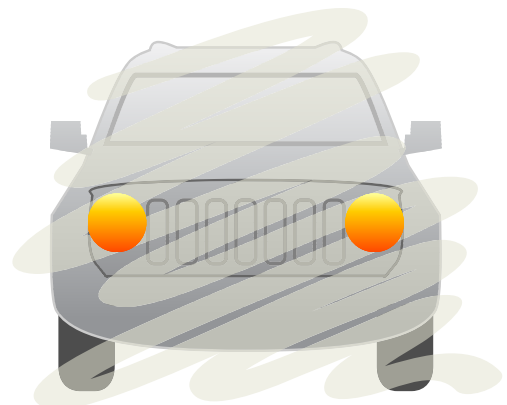


BÍ ULLAMH DON GHEIMHREADH



www.winterready.ie



BROLLACH

Cuireann aimsir chrua dúshlán romhainn go léir. Féadann na gníomhaíochtaí a ndéanaimid talamh slán díobh éirí deacair nó contúirteach fiú nuair a tharlaíonn aimsir chrua. Trí roinnt céimeanna simplí a ghlacadh, áfach, féadann tú tionchar imeachtaí den sórt sin a laghdú.

Sa leabhrán seo maidir le bheith ullamh don gheimhreadh tugtar eolas ar ullmhú, soláthraítear comhairle phraiticiúil chun dul i ngleic le tréimhsí d'aimsir chrua, agus tugtar sonraí teagmhála eagraíochtaí agus gníomhaireachtaí a fhéadann treoir agus comhairle a chur ar fáil. Ba é Tascfhórsa an Rialtais ar Phleanáil Éigeandála a d'ullmhaigh an leabhrán.

Tá an phríomhtheachtairacht simplí – bí ullamh, coimeád sábháilte agus bíodh a fhios agat cá bhféadann tú cabhair a fháil i gcás go bhfuil sí ag teastáil uait.

Tá leagan leictreonach den leabhrán seo ar fáil ar an láithreán gréasáin www.winterready.ie. Gníomhaíonn an láithreán gréasáin mar bhealach isteach chuig go leor láithreán gréasán úsáideach. Le linn aimsire crua beidh eolas faoi imeachtaí ar fáil ar AERTEL leathanach 592 freisin.

***An Oifig Pleanála Éigeandála
An Roinn Cosanta
www.winterready.ie***

AN TEACH

Bí Ullamh

- Bíodh soláthar beag de bhia neamh-mheatach agat atá éasca le hullmhú
- Coimeád soláthairtí breise de chógas riachtanach i gcás go mbeadh sé deacair dul chuig an gcógaslann
- Coimeád soláthar dóthanach de bhreosla um théamh/chócaireacht agus rogha oiriúnach eile i gcás go dteipfeadh ar an bpríomhsholáthar
- Bíodh sluasaid agus mála salainn ar fáil agat chun cosáin a choimeád glan agus sábháilte
- Bíodh cadhnraí agat le haghaidh tóirsí i gcás gearradh cumhachta
- Bíodh coinne agus lasáin agat. Ba cheart coinne a choimeád i gcoinneoirí cearta amach ó shiorraí i gcónaí. Ná fág coinneal ar lasadh gan duine ina bhun riamh
- Bíodh coimeádán uisce agat chun soláthar uisce óil a chinntiú
- Bíodh uimhreacha teagmhála éigeandála ar fáil agat
- Fág eochair agus sonraí teagmhála le comharsana nó le duine de do theaghlach má tá chun imeacht ar saoire
- Seiceáil go bhfuil an t-insliú áiléir tiubh agus go bhfuil riocht maith air
- Feistigh seaicéad fálaithe ar d'umar uisce nó mar rogha eile, cuir ábhar inslithe oiriúnach timpeall bharr agus thaobh an umair
- Deisigh aon ligin i sconnaí nó i gcomhlaí
- Bíodh a fhios agat conas an soláthar uisce a chasadh as (is gnách go ndéantar amhlaidh faoi bhun an doirteal cistine)
- Feistigh eisiatóirí seoidire ar do chuid doirse agus fuinneog
- Cinntigh go ndéantar cothabháil mhaith ar threalamh téimh, go bhfuil gaothairí cearta air agus go bhfuil sé in ord ceart oibre
- Cinntigh go nglantar simléir uair amháin sa bhliain ar a laghad

Comhairle Sláinte – Coimeád Folláin agus Te

Ba cheart do gach duine, daoine breacaosta nó daoine leochaileach ach go háirithe, cuimhneamh bheith níos cúramaí le linn aimsire fuaire. Níor cheart do dhaoine breacaosta dul amach le linn aimsire crua más féidir é a sheachaint. Iarrtar ar an bpobal iarracht speisialta a dhéanamh coimeád i dteagmháil lena gcuid comharsana agus gaolta, iad siúd a bhfuil cónaí orthu ina n-aonar ach go háirithe.

Cuimhnigh:-

- Coimeád te, ith dóthain bia agus seachain taisteal nach bhfuil riachtanach
- Buail isteach ar ghaolta agus ar chomharsana breacaosta agus cinntigh go bhfuil dóthain bia acu chomh maith le haon drugaí ar oideas a d'fhéadfadh a bheith ag teastáil uathu
- Cinntigh go bhfuil dóthain breosla ag daoine breacaosta chun go mbeidh téamh dóthanach acu ina gcuid tithe

Coinní Míochaine

Má chuirtear isteach ar sheirbhísí taistil nó ar bhóithre de bharr drochaimsire, d'fhéadfadh go mbeadh sé riachtanach duit cuairteanna beartaithe ar an ospidéal nó ar ionaid sláinte eile le haghaidh coinní nó obráid bheartaithe fiú, a athrú. Má chuirtear isteach go mór orthu, d'fhéadfadh go mbeadh sé riachtanach do roinnt seirbhísí sláinte a gcuid amanna obráide a athrú. Má tá aon cheisteanna agat faoi choinní beartaithe, iarrtar ort glaoch a chur ar an ospidéal nó an áis a bhfuil tú chun freastail air/uirthi agus seiceáil an ndearnadh aon athruithe ar sheirbhísí.

