26/01/2022

ΙΣΑ: Οδηγίες προς τους πολίτες για την προστασία τους από ακραία καιρικά φαινόμενα

/ Επικαιρότητα

Οδηγίες προς τους πολίτες προστασίας από το κρύο και αντιμετώπισης της εκδήλωσης ακραίων καιρικών φαινομένων, εξέδωσε ο Ιατρικός Σύλλογος Αθηνών.

Αναλυτικά συστήνει στους πολίτες για την ασφάλειά τους:

1 Διατηρείστε το σπίτι σας ζεστό και παραμείνετε μέσα, όσο αυτό είναι δυνατό.

2 Μην αφήνετε τα παιδιά να βγουν έξω με την κακοκαιρία.

3 Φορέστε κατάλληλα ρούχα και παπούτσια.

4 Ελέγξτε το δίκτυο ύδρευσης του σπιτιού σας και τον ηλιακό θερμοσίφωνα (σωλήνες – υαλοπίνακα).

5 Παρακολούθηση του Ραδιοφώνου και των τηλεοπτικών σταθμών

6 Αποφυγή εξόδου από το σπίτι εκτός και είναι απολύτως απαραίτητο.

7 Κατάλληλη ενδυμασία πολλά ελαφρά ρούχα στεγνά ρούχα. Καπέλο ή σκούφο.

8 Ενημερώνουμε τους δικούς μας ή το γείτονα μας εάν βγούμε από το σπίτι

9 Οικονομία στα καύσιμα διατηρώντας το σπίτι δροσερό αλλά όχι κρύο

10 Προσωρινό Κλείσιμο της θέρμανσης των δωματίων που δεν χρησιμοποιούμαι.

11 Να κρατούνται οι θερμάστρες μακριά από εύφλεκτα υλικά.

12 Να ελέγχετε τους γείτονές ειδικά αν είναι πολύ νέοι ή ηλικιωμένοι και τα ζώα

13 Προσοχή στην σωματική εξάντληση και η γνώση ότι το φτυάρισμα του χιονιού σε χαμηλές θερμοκρασίας μπορεί α οδηγήσει σε καρδιακή προσβολή

14 Ειδοποιήσετε για πεσμένες γραμμές ηλεκτρικού ρεύματος και διαρροές γκαζιού.

15 Προσοχή σε βλάβες του σκελετού του σπιτιού από το χιόνι ή τον πάγο.

16 Φτιάξτε ένα βαλιτσάκι πρώτων βοηθειών για τι σπίτι και το αυτοκίνητο.

17 Έχετε ξηρά τροφή στο σπίτι όπως κονσέρβες κρέατος, λαχανικών, φρυγανιές, ψωμί, τοστ, παξιμάδια κλπ.

18 Να έχετε στο σπίτι και στο αυτοκίνητο φακούς και επαναφορτιζόμενο φωτιστικά μέσα.