



COMUNE DI CORCIANO

- Provincia di Perugia -

EMERGENZA ONDATE DI CALORE – CONSIGLI PER I CITTADINI:

- Evitare di stare all'aria aperta tra le ore 12 e le 18, sono le ore più calde della giornata;
- Fare bagni e docce d'acqua fredda per ridurre la temperatura corporea;
- Schermare i vetri delle finestre con persiane, veneziane o tende, al fine di evitare il riscaldamento dell'ambiente;
- Bere molta acqua. Gli anziani devono bere anche in assenza di stimolo della sete. Anche se non si ha sete, il proprio corpo potrebbe avere bisogno di acqua;
- Evitare bevande alcoliche, consumare pasti leggeri, mangiare frutta e verdure fresche. Alcolici e pasti pesanti aumentano la produzione di calore nel corpo;
- Indossare vestiti leggeri e comodi, in fibre naturali. Gli abiti in fibre sintetiche impediscono la traspirazione, quindi la dispersione di calore;
- Accertarsi delle condizioni di salute di parenti, vicini e amici che vivono soli e offri aiuto, in quanto molte vittime delle ondate di calore sono persone sole, in tal caso chiama il proprio comune e segnala il problema;
- Se possibile soggiornare anche solo per alcune ore in luoghi climatizzati. Per ridurre l'esposizione alle alte temperature. Si comunica, a tale proposito, che i locali del Centro Anziani “A. Cardinali” in Via V Giornate di Napoli n. 15 – Ellera – Corciano PG sono climatizzati e a disposizione della cittadinanza per essere utilizzati come luoghi di refrigerio. Il Centro anziani è aperto tutti i pomeriggi dalle 14:00 alle 18:00 (Tel. 0755171469– www.centroanzianicorciano.it– centroanzioani@centroanzianicorciano.it)

Corciano, 31/07/2017

Il Responsabile dell'Area LL.PP
(Ing. Francesco Cillo)