Comhairle Shláinte – Uisce a Ól

Má chuirtear isteach ar do sholáthar uisce mar thoradh ar aimsir chrua gheobhaidh tú comhairle shláinte maidir le soláthairtí uisce óil ar an láithreán gréasáin www.hse.ie/drinking_water

Titim agus Tuisliú a Chosc

Féadann Rannóga Éigeandála ar fud na tíre a bheith an-ghnóthach le linn na haimsire crua, agus iad ag dul i ngleic le leontaí agus bristeacha mar thoradh ar shleamhnú agus thitim ar bhóithre agus chosáin oighreata. Cé go bhfeictear daoine óga agus seandaoine araon i Rannóga Éigeandála mar thoradh ar thitim ar oighear, de réir mar a éirímid níos sine féadaimid cnámha briste, easpa muiníne agus easpa soghluaisteachta a fhulaingt mar thoradh ar thitim. Is féidir titim a chosc i go leor cásanna agus trí hathruithe beaga a dhéanamh is féidir linn an seans go dtitfimis a laghdú.

Tarlaíonn timpistí ar ndóigh agus is minic gur féidir sleamhnú, tuisliú nó titim a chosc. Tá bileog 'Keep Safe This Winter – Preventing Falls and Trips' ar fáil ar an láithreán gréasáin www.hse.ie, agus tá go leor leideanna cabhracha ann maidir le conas bheith sábháilte sa teach agus lasmuigh sa gheimhreadh. Freisin féadann tú teagmháil a dhéanamh le d'Oifig Sláinte Áitiúil chun tuilleadh comhairle a fháil.

Sábháilteacht Phearsanta – Coimeád Sábháilte

- San aimsir oighreata, caith bróga dea-fheistithe a bhfuil boinn neamhsciorracha orthu ach déan iarracht gan siúl amach ró-mhinic le linn na haimsire fuaire
- Faigh scrúdú súl. Tagann athrú ar radharc na súl de réir mar a éiríonn duine níos sine; má tá radharc lag ort is mó is cosúil go bhféadfá titim
- De réir mar a éiríonn tú níos sine d'fhéadfadh go mbeadh ort méideanna do chuid cógas a athrú – cuir ceist ar do dhochtúir mar gheall air sin. I gcás roinnt cógas nó meascáin cógas d'fhéadfadh go mothófá fanntais nó meadhránach de bharr iad a thógáil agus d'fhéadfadh go dtitfeá dá bharr sin
- Smaoinigh ar aláram pearsanta a chaitheamh ionas go gcuirfead do theaghlach nó do chomharsana ar a n-eolas i gcás go dtiteann tú

- Ith béilí teo go rialta agus ól neart deochanna, ar an mbealach sin coimeádfaidh tú te agus beidh dóthain fuinnimh agat chun coimeád gníomhach
- Má thiteann tú, fiú mura bhfuil i gceist ach titim mhionchúiseach, déan cinnte cuairt a thabhairt ar do dhochtúir chun scrúdú a fháil

Titim a chosc i do theach

- Fág solas lagfhuinnimh ar lasadh le linn na hoíche, is fearr ceann a bhfuil aschur ard solais aige
- Úsáid meata neamhsciorrach cithfholcadáin nó folcadáin
- Cinntigh nach bhfuil sreanga ná cáblaí ó lampaí, theileafóin srl fágtha ar an talamh áit a mbíonn tú ag siúl
- Socraigh an troscán ionas go bhféadann tú bogadh go héasca timpeall do chuid seomraí go léir
- Coimeád na hurláir saor ó pháipéir agus leabhair srl a d'fhéadfá tuisliú orthu
- Bain rugaí den teach nó úsáid téip neamhsciorrach ionas nach sleamhnóidh rugaí
- Smaoinigh ar ráillí láimhe a chur isteach ar an dá thaobh den staighre

Coimeád folláin an Geimhreadh seo – le haghaidh tuilleadh eolais tabhair cuairt ar www.hse.ie

GANNTANAIS UISCE/LIGIN

Is féidir eolas faoi shocruithe d'Údaráis Áitúil chun dul i ngleic le ganntanais uisce a fháil ar an láithreán gréasáin seo a leanas

<http://www.viron.ie/en/Links/LocalAuthorities/>

Bí Ullamh – réamhchúraim in aghaidh teochta reo

- Soláthar uisce príomhlíonra don áitreabh, .i. buacaire lasmuigh – ba cheart nach mbeadh an doimhneacht ó leibhéal talún go dtí an buacaire níos lú ná 600mm. Más gá, iarr comhairle ó ghairmí maidir leis an mbuacaire a ísliú nó a chosaint. Tá an chomhairle chéanna i gceist maidir leis an líne ón mbuacaire go dtí d'aonad réadmhaoine. Coimeád i gcuimhne go bhféadfadh go dtiocfadh athrú ar an leibhéal de réir mar a thagann sé in aice le d'aonad réadmhaoine
- Chun buacairí a chosc ó reo, oscail dúnpholl an bhuacaire agus bain aon uisce de. Lión an dúnpholl le hábhar neamhshúiteach chun insliú a chur ar fáil. Ná húsáid ábhar súiteach toisc go n-éireoidh sé sin reoite freisin nuair a éireoidh sé fliuch
- Ná fág sconnaí ar siúl toisc go gcuirtear acmhainn luachmhar amú nuair a dhéantar amhlaidh
- Má tá tú chun imeacht ó d'aonad réadmhaoine ar feadh níos mó ná cúpla lá, ba cheart duit an soláthar uisce chuig an aonad réadmhaoine ón

mbuacaire lasmuigh a chasadh as (agus cinntiú freisin go gcastar as aon fhearas nó ais a mbraitheann ar uisce)

