AYUNTAMIENTO DE CASAR DE CÁCERES (CÁCERES)
C.P.: 10190 - Plaza de España, nº 1- Teléfono: 927 29 00 02 / Fax: 927 29 10 64

Recomendaciones a adoptar en episodios de exceso de temperaturas:

- Se recomienda la restricción o suspensión de las actividades de ocio al aire libre que supongan esfuerzo físico y sometimiento a las temperaturas elevadas.
- Evitar la exposición al sol en las horas de mayor riesgo.
- No consumir bebidas alcohólicas.
- Tomar mucho líquido, ligeramente azucarados y salinos (té frío, agua con limón).
- Prestar especial vigilancia a personas de avanzada edad y menores, vigilando su grado de hidratación.

En caso de necesitar algún tipo de asistencia llamar al teléfono "112".