

Măsuri generale privind comportarea populației premergător și pe timp de ger/viscol.

ÎNAINTE DE EVENIMENT:

- **Asigură-ți următoarele materiale:**

- Sare pentru topirea gheții de pe trotuar și căile pe care circulați în gospodăria dumneavoastră;
- Nisip pentru a îmbunătăți tracțiunea;
- Unelte de îndepărare a zăpezii;
- Dacă locuiești la casă asigură-te că ai suficient combustibil de încălzire;
- Izolează casa din punct de vedere termic.

- **Pregătește-ți autoturismul astfel:**

- Acumulatorul și sistemul de aprindere trebuie să fie în stare foarte bună, iar bornele bateriei curățate;
- Asigură-te că antigelul este suficient pentru a evita înghețarea;
- Asigură-te că sistemul de încălzire și dezghețare funcționează eficient;
- Verifică sistemul de acționare al ștergătoarelor de parbriz, asigură un nivel corespunzător de lichid de curățare;
- Asigură-te că termostatul funcționează corespunzător;
- Verifică funcționarea farurilor și luminilor de avarie;
- Verifică dacă există fisuri în sistemul de eșapament, repară-le sau înlocuiește-l dacă este necesar. Inhalarea monoxidului de carbon este letală;
- Verifică nivelul și densitatea uleiului. Uleiurile grele se coagulează mai mult la temperaturi joase și nu sunt la fel de lubrifiante;
- Folosește anvelope pentru zăpadă și dotează-te cu lanțuri antiderapante;
- Pregătește-te să utilizezi combustibil adecvat sezonului și verifică filtrul de aer.

ÎN TIMPUL EVENIMENTULUI:

- **GER:**

- Ascultă la radio, televiziune, buletinele meteorologice și informațiile autorităților locale responsabile cu gestionarea situațiilor de urgență;
- Mănâncă regulat și bea lichide, dar evită excesul de cafeină și alcool;
- Evită să te extenuezi când cureți zăpada depusă. Efortul fizic în condiții de frig extrem poate cauza unui atac de inimă. Înainte de a ieși afară pentru a face efort fizic, este necesară o încălzire a organismului;
- Fii atent la semnele de îngheț, acestea includ pierderea simțurilor și culoarea albă a vârfurilor degetelor de la mâini, de la picioare, urechilor și nasului. Dacă observi astfel de simptome, solicită imediat ajutor medical;
- Fii atent la semnele de hipotermie, acestea includ frisoane incontrolabile, pierderea memoriei, dezorientare, incoerență, exprimare neclară, somnolență și epuizare aparentă. Dacă observi astfel de simptome, du victima într-un spațiu cald, îndepărtează-i hainele umede, încălzește-i mai întâi partea centrală a corpului și, dacă victima este conștientă, administrează-i băuturi calde non-alcoolice. Solicită ajutor medical cât mai urgent posibil;

- Economisește combustibilul pentru încălzit, dacă este necesar, menținând temperatura în casă mai redusă decât în mod normal;
- Închide temporar alimentarea cu căldură în anumite camere;
- Utilizează autoturismul, numai dacă este absolut necesar;

Dacă trebuie să conduci, ia următoarele măsuri:

- circulă doar ziua, niciodată singur și anunță cunoștințele despre programul tău;
- folosește drumurile principale, evită drunurile secundare considerate scurtături.