Bí Ullamh – seachain Píobáin Reoite

- Cinntigh go bhfuil dóthain inslithe ar gach píobáin nochta. Áirítear leis sin píobáin san áiléar áit a bhfuil dea-insliú ar urláir an áiléir
- Cuir insliú ar sconna lasmuigh nó cuir tuáille timpeall air
- Fág solas ar lasadh san áiléar
- Oscail comhla an áiléir chun teas a ligean isteach
- Fág an teas ar siúl ag socrú níos ísle ar feadh tréimhsí níos faide
- Is é an teas is fearr a thugann cosaint i gcoinne píobán reoite agus mar sin coimeád do theach te

Soláthar uisce píobán reoite

- Má tá do sholáthar reoite, bí cúramach maidir le húsáid a bhaint as córais teasa, meaisíní níocháin nó fearais nó áiseanna eile a bhraitheann ar uisce
- Má tá amhras ort, déan teagmháil le pluiméir cáilithe chun comhairle a fháil

Ligin Uisce

- Ba cheart an soláthar uisce in áitribh fhoilmhe agus i dtithe saoire a chasadh as agus a dhraenáil chun ullmhú don gheimhreadh
- Sealbhóirí eochrach – seiceáil áitribh go rialta le haghaidh ligean féideartha
- Má bhraitear ligean
 - Cas as an soláthar uisce– is gnách go mbíonn an comhla stoptha faoin doirteal cistine
 - Cas air sconnaí fuaire chun an córas a draenáil
 - Cas as teas lárnach
 - Cas as an soláthar leictreachais má tá an ligean in aice le fearais leictreachais
 - Cuir fios ar phluiméir cáilithe

SNEACHTA A GHLANADH

Sneachta a ghlanadh ó chosáin

- Féadann sé bheith crua go leor sneachta a ghlanadh – ná tabhair faoin obair ach má tú réasúnta folláin agus mura bhfuil riocht míochaine ort
- Glan sneachta nó oighear go luath sa lá más féidir
- Caith coisbheart daingean, inslithe, uiscédhíonach a bhfuil boinn le greim mhaith air
- Úsáid sluasaid. Tá sluaistí speisialta ar fáil don obair sin ach déanfaidh sluasaid gairdín cúis

- Déan cosán síos go lár na háite atá á glanadh ionas go mbeidh dromchla glan agat le siúl air
- Ná húsáid uisce atá ar fiuchadh riamh chun sneachta a ghlanadh (d'fhéadfadh go n-éireodh sé reoite arís agus go gcruthófaí oighear dubh dá bharr)
- Féadann tú oighear a chosc trí shalann a scaipeadh ar an áit atá glanta agat
- Nuair a bhíonn sneachta á ghlanadh agat tá sé tábhachtach gan coisithe ná trácht a bhac. Cinntigh go dtógtar an sneachta chuig áit eile nach mbeidh sé mar ghuais

Comhairle Díl maidir le Glanadh Sneachta agus Grean a Leagan

Tá sé curtha in iúl ag Oifig an Ard-Aighne nach dtagann dliteanas chun cinn áit a nglantar sneachta ó chosáin ar bhealach sábháilte.

Áit a leagann daoine grean a chuir na húdaráis áitiúla ar fáil ar bhóithre, is í an chomhairle díl ná nach dtagann dliteanas chun cinn áit a ndéantar an t-ábhar a sheachadadh, a stóráil agus a úsáid ar bhealach sábháilte agus nach mbíonn sé mar ghuais.

COMHAIRLE MAIDIR LE TUILTE

Má bhagraíonn tuile ar do cheantar féin tá roinnt céimeanna ar féidir leat a ghlacadh chun dochar do d'aonad réadmhaoine a íoslaghdú, ach cuimhnigh gur cheart tús áite a thabhairt do shábháilteacht i gcónaí.

Bí ullamh – Laistigh den teach

- Bog earraí luachmhara agus rudaí eile chuig áit shábháilte. Cuir os cionn an leibhéal tuile nó thuas staighre iad
- Leag málaí gainimh ag aon bhealach isteach áit a bhféadfadh an t-uisce teacht isteach
- Cas as an gás agus an leictreachas
- Bí réidh le himeacht ó do theach nó d'ionad gnó. Cosain tú féin, do theaghlach agus daoine eile a bhféadfadh go mbeadh cabhair ag teastáil uathu
- Bíodh éadaí teo agus buataisí rubair réidh agat
- Bíodh cógas ar fáil agat (má theastaíonn)
- Seiceáil stoic uisce/bia
- Comhoibrigh leis na seirbhísí éigeandála agus leis na húdaráis áitiúla. D'fhéadfadh go mbogfaí chuig ionad éigeandála tú ar mhaithe le do shábháilteacht

Bí ullamh – Lasmuigh den teach

- Bog do ghluaisteán chuig talamh ard más féidir
- Cuimhnigh go bhféadfadh go dtiocfadh uisce tuile isteach i do gharáiste agus mar sin bog aon cheimiceáin nó breosla chun cinntiú nach ndoirteann isteach san uisce tuile iad chun gais bhreise a chruthú

- Bain úsáid as málaí gainimh nó rudaí troma mar mheáchain ar chlúdaigh dhúnphoill. D'fhéadfadh go n-osclófaí iad le linn tuile agus go mbeidís ina nguais
- Dún na comhlaí silte ar umair phrópáin, dhromaí ola nó coimeádáin bhreosla eile a thugann soláthar do do theach trí pháibáin agus fheistí
- Díphlugáil aon naisc leictreachais mar shoilse lasmuigh, caidéal agus scagairí linne

Comhairle Sábháilteachta ghinearálta

- Ná déan iarracht siúl ná tiomáint trí huisce tuile
- Más féidir seachain teagmháil le huisce tuile toisc go bhféadfadh go mbeadh sé éillithe nó truailithe
- Bí cúramach má tá ort siúl trí huisce éadomhain – d'fhéadfadh go mbeadh clúdaigh dhúnphoill tar éis scaoileadh nó d'fhéadfadh go mbeadh guaiseacha eile ann faoin uisce nach mbeifeá in ann a fheiceáil
- Ná déan iarracht riamh snámh trí huisce mear – d'fhéadfadh go gcrochfaí chun siúil tú nó go mbuailfí tú ag rud éigin san uisce

Gheobhaidh tú eolas agus comhairle shonrach maidir le dul i ngleic le gach gné de thuilte ar an láithreán gréasáin www.flooding.ie. Is féidir tuilleadh comhairle a fháil freisin ó Oifig na n-Oibreacha Poiblí trí ríomhphost a sheoladh chuig info@opw.ie.

