



AVISO À POPULAÇÃO

Serviço Municipal de Proteção Civil de ARRAIOLOS

DATA E HORA DE EMISSÃO:

05JAN26 / 11h30

AVISO Nº 1/2026

AVISO AMARELO PARA TEMPO FRIO 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 FRIO**, entre as 00h00 do dia 06JAN2026 e as 09h00 do dia 07JAN2026, com persistência de valores baixos de temperatura mínima.

EFEITOS EXPECTÁVEIS

Face a este quadro meteorológico, poderão ocorrer os seguintes efeitos:

- **Intoxicações** por inalação de gases, devido a inadequada ventilação, em habitações onde se utilizem aquecimentos com lareiras e braseiras;
- **Incêndios em habitações**, resultantes da má utilização de lareiras e braseiras ou de avarias em circuitos elétricos;
- Eventual **formação de gelo** em troços de estradas com ensombramento permanente;
- Aumento do risco associado ao tráfego rodoviário, quer pela queda de neve nas vias, quer pela formação de gelo;
- Necessária especial atenção aos **grupos populacionais mais vulneráveis**, crianças, idosos e pessoas portadoras de patologias crónicas e população sem-abrigo.

Assim, **recomenda-se** a observação das seguintes **medidas de auto proteção**, por parte da população:

A nível da proteção individual:

- Que se evite a **exposição prolongada ao frio** e às mudanças bruscas de temperatura;

- Manter o corpo quente, **através do uso de várias camadas de roupa**, folgada e adaptada à temperatura ambiente;
- **A proteção das extremidades do corpo** (usando luvas, gorro, meias quentes e cachecol) e calçado quente e antiderrapante;
- A ingestão de sopas e bebidas quentes, evitando o álcool que proporciona uma falsa sensação de calor;
- Especial atenção com a proteção em termos de vestuário por parte de **trabalhadores que exerçam a sua atividade no exterior**, e evitar esforços excessivos resultantes dessa atividade;
- Acautelar a prática de atividade física no exterior, prestando atenção às condições do piso para evitar quedas;
- Prestar atenção aos **grupos mais vulneráveis** (crianças nos primeiros anos de vida, doentes crónicos, pessoas idosas ou em condição de maior isolamento, trabalhadores que exerçam atividade no exterior e pessoas sem abrigo).

A nível da proteção coletiva:

- Especial **atenção aos aquecimentos com combustão** (ex.: braseiras e lareiras), que podem causar intoxicação devido à acumulação de monóxido de carbono e levar à morte;
- Que se assegure uma **adequada ventilação das habitações**, quando não for possível evitar o uso de braseiras ou lareiras;
- Que se **evite o uso de dispositivos de aquecimento durante o sono**, desligando sempre quaisquer aparelhos antes de se deitar;
- Que se tenha em **atenção a condução em locais onde se forme gelo na estrada**, adotando uma condução defensiva;
- Estar atento às informações da meteorologia e às indicações da Proteção Civil e Forças de Segurança.

Recomenda-se ainda a consulta da informação disponível nos sítios da internet da Câmara Municipal de Arraiolos (www.cm-arraiolos.pt), da Autoridade Nacional de Emergência e Proteção Civil (www.prociv.pt), do Instituto Português do Mar e da Atmosfera(www.ipma.pt).