

RE05. NEVADES

CONSELLS D'AUTOPROTECCIÓ PER A LA POBLACIÓ EN CAS DE RISC DE NEVADES

1) ABANS QUE ARRIBI L'HIVERN:

- **A l'habitatge cal tenir preparat el material següent:**
 - Un transistor i piles de recanvi (renoveu-les periòdicament), per poder escoltar les previsions meteorològiques.
 - Llanternes, fanals de càmping, espelmes,...
 - Emmagatzemar aliments amb calories, combustibles i productes de neteja.
 - Una farmaciola de primers auxilis i medicaments que prenguin de forma habitual o esporàdica els membres de la família.
 - Roba i calçat adient per a les baixades de temperatura i les nevades.
- **Cal revisar:**
 - **A l'habitatge**
 - Tots els punts de l'habitatge on hi hagi entrades d'aire de l'exterior: finestres, portes,.... Cal protegir-les amb una cinta adhesiva que aïlli.
 - L'estat dels teulats i de les baixades d'aigua.
 - Les branques dels arbres, cal podar-les si són massa llargues per evitar que es trenquin (poden perjudicar les línies elèctriques del costat).
 - Procureu-vos combustible per a la calefacció.
 - **En el vehicle:**
 - Disposar de cadenes (en bon estat), llanterna, manta de viatge.
 - Comprovar l'estat de les bateries, el dipòsit de benzina, les llums, els frens, els pneumàtics, la calefacció, el parabrises,...amb la finalitat de mantenir el vehicle per a les condicions de l'hivern.

2) EN SITUACIÓ DE RISC IMMINENT O DURANT LA NEVADA

- **Informe-vos de les previsions meteorològiques:**
 - Mitjans de comunicació.
 - Servei Meteorològic de Catalunya (METEOCAT).
 - Instituto Nacional de Meteorologia (INM).
- **Si sou a casa o en un edifici cal que:**
 - Escolteu la ràdio: Catalunya ràdio, Radio Nacional d'Espanya, emissores locals. Esteu atents a la informació meteorològica i a les consignes de les autoritats.
 - Feu un ús correcte de la calefacció.
 - Desconnecteu els aparells elèctrics no necessaris.
 - Consumiu els queviures de manera racional.
 - Eviteu tenir estufes de llenya, carbó o gas i brasers a llocs tancats on no es renovi l'aire, hi ha perill d'enverinament.
 - Vigileu les canonades d'aigua, cal mantenir un rajolí constant a les aixetes per evitar que es congelin. En les calefaccions cal emprar anticongelant, si s'escau.
 - No telefoneu, cal deixar les línies lliures per als equips de socors.
 - No deixeu sortir al carrer a les persones d'edat avançada ni als/les nens/es.
- **Si heu de sortir al carrer o sou fora:**
 - Abrigueu-vos bé si heu de passar molt temps fora: Cal dur peces de roba lleugeres, una sobre l'altra. Evitar dur roba ajustada. Cal permetre que l'aire circuli i actuï com a aïllant. Les manyoples proporcionen més calor que els guants.
 - Protegiu-vos sobretot la cara i el cap. Eviteu que l'aire fred us entri directament als pulmons.
 - Eviteu fer exercicis físics excessius, ja que el fred fa una pressió extra sobre el cor i es corre el perill de patir un atac cardíac o de fer mal a l'organisme.
 - Si no és imprescindible, eviteu sortir al carrer si fa vent i neva ja que disminueix la visibilitat.
- **Si heu d'agafar el cotxe:**
 - Cal equipar-lo.
 - Cal planificar la sortida, conèixer la previsió meteorològica de la zona per on s'ha de circular, les rutes i els llocs on refugiar-se en cas de tempesta (pobles, refugis, hotels de carretera,...).
 - Si heu d'emprendre un viatge cal dur dins el cotxe com a mínim: ràdio, pala, corda, roba d'abric, aliments rics en calories (xocolata, fruits secs,...).
 - Cal conèixer abans de començar el viatge les rutes per on circular
 - Eviteu les rutes difícils, com les carreteres i els ports de muntanya.

CONSELLS D'AUTOPROTECCIÓ PER A LA POBLACIÓ EN CAS DE RISC DE NEVADES

- Circuleu per les vies principals i autopistes.
 - Si la ruta és perillosa torneu endarrera o cerqueu refugi.
 - Procureu no viatjar sol.
 - Cal que poseu les cadenes a les rodes motrius del cotxe en cas de neu o de glaç. En aquest cas escolliu un lloc que no interrompi la circulació dels altres vehicles.
 - No avanceu als altres vehicles si les condicions no són favorables.
 - Porteu el cinturó posat, els nens i les nenes han d'estar ben asseguts/des a les seves cadires.
 - Desconfieu dels indrets amb ombres, dels ponts, dels viaductes i de les interseccions ja que pot haver-hi gel.
 - Sempre que sigui possible eviteu agafar el cotxe, sobretot si és de nit.
- **Si el temporal us agafa dins del cotxe:**
 - Intenteu cercar refugi.
 - Sinó trobeu refugi quedeu-vos dins el cotxe, els pneumàtics actuen com a aïllant del fred.
 - Deixeu la calefacció posada i la finestra una mica oberta.
 - No us adormiu amb el motor en marxa.
 - Manteniu net de neu el tub d'escapament.
 - No empreu les marques deixades per altres vehicles, és millor avançar per neu verge.
 - Si hi ha gel no trepitgeu el fre.
 - Inicieu la marxa lentament, si el vehicle patina, desaccelereu.
 - Si baixeu un pendent, manteniu una distància superior a la normal.