SÁBHÁILTEACHT AR BHÓITHRE

An bhFuil do Thuras Riachtanach i nDáiríre?

Nuair a bhíonn an aimsir go han-dona ba cheart duit fiafraí díot féin an gá i ndáiríre turas a dhéanamh ar bhóthar. D'fhéadfadh go smaoinéofa ar mhoill a chur leis an turas go dtiocfadh feabhas ar an aimsir agus ar na coinníollacha bóithre nó go mbainfeá úsáid as iompar poiblí áit a mbeadh sé ar fáil. Murar féidir do thuras a sheachaint ba cheart duit bheith ullamh. Cinntigh go bhfuil dóthain breosla i d'fheithicil le haghaidh an turais. Tabhair am breise duit féin don turas agus tiomáin go cúramach. Cuir duine éigin ar a n-eolas maidir leis an mbealach a bhfuil tú chun úsáid agus an t-am a bhfuil tú ag súil go mbainfidh tú do cheann scríbe amach. Seiceáil chun fáil amach an bhfuil aon fhadhbanna i gceist ar an mbealach atá ar intinn agat sula dtugann tú faoi thuras. Éist le feasacháin ar an teilfís nó an raidió agus seiceáil réamhaisnéis na haimsire. Cuimhnigh gur mó is cosúil go mbeidh an riocht is fearr ar na bóithre idir 10r.n. agus 4i.n. Seo iad na naisc le roinnt láithreán gréasán úsáideach:

- www.transport.ie le haghaidh tuairiscí chun dáta ó sholáthraithe iompair phoiblí
- www.rsa.ie chun níos mó eolais a fháil ar shábháilteacht ar bhóithre
- www.met.ie chun réamhaisnéis na haimsire a sheiceáil
- www.garda.ie le haghaidh rabhaidh taistil
- www.aaroadwatch.ie le haghaidh na scéalta is deireanaí maidir le trácht
- www.rsa.ie úsáid an nasc seo chun do stáisiún raidió áitiúil a aimsiú

An bhFuil d'Fheithicil Ullamh don Gheimhreadh?

- Seiceáil lámhleabhar úinéara d'fheithicle agus seiceáil an bhfuil aon teicneolaíocht cúnta sábháilteachta inti m.sh. ABS
- Cuir faoi deara d'fheithicil a sheirbhísiú chun cinntiú go bhfuil sé oiriúnach agus sábháilte
- Déan seiceálacha rialta ar an bhfeithicil
- Seiceáil lanna cuimleora le haghaidh caithimh is cuimilte agus faigh cinn nua a luaithe is a thosaíonn siad ag smearadh na bhfuinneog seachas iad a ghlanadh
- Coimeád brú na mbonn ag an leibhéal a mholann an déantúsóir
- Déan boinn a athsholáthar más gá – seiceáil doimhneacht do thráchtá boinn - is é an teorainn dhlíthiúil ná 1.6mm, ach moltar 3mm le haghaidh tiomána sa gheimhreadh
- Cinntigh go bhfuil na soilse feithicle go léir in ord ceart oibre agus go bhfuil siad glan
- Cinntigh go bhfuil dóthain fuarthán frithreo agus ionlach scáileáin san fheithicil
- Seiceáil do cheallra feithicle

Bí Ullamh Le linn tréimhsí fada de thiomáint ar an oighear nó sa sneachta moltar fón póca lánluchtaithe a iompar agus na nithe seo a leanas a choimeád sa bhúit

- Veist Ard-Infheictheachta
- Téad tarraingthe
- Sluasaid
- Coisbheart oiriúnach i gcás go mbeadh ort imeacht ó d'fheithicil
- Triantán guaise
- Trealamh dí-oighrithe (Le haghaidh gloine agus glais dorais)
- Fearas garchabhrach
- Múchtóir dóiteáin
- Tóirse
- Pluid gluaisteáin, éadaí breise agus roinnt bia agus uisce (le haghaidh turas fada)
- Smaoinigh ar roinnt salainn nó gainimh a iompar

Leideanna le haghaidh Tiomána sa Sneachta agus san Oighear

- Glan do chuid fuinneog, scáthán agus soilse sula dtosaíonn tú do thuras – ná húsáid uisce te ar an ngaothscáth toisc go bhféadann sé an ghloine a scoilteadh
- Déan cinnte go bhfuil d'fheithicil, an díon san áireamh, saor ó shneachta
- Bíodh spéaclaí gréine agat sa ghluaisteán
- D'fhéadfadh go mbeadh sé níos deacra feiceáil. Ná bí ag brath ar chúlsoilse na feithicle os do chomhair, áfach
- Úsáid ceannsoilse maolaithe agus soilse ceo
- Ionramháil go réidh, níor cheart an iomarca stiúrtha a dhéanamh
- Tiomáin go mall agus fág fad breise idir tú féin agus an fheithicil os do chomhair
- Nuair a mhaolaíonn tú do luasráta, úsáid do chuid coscán go réidh ionas go dtabharfaidh na soilse coscáin rabhadh do thiománaithe taobh thiar díot
- Seachain coscánú ná luasghéarú géar
- Úsáid an gear is airde agus is féidir chun rothlam rothaí a sheachaint. Roghnaigh gear íseal agus tú ag imeacht le fána, trí chora ach go háirithe
- Má tá tiomáint rotha deiridh ag do ghluaisteán cabhrófar le do chuid rothaí greim a fháil má chuirtear meáchan breise sa bhúit
- Bí cúramach agus tú ag tiomáint ar shneachta balctha – d'fhéadfadh go mbeadh sé iompaithe go hoighear
- Bí ag faire amach le haghaidh oighir dhuibh i gceantair faoi fhothain / scáth ar bhóithre, faoi chrainn, faoi dhroichid nó orthu agus in aice le ballaí arda

