

## **VIAGGIARE IN GIORNATE CALDE (SIA CALDO UMIDO CHE CALDO SECCO)**

### **ALCUNI CONSIGLI**

#### **1)**

Non dimenticare mai di portare con se scorte d'acqua in particolare nelle situazioni caratterizzate da condizioni meteorologiche caldo-umide e/o caldo-torride (caldo secco).

E' sempre possibile incorrere in code o file specie durante i week-end.

#### **2)**

Prima di partire è sempre consigliabile aggiornarsi sulle condizioni del traffico e su eventuali code.

#### **3)**

Prima di intraprendere un viaggio (anche breve) aprire i portelloni a far ventilare l'automobile per qualche minuto.

#### **4)**

Se in dotazione, accendere e regolare l'impianto di aria climatizzata ad una temperatura adeguata (circa 5/7 gradi inferiori alla temperatura esterna). Evitare di usare l'aria climatizzata se le temperature esterne non sono superiori ai 25/26 gradi.

#### **5)**

Evitare di orientare i bocchettoni dell'impianto di aria condizionata direttamente sui passeggeri o su se stessi.

Controllare sempre i seggioloni di sicurezza dei bambini ed in particolare assicurarsi che non siano surriscaldati.

#### **6)**

Non lasciare persone dentro la macchina, anche per periodi brevi, specialmente se parcheggiata al sole.

**7)**

Nei limiti del possibile cercare di viaggiare durante le ore notturne. Dormire prima di partire per evitare colpi di sonno.

**8)**

Fare soste frequenti ed approfittare per idratarsi evitando tassativamente l'assunzione di bevande alcoliche.

**9)**

Dotarsi di opportuni parasoli reperibili in commercio che possono essere applicati sugli sportelli laterali dell'automobile; si tratta di una misura che può attenuare il disagio dei passeggeri esposti al sole durante i viaggi medio-lunghi.

**10)**

Se non assolutamente necessario deve essere evitato di trasportare soggetti anziani (viaggi medio-lunghi) specie se portatori di patologie cronico-degenerative che possono interagire negativamente durante i periodi caldo-umidi.

**11)**

Prima di affrontare un lungo viaggio è sempre consigliabile fare una visita medica generale.

**12)**

Informarsi sempre sulle condizioni meteorologiche previste sul percorso programmato.