

Kaip elgtis esant stipriam vėjui:

Išgirdus meteorologų informaciją apie kilsiantį stiprų vėją:

- Sutvirtinkite laikinus pastatus, statinius, mechanizmus, laikinas konstrukcijas, įrenginius;
- Uždarykite pastatų langus, stoglangius;
- Išneškite iš balkonų daiktus, kuriuos gali pakelti vėjas, arba juos gerai pritvirtinkite;
- Svarbesniuose objektuose patikrinkite avarinius elektros energijos šaltinius, pasirūpinkite kuro atsargomis ir pasirenkite gamybos proceso avariniam sustabdymui.

Kilus stipriam vėjui:

- Nestovėkite ir nestatykite automobilių po aukštais medžiais, prie elektros linijų;
- Primename, kad esant stipriam vėjui, labai pavojinga pjauti medžius – vėjas gali veikti medžių virtimo kryptį, medžiai taip pat gali per anksti virsti ar skilti.
- Esant stipriam vėjui pavojinga vykdyti krovinų kėlimo darbus, palikti pakeltus krovinus. Būtina nutraukti darbus ir pritvirtinti kėlimo įrenginius.
- Pučiant stipriam gūsingam vėjui pavojus iškyla ir vairuojant automobilį, todėl vairuokite jį ypatingai atsargiai, laikykite abi rankas ant vairo, keiskite automobilio greitį atsižvelgiant į vyraujančias oro sąlygas kelyje, ypač atidiems reikia būti važiuojant atvirose kelio atkarpose, ant tiltų ir lenkiant kitą automobilį.



Kaip apsaugoti nuo erkių?



-Einant išskylauti prie vandens, lankantis miške ar parke patariame:



užsidėti kepuraitę arba galvą apsirišti skarele;

apsivilkti rūbus su ilgomis rankovėmis ir užsegamais rankogaliais;

dėvėti ilgas kelnes, apsiauti batus su aukštais aulais

- Būdami miške, kuo dažniau apžiūrėkite savo drabužius, įsitikinkite ar nėra erkių;
- Grįžus namo labai atidžiai apžiūrėkite savo kūną, iššukuokite plaukus, nusiprauskite po dušu ar vonioje;
- Naudokite įvairias erkes atbaidančias priemones. Prieš naudodami šias priemones, dėmiai perskaitykite jų naudojimo instrukciją;
- Apžiūrėkite ir naminius gyvūnus, nes jie į namus gali parnešti erkių.



VASAROS PAVOJAI IR KAIP JŲ IŠVENGTI?



Kaip elgtis per karščius?

- Gerkite vandenį (visą dieną po truputį, nelaukdami kol pradės kamuoti troškulys);
- Nevartokite alkoholio ir kofeino, venkite riebių ir sunkiai virškinamų patiekalų;
- Ribokite buvimo atviroje saulėje laiką;
- Naudokite apsauginius kremus nuo saulės su kuo didesniu apsaugos faktoriaus skaičiumi;
- Dėvėkite lengvus, šviesius, natūralaus audinio, neveržiančius, orui pralaidžius drabužius;
- Galvą pridenkite šviesiais, pralaidžiais orui, galvos apdangalais;
- Nešiokite akinius nuo saulės su apsauginiu ultravioletiniu filtru;
- Poilsui gamtoje pasirinkite vietą pavėsyje, venkite saulėkaitos, tiesioginių saulės spindulių;
- Ribokite fizinį aktyvumą, ypač vidurdienį - nuo 11 iki 15 valandos. Sodo, daržo bei kitus ūkio darbus suplanuokite atlikti anksti ryte arba vakare. Dirbantiems karštyje dirbuotojams darbdavys privalo numatyti specialiąsias pertraukas vėsioje vietoje, kurių trukmę ir dažnumą nustatyti savo nuožiūra, tačiau ne rečiau nei kas 1,5 val.;
- Anksti ryte atverkite langus ir gerai išsivėdinkite patalpas.
- Langus uždenkite šviesios spalvos užuolaidomis, ritininėmis užuolaidomis ar kt.;
- Nepalikite uždarytame automobilyje vyresnio amžiaus ar neįgalių žmonių, vaikų, gyvūnų, net ir tuomet, jei visi langai atviri.

Kaip elgtis žaibuojant?



Šiltuoju metų laikotarpiu lyjant lietui dažnai žaibuoja ir griaudėja perkūnija. Kasmet nuo žaibo iškrovų kyla gaisrai gyvenamuosiuose ir ūkio paskirties pastatuose. Kol neįvyko nelaimė, ant pastatų reikia įsirengti žaibolaidžius, taip pat derėtų patikrinti, ar gerai įžeminti ir tvarkingi esantys.

Žaibuojant patariame:

pasilikite namuose, išjunkite elektros prietaisus, uždarykite langus, duris, dūmtraukių sklendes ir ventiliacines angas; nekalbėkite telefonu.

Jeigu audra jus užklupo lauke:

nesislėpkite po aukštais pavieniais medžiais, prie stulpų, pastatų sienų, metalinių bokštų, venkite aukštesnių atvirų vietų. Geriausia pasislėpti krūmuose arba atsitūpti nuokalnėje. Nelaikykite rankose ilgų, ypač metalinių daiktų, tokių kaip lazda, skėtis, meškerė ir kt. Ypač pavojinga žaibuojant maudytis, irstytis valtimi ir būti šalia vandens telkinių.



Jei pamatėte kamuolinį žaibą, nesiartinkite prie jo. Elkitės ramiai, nbandykite bėgti nuo jo, nes oro srovė gali pritraukti jį prie jūsų.

Kaip apsisaugoti nuo vabzdžių įkandimų?

- Atsargiai vaikščiokite po žydinčią pievą;
- Venkite vietų, kuriose formuojamos gyvatvorės, pjaunama žolė;
- Atsargiai valgykite ledus, gerkite kvapnius ir saldžius gėrimus;
- Nebūkite arti bičių avilio, ypač bičių išskridimo iš avilio juostoje;
- Neerzinkite vabzdžių, nevaikykite jų. Lėtai, be panikos, nedarydami staigių judesių, nemosikuodami rankomis, atsitraukite kuo toliau nuo jų.



Jei įgėlimo nepavyko išvengti:

- Nedelsdami pasišalinkite iš vietos, kurioje jus sugėlė.
- Kuo skubiau kvieskite greitąją medicinos pagalbą jei esate alergiškas vabzdžių įkandimams arba atsiranda alerginė reakcija.
- Stenkitės kuo greičiau pašalinti geluonį. Bitės įgėlimo vietoje palieka geluonį, nes gali įgelti tik vieną kartą. Tačiau vapsvos ir širšės geluonies nepalieka ir gali gelti daug kartų. Jei geluonis liko, kaip galima greičiau ištraukite jį staigiu judesiu ar pašalinkite geluonį braukdami per jį nagu arba peiliu. Traukdami stenkitės nespauti gale esančio nuodų maišelio, kad nuodai neištekėtų;
- Nuimkite visus papuošalus (žiedus, apyrankes, kojų papuošalus), nes įgelta galūne gali sutinti;
- Įgėlimo vietą nuplaukite vandeniu su muilu. Uždėkite šaltą kompresą.