Má thosaíonn d'fheithicil ag sciorradh seo a leanas ar cheart duit a dhéanamh:

- Faigh amach cad is cúis leis– is é is cúis leis ná an iomarca coscánaithe, an iomarca stiúrtha nó meascán den dá rud
- Cuir deireadh leis an ngníomh– ar bhealach réidh
- Seachain ró-cheartú tríd an iomarca stiúrtha a dhéanamh, bí réidh le haghaidh dara scide sa treo eile
- Bíonn córas coscánaithe éagsúil ar gach gluaisteán. Chun eolas sonrach a fháil ar choscánú seiceáil láithreáin ghréasáin an Gharda Síochána agus an RSA

Leideanna maidir le Tiomáint i nGaoth Láidir

- Tiomáin go mall agus méadaigh an fad idir tú féin agus an fheithicil os do chomhair
- Má tá tú ag tiomáint feithicil thaobhard bí ullamh, agus tú ag teacht chuig ceantair noхта den bhóthar, le haghaidh thionchar na gaoithe ar dhinimic stiúrtha na feithicle
- Seachain scoitheadh ar na ceantair noхта sin
- Agus tú ag scoitheadh gluaisrothaithe, rothaithe nó coisithe bí ullamh i gcás go séidfí isteach i do bhealach iad ag an ngaoth
- Bí ag faire amach le haghaidh smionagair san aer nó crann tite
- Má tá ort stopadh ar chúis ar bith úsáid do chuid soilse guaise chun rabhadh a thabhairt do thiománaithe eile

Leideanna maidir le Tiomáint i dTuilte Troma

- Tiomáin go mall – ná tiomáin go tapa isteach in uisce tuile– d'fhéadfadh go mbeadh linnreog nó smionagar ceilte san uisce nó go ndéanfadh d'fheithicil scinneadh uisce agus go gcaillfeá smacht uirthi dá bharr
- Sula dtiomáineann tú trí huisce tuile faigh amach cé chomh domhain is atá an t-uisce chun cinntiú go bhféadann d'fheithicil dul tríd go sábháilte
- Ba cheart do thiománaithe ceannsoilse maolaithe a úsáid sa bháisteach agus nuair a bhíonn sé deacair a fheiceáil
- Bí ag faire amach i gcónaí le haghaidh coisithe, rothaithe srl agus seachain iad a spraeáil nó tiomáint ró-ghar dóibh
- Má tá ort stopadh, cas air do chuid soilse guaise

Leideanna maidir le Tiomáint sa Cheo

- Tiomáin go mall agus méadaigh an fad ón bhfeithicil os do chomhair
- Úsáid ceannsoilse maolaithe agus soilse ceo tosaigh agus cúil, má tá siad feistithe ar an ngluaisteán
- Cuimhnigh soilse seo a chasadh as nuair a éiríonn an léargas níos fearr
- Bí ag faire amach i gcónaí le haghaidh coisithe, rothaithe agus gluaisrothaithe

- Ná lean an fheithicil os do chomhair gan smaoineamh– d’fhéadfadh go n-imeodh sí ón mbóthar ar chúis ar bith
- Má tá ort stopadh cas air do chuid soilse guaise

Comhairle do Choisithe

- Murar féidir turas a sheachaint, bí cúramach toisc go bhféadann sé bheith an-chontúirteach siúl ar chosáin sa sneachta
- Caith coisbheart daingean – atá inslithe agus uiscédhíonach agus a bhfuil boinn le greim mhaith air
- Bí cúramach agus tú ag siúl ar shneachta calctha – d’fhéadfadh go mbeadh sé iompaithe go hoighear
- Féach arís sula dtéann tú trasna an bhóthair agus ná déan iarracht dul trasna má tá feithiclí ag teacht – cuimhnigh go dtógann sé níos faide d’fheithicilí stopadh ar an sneachta nó an oighear
- Bí Sofheicthe chun Bheith Sábháilte! Bíonn sé níos deacair a fheiceáil sa drochaimsir agus mar sin caith éadaí ard-infheictheachta nó iompar tóirse. Toisc gur minic go dtéann leanaí chuig an scoil sa dorchadas, bí cinnte gur féidir do leanaí a fheiceáil
- Bí an-chúramach agus tú in aice le huisce oscailte, le canálacha, lochanna, linnte nó céanna cósta srl
- Ná siúil ar uiscebhealaí reoite riamh
- Chun tú féin a chosaint i gcás go dtitfeá, seachain siúl agus do chuid lámh sna pócaí agat

Comhairle do Ghluaisrothaithe / Rothaithe

- Tabhair tús áite do do chuid sábháilteachta – bíonn sé an-deacair smacht a choimeád ar fheithiclí dhá roth sa sneachta nó san oighear agus tá níos mó baoil go dtarlódh imbhuailtí le feithicil atá as smacht
- Smaoinigh ar iompar eile a úsáid nó ar shiúl

SCOILEANNA

Dúnadh Scoileanna

Fágtar faoi údarás bainistíochta scoile cinneadh a dhéanamh maidir le dúnadh na scoile. Glactar an cinneadh ar mhaithe le sábháilteacht leanaí, tar éis measúnú a dhéanamh ar na priacail sa cheantar áitiúil agus tar éis dul i gcomhairle, mar is cuí, le hoibreoirí iompar scoile.

