

ALLAUS

1) Consultar un familiar o amic sobre el recorregut i hora de tornada.



2) Quan anem a la muntanya hem d'anar sempre acompanyats mai sol.



3) Fina la previsió del temps o si no la veus: meteorologia <https://www.meteo.ad>



4) Si hi a un fort vent d'allau hem de quedar-nos a casa



5) Si brucia un allau que pot atrapar-nos hem d'instalar pujar per un lateral.



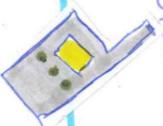
6) Quan anem a esquiar a la muntanya hem de portar: mirall, aigua, còctels, llumina d'aliments, 2X ARVA, pala, xan i roba d'abrac...

7) En cas de quedar-te atrapat en un allau intenta arribar a pujar a la superfície i si no pots en posar-te boca o lateral.

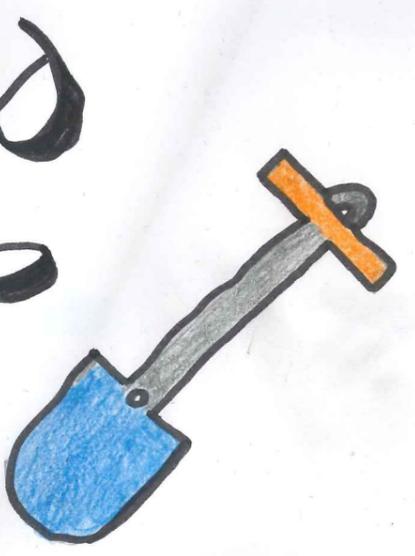
8) En cas de quedar-te atrapat en un allau intenta arribar a pujar a la superfície i si no pots en posar-te boca o lateral.



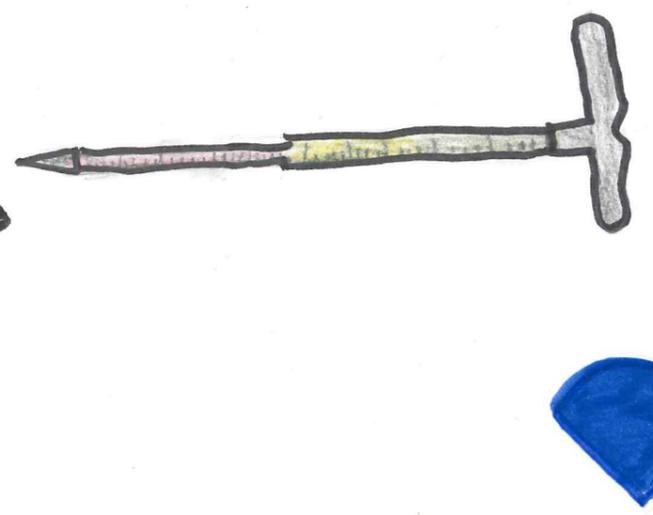
9) Si no hi ha vent comença la recerca de víctimes amb: pala, ARVA i sonda.



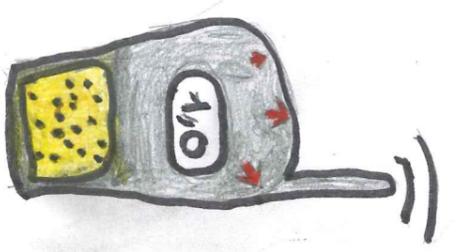
10) En cas de quedar-te atrapat en un allau intenta arribar a pujar a la superfície i si no pots en posar-te boca o lateral.



Pala



Sonda



ARVA

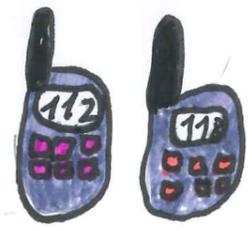
10 Els adults han de desconnectar els subministraments de gas, butà, de gasoil...



1 Evita fer barbacoes si fa molta calor.



2 Truca als bombers 112, 118 explica la situació, dona la direcció i identifica't.



9 No pujar muntanya amunt quan el foc hi ascendeixi

INCENDIS FORESTALS

3 Allunyat del lloc del incendi en direcció contrària al vent.

8 Allunyeu-vos del fum i si no es possible poseu tovallols mullats sota les portes.



7 Mulla la roba que portes



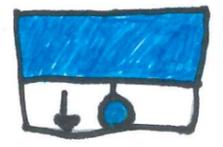
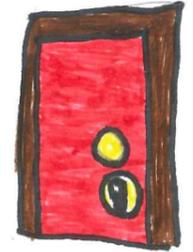
6 Si estàs al cotxe tanca les portes i finestres allunyat de l'incendi.



