existe riesgo de sufrir un ataque cardiaco.
- Utilice el teléfono sólo para llamadas urgentes.

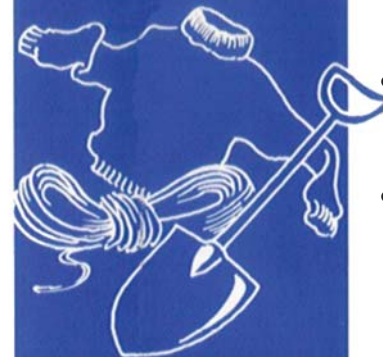


PARA SU CASA:

- Revise los tejados y bajadas de agua, los cierres de las ventanas, puertas en contacto con el exterior, etc.
- Debe tener en casa: velas, linternas y pilas cargadas y secas, estufa y cocina camping.
- Procure que las estufas de carbón, eléctricas y de gas estén alejadas de visillos y cortinas.
- Evite la intoxicación producida por braseros de picón o estufas de leña, carbón o gas, que puede ocurrir en lugares cerrados sin renovación de aire.

SI TIENE QUE DESPLAZARSE:

- Evite el viaje en coche siempre que no sea necesario. Utilice, a ser posible, transporte público.
- Infórmese de la situación meteorológica de la zona a la que se dirige.
- Revise su coche: frenos, neumáticos, sistema de alumbrado, líquido anticongelante, bujías...



- Antes de salir infórmese de donde se encuentran los lugares de refugio (albergues, hoteles...)
- Lleve en su coche radio, pala, cuerda, una linterna y ropa de abrigo. También algún alimento rico en calorías (chocolate, frutos secos...).
- Lleve el deposito de gasolina lleno, repostando cada 100 Kms. aproximadamente.
- Si el temporal le sorprende dentro del coche debe permanecer dentro de él. Si lo mantiene en marcha con la ventanilla entreabierta para renovar el aire, evite quedarse dormido. Deje un pañuelo colgado de la antena para llamar la atención .
- Si hay nieve dura o hielo, ponga las cadenas al coche.
- Conduzca con marcha corta sin cambiar bruscamente de dirección.
- Avance, si es posible, por las marcas dejadas por otros vehículos.
- Si hay hielo procure que al menos un lado del coche pise nieve "virgen".
- No pise el freno en zona de hielos. Es mejor que el coche cruce la zona por sí mismo.
- Mantenga limpio de nieve y desbloqueado el tubo de escape para que el humo no pueda llegar al interior del coche.