Seo a leanas cuid de na ceisteanna a thógann scoileanna san áireamh:

- coinníollacha sa scoil í féin
- cumas na scoile sláinte agus sábháilteacht na leanaí a chinntiú agus iad ar scoil
- cumas tuismitheoirí, daltaí, ball foirne agus seirbhísí iompair scoile taisteal go sábháilte ar na bóithre áitiúla chun an scoil a bhaint amach

Cé gur gnách go ndéanfaidh scoileanna i gceantair ar leith a gcuid cinntí a chomhordú, féadann cúinsí difriúla a bheith i réim i scoileanna aonair atá gar dá chéile agus d'fhéadfadh scoileanna cinntí difriúla a ghlacadh dá bharr sin. Tá treoir maidir le ham a chailltear de bharr dúnta gan choinne mar thoradh ar aimsir chrua ar fáil ar láithreán gréasáin na Roinne www.education.ie

Teagmháil a Dhéanamh le Tuismitheoirí

Má chinneann scoil do linbh dúnadh ar chúiseanna sábháilteachta, déanfaidh an scoil a dícheall chun teagmháil a dhéanamh leat. Baineann an chuid is mó de scoileanna úsáid as seirbhís teachtaireacht téacs chun cumarsáid a dhéanamh le tuismitheoirí. D'fhéadfaí stáisiún raidió áitiúla nó láithreán gréasáin na scoile a úsáid chomh maith chun tuismitheoirí a chur ar a n-eolas maidir le dúnadh scoile.

Tuilleadh eolais

Má theastaíonn tuilleadh eolais uait déan teagmháil le scoil do linbh chun na socruithe agus na pleananna atá i bhfeidhm go háitiúil a phlé. Tá na h-uimhreacha telefóin agus sonraí teagmhála na bun-scoileanna agus mean-scoileanna ar fail ar láithreán gréasáin na Roinne www.education.ie

Ba cheart do thuismitheoirí leanaí atá ag taisteal faoin Scéim Iompar Scoile teagmháil a dhéanamh le hOifig Iompar Scoile Bhus Éireann ina cheantar féin chun tuairiscí chun dáta a fháil – féach cúl an leabhráin seo chun uimhreacha teileafóin a fháil. Chomh maith leis sin tugann Bus Éireann eolas go rialta do stáisiún raidió le linn tréimhsí aimsire cruu ar cosúil go gcuirfidh siad isteach ar sheirbhísí bus scoile agus cuireann sé fógraí suas ar láithreán gréasáin Bhus Éireann, www.buseireann.ie

FEIRMEOIRÍ

Téann an aimsir reo i bhfeidhm ar fheirmeoireacht ar go leor bealaí. Is iad na gníomhaíochtaí is mó a mbíonn tionchair aici orthu ná soláthar beatha agus

uisce do bheostoc, beatha a sheachadadh chuig feirmeacha agus iompar táirgí ó fheirmeacha, reo píobáin uisce chuig seideanna agus trachanna uisce lasmuigh, reo bliteoirí agus trealamh eile i mbleánlanna, agus dochar do bharrá foráiste a dhéantar a innilt in-situ nó a stóráil i gclóis fheirme. Freisin tá baol pearsanta ag baint le hobair agus le tiomáint thar dhromchlaí oighreata. Tá comhairle shonrach curtha ar fáil ag Teagasc maidir le dul i ngleic leis na deacrachtaí sin go léir. Chun an chomhairle go léir a fháil déan teagmháil le Teagasc ag www.teagasc.ie

Comhairle Ghinearálta

- Bíodh ábhar grin ar fáil agat chun rochtain ón gclós feirme agus chuige a cheadú
- Insligh aon píobáin nochtá
- Níor cheart smaoineamh ar sconnaí a fhágáil ar siúl chun uisce a choimeád ag sreabhadh chun an baol go reofaidh píobáin a laghdú ach áit a bhfuil soláthar uisce ar fáil ar an bhfeirm. Ní féidir é sin a dhéanamh áit a gcuirtear an t-uisce ar fáil ag an Údarás Áitiúil nó ag Grúpscéim
- Suiteáil téitheoir teasrialaithe i seomraí gléasra ar cheart dul i bhfeidhm nuair a bhaineann an teocht 1⁰C amach.

Sábháilteacht

- Glan roinnt rianta ar fud an chlós feirme, cuir salann dí-oighrithe orthu agus ná siúil ach ar na siúlbhealaí sábháilte sin
- Cuir grean ar chlóis agus ar bhóithre fánánacha chun trácht a éascú
- I gcás beostoic a chuirtear amach le linn an gheimhridh déan tréadaíocht le linn sholas an lae agus roimh thitim na hoíche
- Seachain ceantair ghuaiseacha agus tír-raon garbh
- Tóg fón póca leat agus tú ag dul ag tréadaíocht nó ar turais eile

AN EARNÁIL GHNÓ

Do Ghnó a Ullmhú d'Aimsir Chrua

Tá seicliosta praiticiúil le haghaidh na hearnála gnó a leagann amach na ceisteanna lárnacha le dul i ngleic leo, le cinntiú go bhféadann gnó leanúint ar aghaidh le linn aimsire cruá, ar fáil ar www.djei.ie www.forfas.ie agus www.winterready.ie

An Tionchar ar an Ionad Gnó

- Smoainigh ar an gcaoi a bhféadann cásanna éagsúla d'aimsir chrua dul i bhfeidhm ar an ionad oibre .i. an láithreán agus na foirgnimh:-
 - An bhfuil an t-ionad i mbaol tuilte?
 - An cosúil go dtiocfaidh deacrachtaí chun cinn ag na pointí rochtana m.sh. bóithre isteach suite ar fhánaí atá i mbaol oighir?
 - An bhfuil píobáin uisce inslithe (lena n-áirítear iad siúd i bhfoirgnimh phoiblí agus timpeall orthu)?