5 Si estàs al bosc allunyat de la vegetació seca.



4 Si estàs a casa tanca totes les finestres i espera ordres de les autoritats.



ESLLAVISSADA

1 Informar sobre la zona on vivim (ex: radiò.)



2 Evita anar a la muntanya en cas de pluges fortes.



3 Quan vas en cotxe i plou vigilar els trams de carretera on s'avisade perill d'esllavissada.



4 Avisar de seguida els cosos d'emergència.
116 - 118 - 112 - 110

5 Identificar-se, descriu el lloc d'esllavissament, dir el nom de persones afectades.



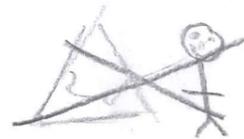
6 Ensenya als equips de rescat per on han estat i busquin el lloc on les van veure.



7 Escolta la radiò o la televisió, per informar-te.



8 No quedar-nos al lloc d'esllavissament.



10 Ajuda a netejar els restos d'esllavissada si no hi ha perill.



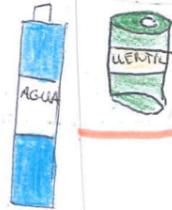
9 No saturar les línies telefòniques, però si tens un cas d'urgències toca.

ONADA DE FRED

1 Manteniu-vos informats del temps i de les instruccions que donin les autoritats.



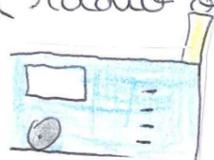
2 Hem de guardar a casa aliments, aigua i combustible.



3 Tenir preparada una farmaciola d'emergència i una ràdio amb piles.



6 Informeu-vos molt bé per la ràdio o televisió.



4 Prepara roba i calçat adequats per fer front al fred.



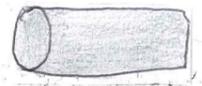
5 No surtis de casa únicament en cas d'emergència.



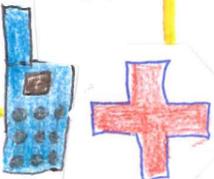
7 Si ens trobem malament ens fan mal les orelles, el nas, els dits dels peus o de les mans cal anar al metge.



8 Els adults han de controlar que les canonades de casa no s'hagin rebotat.



10 En cas d'algun accident heu que trucar als números d'emergència.

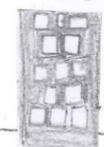


9 Els números d'emergència són: policia 110, bombers 112, urgències 116 i bombers 118.



5 T E R R A T R È M O L S

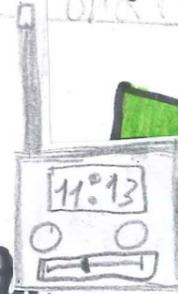
1- Tenir un catakit sempre amb  farmaciola, aigua, roba i aliments.

2. Si ets al cotxe, evita edificis, ponts i arbres   

3. Si ets a casa, fica't sota d'una  taula o sota el marc d'una porta.

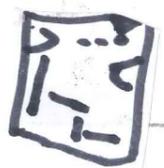
4. Si estàs al carrer busca un lloc on no hi hagi edificis, arbres...  

5. Queda't 5 min al teu lloc després del terratrèmol, perquè encara es pot reproduir rèpliques. 

6. Agafa una ràdio amb piles per estar informat en tot moment per les autoritats. 

7. Truca emergències i informa de la situació. 

8. Després del terratrèmol, verifica que els teus veïns estiguin bé. 

9. Plans del edifici per poder sortir més ràpid. 

10. No tranquis si no hi ha necessitat per no col·lapsar les línies telefòniques. 

ONADA DE CALOR

1

Evitar sortir de casa!



4

Durant les hores de més sol tancar les persianes.



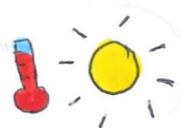
7

Ajudar als altres en cas de necessitat.



2

Per comprar pas d'esperar que el sol i la calor disminueixin.



8

Visitar persones en situació de risc, com gent gran especialment si viuen sols.



5

Durant la nit, per refrescar utilitza algun tipus de climatització.



9

En cas d'emergència trucar a:

- 110 policia
- 112 bombers
- 116 urgències
- 118 bombers



3

Les persones que treballen a l'aire lliure han de protegir-se el cap, amb crema solar, veure més aigua de la normal.



6

Refrescar-se sovint amb dutxes, tovalloles mullades...



10

Si tens mal algun lloc del cos consultar-ho amb el teu metge.



INUNDACIÓ

1 Conèixer la zona on vivim



4 Desconnecta l'electricitat i el gas.



7 Després segueix les normes sanitàries d'higiene i alimentació que dictin autoritats.



2 No aparquis el cotxe a les vores seques dels rius ni acampar-hi.



5 Puja cap als pisos més alts de l'edifici i demana ajuda/auxili des d'una finestra.



8 Comença a netejar la casa.



9 Els adults han de netejar la via pública.



3 Tingues a casa un equip d'emergència amb: roba de recanvi, ràdio amb piles, corda, llumins...



6 Comès abandona la casa si cor un grau perill.



10 Ajuda les persones amb necessitat.

