



# AVISO À POPULAÇÃO

Serviço Municipal de Proteção Civil de ARRAIOLOS

DATA E HORA DE EMISSÃO:

30JUN23 / 10:30

AVISO N° 7/2023

## AVISO **AMARELO** PARA TEMPO QUENTE MEDIDAS PREVENTIVAS

Face às previsões meteorológicas do Instituto Português do Mar e da Atmosfera (IPMA), em que emitiu para o distrito de Évora:

**AVISO AMARELO** para **TEMPO QUENTE**, entre as **13h00 de 01JUL2023** e as **19h00 de 02JUL2023** ( que prevê valores de temperatura de **37 a 40.º** de temperatura máxima), de acordo com as previsões meteorológicas disponibilizadas, salientam-se:

**- Persistência de valores elevados de temperatura máxima.**

Assim, **recomenda-se** a observação das seguintes **medidas de prevenção e de autoproteção**, por parte da população:

- ✔ Beba água com regularidade ou sumos de fruta natural sem adição de açúcar;
- ✔ Evite a exposição ao sol nas horas de maior calor (aproximadamente entre as 11h00 e as 17h00);
- ✔ Evite bebidas alcoólicas e com elevados teores de açúcar;
- ✔ Utilizar roupa solta e clara, óculos de sol e chapéu de abas largas;
- ✔ Evite fazer atividades que exijam muito esforço físico, particularmente nos períodos de maior calor;
- ✔ Se viajar de carro, escolha horas de menor calor. Não permita que pessoas (especialmente crianças e idosos) e/ou animais fiquem dentro da viatura ao sol;
- ✔ Esteja atento a pessoas mais vulneráveis, especialmente crianças e idosos;
- ✔ As pessoas que sofram de doença crónica, ou que estejam a fazer uma dieta com pouco sal, ou com restrições de líquidos, devem aconselhar-se junto do seu médico;
- ✔ Os recém-nascidos, as crianças, as pessoas idosas e as pessoas doentes, podem não sentir, ou não manifestar sede, pelo que estão particularmente vulneráveis – ofereça-lhes água e esteja atento;
- ✔ Se necessário ligue Saúde 24 – 808 24 24 24

**Recomendamos ainda que sejam tomados cuidados acrescidos e medidas preventivas na realização de trabalhos agrícolas e florestais principalmente os seguintes:**

- Realização de trabalhos com equipamentos e gestão de combustível em horários de menor risco, evitando as horas de maior calor;
- Manter as máquinas e equipamentos limpos de óleos e poeiras;
- Abastecer as máquinas a frio e em local com pouca vegetação;
- Ter cuidado com as faíscas durante o seu manuseamento, evitando a sua utilização nos períodos de maior calor;
- É obrigatório usar dispositivos de retenção de faíscas e de tapa-chamas nos tubos de escape e chaminés das máquinas de combustão interna e externa nos veículos de transporte pesados e 1 ou 2 extintores de 6 Kg, consoante o peso máximo seja inferior ou superior a 10 toneladas.

Recomenda-se ainda a consulta da informação disponível nos sítios da internet da Câmara Municipal de Arraiolos ([www.cm-arraiolos.pt](http://www.cm-arraiolos.pt)), da Autoridade Nacional de Emergência e Proteção Civil ([www.prociv.pt](http://www.prociv.pt)), do Instituto Português do Mar e da Atmosfera([www.ipma.pt](http://www.ipma.pt)), da Direção-geral de Saúde ([www.dgs.pt](http://www.dgs.pt)) e da ARS Alentejo([www.arsalentejo.min-saude.pt](http://www.arsalentejo.min-saude.pt))