



VNIVERSITAT DE VALÈNCIA

NIVELL D'EMERGÈNCIES A LA UNIVERSITAT DE VALÈNCIA

NIVEL DE EMERGENCIAS · EMERGENCY LEVEL

0	1	2	3	4
SENSE RISC	RISC BAIX	RISC MITJÀ	RISC ALT	RISC EXTREM
SIN RIESGO	RIESGO BAJO	RIESGO MEDIO	RIESGO ALTO	RIESGO EXTREMO
NO RISK	LOW RISK	MEDIUM RISK	HIGH RISK	EXTREME RISK

NIVELL D'EMERGÈNCIA 1

El Comitè d'Emergències UV ha acordat declarar el nivell 1 d'emergència establert en tots els campus i instal·lacions de la UV.

* * *

El Comité de Emergencias UV ha acordado declarar el nivel 1 de emergencia establecido en todos los campus e instalaciones de la UV.

* * *

The UV Emergency Committee has decided to declare the level 1 emergency in force across all UV campuses and facilities.



VNIVERSITAT DE VALÈNCIA

Es recomana especialment:

- Evitar l'exposició directa al sol durant les hores centrals del dia.
- Beure aigua amb freqüència, encara que no es tinga set.
- Reduir o adaptar les activitats físiques, esportives o laborals a l'aire lliure en els moments de més temperatura.
- En el cas d'activitats esportives o d'ús d'instal·lacions esportives universitàries, seguir en tot moment les indicacions i mesures establides pel Servei d'Esports

<https://www.uv.es/uvweb/servei-educacio-fisica-esports/ca/uvesports-1285868633352.html>

- Utilitzar roba lleugera, transpirable i de colors clars.
- Prestar una atenció especial a persones vulnerables o amb problemes de salut.
- Davant símptomes com mareig, mal de cap, nàusees, debilitat o confusió, detindre l'activitat, buscar un lloc fresc i sol·licitar assistència si fora necessari.

Se recomienda especialmente:

- Evitar la exposición directa al sol durante las horas centrales del día.
- Beber agua con frecuencia, aunque no se tenga sed.
- Reducir o adaptar las actividades físicas, deportivas o laborales al aire libre en los momentos de mayor temperatura.
- En el caso de actividades deportivas o uso de instalaciones deportivas universitarias, seguir en todo momento las indicaciones y medidas establecidas por el Servei d'Esports

<https://www.uv.es/uvweb/servicio-educacion-fisica-deportes/es/uvdeportes-1285868633352.html>

- Utilizar ropa ligera, transpirable y de colores claros.
- Prestar especial atención a personas vulnerables o con problemas de salud.
- Ante síntomas como mareo, dolor de cabeza, náuseas, debilidad o confusión, detener la actividad, buscar un lugar fresco y solicitar asistencia si fuera necesario.

The following is especially recommended:

- Avoid direct exposure to the sun during the middle of the day.
- Drink water frequently, even if you are not thirsty.
- Reduce or adjust physical, sporting or work-related activities outdoors during the hottest parts of the day.
- When taking part in sporting activities or using university sports facilities, always follow the guidelines and measures set out by the Servei d'Esports

<https://www.uv.es/uvweb/physical-education-and-sports-service/en/uvsports-1285868633352.html>

- Wear light, breathable clothing in light colours.
- Pay particular attention to vulnerable people or those with health problems.
- If you experience symptoms such as dizziness, headache, nausea, weakness or confusion, stop what you are doing, find a cool place and seek assistance if necessary.