



Comune di Cazzago San Martino

ESTATE 2025

AFFRONTIAMO IL CALDO

La stagione estiva, per il caldo afoso, può causare un peggioramento delle condizioni di salute e diminuire le capacità di autonomia nelle persone anziane.

Raccomandazioni



- non uscire nelle ore più calde della giornata;
- pianifica le scorte di acqua, cibo e medicinali;
- bevi acqua a sufficienza;
- riduci l'attività fisica all'aperto;
- indossa abiti leggeri e comodi.



Se abiti da solo e necessiti di:

- pasto a domicilio
- una persona che verifichi le tue necessità

CHIAMA IL NUMERO 030/7254406

per parlare con l'Assistente Sociale e valutare possibili interventi e soluzioni

IL NUMERO 320/4352747

per parlare con la Protezione Civile e valutare possibili interventi e soluzioni

Se hai bisogno di un intervento immediato per gravi problemi di salute chiama il 112

Per altre informazioni puoi chiamare il numero verde **800.99.59.88**, Auser dal lunedì al venerdì, dalle h 8.00 alle h 18.00

LINK ATS: <https://www.ats-brescia.it/piano-cal-2>

Dove trovare indicazioni utili per la gestione e prevenzione degli effetti negativi sulla salute conseguenti a ondate di calore.
(www.ats-brescia.it > Cittadini > Piano Caldo)

**RICORDATI CHE IL TUO MEDICO DI
BASE E' SEMPRE A DISPOSIZIONE PER
LA VALUTAZIONE DEL TUO STATO DI SALUTE.**