- Ba cheart do shealbhóirí eochrach áitribh a sheiceáil le linn an deireadh seachtaine agus na laethanta saoire
- Cinntigh go bhfuil eolas agus sonraí teagmhála ag an ngnó maidir le seirbhísí lárnacha lena n-áirítear údaráis áitiúla
- Déan athbhreithniú ar chumhdach árachais agus déan teagmháil le comhairleoirí árachais maidir le haon ábhar inní a d'fhéadfadh a bheith ag gnó

An Tionchar ar Fhostaithe

- Smaoinigh ar an gcaoi a bhféadfaí úsáid a bhaint as cleachtais oibre malartacha chun cur isteach a laghdú m.sh. teilea-oibriú, sealobair agus smaoinigh ar an gcaoi a bhféadann na cleachtais Bainistíocht Acmhainní Daonna dul i ngleic le cur isteach ar obair
- Smaoinigh cén bearta breise nach mór a ghlacadh chun sábháilteacht fostaithe san ionad oibre a chinntiú
- Cinntigh go bhfuil sonraí teagmhála suas le dáta le haghaidh fostaithe chomh maith le plan cumarsáide ag an ngnó
- Cinntigh go ndéantar freagracht an lucht bainistíochta maidir le planáil agus ullmhú a shannadh go soiléir
- Aithin ról ríthábhachtacha sa ghnó agus forbair plananna chun cinntiú go leanfaidh an gnó ar aghaidh

An Tionchar ar Chustaiméirí

- Smaoinigh ar bhealaí eile chun freastal ar chustaiméirí agus ar na straitéisí ar féidir leas a bhaint astu chun cur isteach a íoslaghdú m.sh. gnó ar líne
- Bíodh plan cumarsáide i bhfeidhm le haghaidh custaiméirí
- Smaoinigh ar an gcaoi ar féidir sábháilteacht custaiméirí a dhearbhu laistigh de réimsí poiblí an ghnó
- Déan measúnú ar chosáin agus phointí rochtana timpeall an ionaid ghnó chun socrú cén chaoi ar féidir iad a ghlanadh i gcás sneachta agus oighir agus déan ullmhúcháin ionas go mbeidh trealamh oiriúnach ar fáil

An Tionchar ar Sholáthraithe

- Déan idirchaidreamh le soláthraithe lárnacha agus socraigh an bhfuil siad ullamh i gcás go rachadh aimsir chrua i bhfeidhm ar a gcuid gnóthaí
- Smaoinigh ar sholáthairtí am-íogaire ach go háirithe
- Smaoinigh ar bhealaí iompair agus lóistíochta malartacha
- Smaoinigh ar shábháilteacht soláthraithe earraí agus seirbhísí; d'fhéadfadh go mbeadh sé riachtanach rochtain a thabhairt dóibh ar cheantair den áitribh nach mbaintear úsáid astu go minic

EOLAS TEAGMHÁLA

Seirbhísí Éigeandála

Má thagann éigeandáil chun cinn cuir gloch ar na seirbhísí éigeandála ag

112 nó 999

Cuimhnigh uimhreacha teileafóin le haghaidh do dhochtúra, do chógaiseora, scoileanna do leanaí, d'údarás áitiúil, stáisiún na nGardaí, soláthraithe seirbhíse agus baill teaghlaigh a choimeád in áit a mbeadh sé éasca iad a aimsiú i gcás go dtiocfadh éigeandáil chun cinn.

AERTEL

Cuirfear sonraí teagmhála agus eolas eile suas le dáta suas ar AERTEL leathanach 592 le linn aimsire cruá.

Seirbhísí

Líonraí BSL LoCall 1850 372 999
Bórd Gáis LoCall 1850 20 50 50

Réamhaisnéis na hAimsire

Féadann tú an réamhaisnéis is deireanaí a fháil ó na foinsí seo a leanas:

- Téigh chuig leathanach baile láithreán gréasáin Met Éireann – www.met.ie
- Éist le feasacháin nuachta gach uair ar stáisiún raidió náisiúnta agus áitiúla
- Féach ar thuairiscí aimsire tar éis feasacháin nuachta ar an teilifís
- Leathanaigh AERTEL 160 - 163

Chun réamhaisnéis cúig-laie ó Met Éireann a fheiceáil téigh chuig Láithreán gréasáin Met Éireann - www.met.ie/forecasts/5day-ireland.asp

Chun an radar Báistí ó Met Éireann a fheiceáil Láithreán gréasáin Met Éireann - www.met.ie/latest/rainfall_radar.asp

Ionad Léarscáileanna an FSS

Tá áis dar teideal Ionad Léarscáileanna ar leathanach baile láithreán gréasáin Fheidhmeannacht na Seirbhíse Sláinte www.hse.ie. Féadann tú an áis sin a úsáid chun seirbhísí sláinte a aimsiú i do cheantar. Ní gá ach do sheoladh a chur isteach agus rogha a dhéanamh chun an t-ospidéal, an chógaslann, an dochtúir, an stáisiún Gardaí, an teach altranais nó an fiacloir is gaire duit a aimsiú. Cuirtear treoracha ar fáil ó do theach chuig an tseirbhís atá ag teastáil.

Iompar

Tugann an láithreán gréasáin www.transport.ie naisc chuig gach soláthraí iompair phoiblí. Clliceáil ar [Severe Weather Updates](#) ar an leathanach baile agus téigh chuig an réimse eolais a theastaíonn uait. Le linn tréimhsí de

bhriseadh isteach ar sheirbhísí déantar nuashonrú leanúnach ar láithreáin ghréasáin na soláthraithe iompair phoiblí aonair.

Seo a leanas na sonraí teagmhála le haghaidh gach soláthraí Iompair Phoiblí. Ba cheart duit eolas teagmhála le haghaidh na n-oibreoirí príobháideacha iompair i do cheantar a choimeád chomh maith.

Bus

[Bealaí Bhus Átha Cliath](#) - Uimhir um Sheirbhís do Chustaiméirí - (01) 8734222

Twitter: @dublinbusnews **Facebook:** /dublinbusnews

[Seirbhísí Bus Idirchathrach/Comaiteirí Bhus Éireann](#)

Twitter: @buseireann **Facebook:** /buseireann

Uimhreacha Áitiúla Bhus Éireann um Sheirbhís do Chustaiméirí

Áth Luain	(090) 6484406
Béal an Átha	(096) 71800
An Cabhán	(049) 4331353
Corcaigh	(021) 4508188
Droichead Átha	(041) 9835023
Baile Átha Cliath	(01) 8366111
Dún Dealgan	(042) 9334075
Inis	(065) 6824177
Gaillimh	(091) 562000
Cill Airne	(064) 6630011
Leitir Ceanainn	(074) 9121309
Luimneach	(061) 313333
Muineachán	(047) 82377
Sligeach	(071) 9160066
Sraith an Urláir	(074) 9131008
Trá Lí	(066) 7164700
Loch Garman	(051) 879000

Oifigí Iompar Scoile Bhus Éireann

Le haghaidh Seirbhísí sna Contaetha seo a leanas

Uimh. Theilefóin

An Iarmhí, Longfort, Uibh Fháilí, Ros Comáin, Laois, Maigh Eo	Béal an Átha	(096) 20224 (096) 71816
Baile Átha Cliath, Cill Dara, Cill Mhantáin, an Mhí	Baile Átha Cliath	(01)7032472 (01) 7032427
An Lú, Muineachán, an Cabhán	Dún Dealgan	(042) 9355062 (042) 9355065
Corcaigh	Corcaigh	(021) 4557137

An Clár, Tiobraid Árann Thuaidh, Luimneach	Luimneach	(021) 4557129 (061) 217484
Gaillimh	Gaillimh	(091) 537694
Sligeach, Liatroim	Sligeach	(071) 9160440
Dún na nGall	Sraith an Urláir	(074) 9131008
Port Láirge, Tiobraid Árann Theas	Port Láirge	(051) 873401
Ceatharlach, Cill Chainnigh	Loch Garman	(051) 317872
Ciarraí	Trá Lí	(066) 7164750

Iarnród

Iarnród Éireann/Dart/Iarnród do Chomaitéirí – Uimhir um Sheirbhís do Chustaiméirí– 1850 366 222

Twitter:@irishrail **Facebook:** /irishrail

Seirbhísí Luas – Uimhir um Sheirbhís do Chustaiméirí– 1800 300 604

Twitter:@luas **Facebook:** /luas

Aer

Le haghaidh: Eolais faoi Eitiltí Isteach/Amach téigh chuig na láithreáin ghréasáin www.daa.ie

www.Dublin Airport.ie www.Cork Airport.ie www.Shannon Airport.ie

Féach **AERTEL** leathanach 571 - 576 **Twitter:** @daa **Twitter:** @corkairport

Twitter: @dublin airport **Twitter:** @shannonairport

Aerfort

www.dublinairport.ie

www.corkairport.ie

www.shannonairport.ie

www.irelandwestairport.com

www.flywaterford.com

www.kerryairport.com

www.galwayairport.com

www.sligoairport.com

www.donegalairport.ie

www.aerarannislands.ie

www.belfastairport.com

www.belfastcityairport.com

www.cityofderryairport.com

Uimhir Theileafóin

(01) 8141111

(021) 4313131

(061) 712000

(094) 9368100 (Cnoc Mhuire)

(051) 846600

(066) 9764644

(091) 755569

(071) 9168280

(074) 9548284

(091) 593034

+44 (0) 28 9448 4848

+44 (0) 28 9093 9093

+44 (0) 28 7181 0784

Farraige

www.irishferries.com

www.stenaline.ie

www.poferries.com

www.fastnetline.com

www.brittanyferries.ie

www.celticlinkferries.com

0818 300 400

(01) 2047777

(01) 4073434

(021) 4378892

(021) 4277801

(053) 9162688

Údarás Áitiúil

Ceatharlach (059) 9170300
an Cabháin (049) 4378300
an Cláir (065) 6821616

Corcaí:

Comhairle Contae (021) 4276891
Comhairle Chathair (021) 4924000
Dún na nGall (074) 9172222

Baile Átha Cliath:

Comhairle Chathair (01) 2222222
Dún Laoghaire/Ráth an Dúin (01) 2054700
Fine Gall (01) 8905000
Baile Átha Cliath Theas (01) 4149000

An Gaillimh:

Comhairle Contae (091) 509000
Comhairle Chathair (091) 536400
Ciarraí (066) 7183500
Cill Dara (045) 980200
Cill Chainnigh (056) 7794000
Laois (057) 8664000
Liatrom (071) 9620005

Luimneach:

Comhairle Contae (061) 496000
Comhairle Chathair (061) 407100
Longfort (043) 3343300
An Lú (042) 9335457
Maigh Eo (094) 9024444
an Mhí (046) 9097000
Muineachán (047) 30500
Tiobraid Árann Thuaidh (067) 44500
Tiobraid Árann Theas (052) 6134455
Ua Fáile (057) 9346800
Ros Comáin (090) 6637100
Sligeach (071) 9111111

Port Láirge:

Comhairle Contae (058) 22000
Comhairle Chathair (051) 309900
An Iarmhí (044) 9332000
Loch Garman (053) 9196000
Cill Mhantáin (0404) 20100

le linn Uaireanta Oifige

Leabhrán “Bí Ullamh don Gheimhreadh “

Is féidir an leabhrán a íoslódáil ón láithreán gréasáin www.winterready.ie
Is féidir cóip a fháil freisin trí ríomhphost a sheoladh chuig an Oifig Pleanála Éigeandála oepe@defence.irlgov.ie nó cuir glaoch ar 1890 252 736

Is mar threoirleabhar eolais amháin a chuirtear an t-ábhar sa leabhrán seo ar fáil. Tá sé ceaptha chun rochtain níos fearr a thabhairt don phobal ar eolas maidir le hullmhú i gcomhair aimsire crua agus dul i ngleic léi. Cé go ndéantar gach iarracht agus an t-ábhar á ullmhú le foilsiú ní ghlactar aon fhreagracht ag Tascfhórsa an Rialtais ar Phleanáil Éigeandála ná an Oifig Pleanála Éigeandála nó thar a gceann as aon earráidí, easnaimh ná ráitis mhíthreoracha ar na leathanaigh seo ná ar aon láithreán a gceanglaíonn na leathanaigh seo leis.

BÍ ULLAMH DON GHEIMHREADH

www.winterready.ie

AERTEL I. 592