

ROMÂNIA



MINISTERUL AFACERILOR INTERNE
INSTITUȚIA PREFECTULUI – JUDEȚUL ARGEȘ

Nr.15235

Data:22.06.2021

Către,

PRIMĂRIA _____

Comitetul local pentru situații de urgență

Având în vedere Dispoziția nr.894/20.06.2021 a domnului Raed Arafat – *Secretar de Stat – Șeful Departamentului pentru Situații de Urgență din cadrul Ministerului Afacerilor Interne*, vă transmitem, anexat, Măsurile de prevenire pentru perioadele caniculare privind protecția populației, cu recomandarea de a fi aduse la cunoștința cetățenilor și agenților economici de pe raza dumneavoastră teritorială.

Totodată, veți dispune :

- asigurarea operativității tuturor mijloacelor din înzestrare, cu accent pe cele utilizate pentru acordarea asistenței medicale de urgență și prim ajutor calificat, pentru stingerea incendiilor sau intervenției la accidente pe căile rutiere sau feroviare;
- analizarea necesității luării măsurilor pentru reducerea programului normal de lucru și limitarea activităților desfășurate în aer liber, în situația depășirii pragului critic de 80 unități ;
- amenajarea unor puncte medicale de prim ajutor și de adăpostire a populației, semnalizate corespunzător, astfel încât să fie identificate cu ușurință de către populație, dotate cu aer condiționat și apă potabilă, care să fie distribuită gratuit ;
- identificarea persoanelor vulnerabile și monitorizarea acestora;
- intensificarea acțiunilor cu caracter preventiv și operativ din responsabilitatea serviciilor voluntare pentru situații de urgență.

Cu respect,

PREFECT
Emilia Mateescu



Întocmit/Redactat consilier Alina Prioteasa
2 ex.

Pitești, Piața Vasile Milea nr. 1, cod 110006, tel : 0248/217800, fax : 0248/216463

Web site : www.ag.prefectura.mai.gov.ro

E-mail: cabinet.prefect.ipag@mai.gov.ro; relatii publice.ipag@mai.gov.ro

**MĂSURI DE PREVENIRE
PENTRU PERIOADELE CANICULARE
- POPULAȚIE -**

Recomandări privind protecția populației pe timpul caniculei:

- **Deplasările** sunt recomandate în primele ore ale dimineții sau seara, pe cât posibil prin zone umbrite, alternând deplasarea cu repausul, în spații dotate cu aer condiționat (magazine, spații publice);
- **Evitați aglomerațiile, expunerea la soare, efortul fizic intens** între orele 11.00-18.00;
- **Purtați haine lejere**, subțiri, deschise la culoare, pălării și ochelari de soare;
- **Beți 1,5-2 litri de lichide** pe zi, nu prea reci, apă, sucuri naturale din fructe și ceaiuri călduțe (soc, mușețel, urzici);
- **Măncați fructe și legume** (pepene, prune, roșii) sau **iaurt** (echivalentul unui pahar cu apă); mâncați echilibrat și variat insistând pe produsele cu valoare calorică mică;
- **Evitați băuturile ce conțin cofeină** (cafea, ceai, cola) sau zahăr (sucurile carbogazoase) în cantitate mare;
- **Evitați alimentele cu un conținut sporit de grăsimi**, în special de origine animală;
- **Nu consumați alcool** (inclusiv bere) – vă deshidratează și vă transformă într-o potențială victimă a caniculei;
- **Mențineți legătura cu persoanele în vârstă** (rude, vecini, persoane cu dizabilități), interesându-vă de starea de sănătate a acestora și oferindu-le asistență ori de câte ori au nevoie;
- **Nu lăsați copiii/animalele de companie singuri/singure** în autoturisme;
- **Cereți sfatul medicului de familie** la cel mai mic semn de suferință, manifestat de dumneavoastră sau copilul dumneavoastră;
- Creați un ambient care să nu suprasolicite capacitatea de adaptare a organismului;
- **Persoanele care suferă** de diferite afecțiuni **își vor continua tratamentul**, conform indicațiilor medicului. Este foarte util ca în perioada caniculară să se consulte medicul curant, în vederea adaptării schemei terapeutice la condițiile existente;
- Pentru ameliorarea condițiilor la locul de muncă se va reduce intensitatea și ritmul activităților fizice, **se va alterna efortul dinamic cu cel static și se vor alterna perioadele de lucru cu perioadele de repaus**, în locuri umbrite ori ventilate corespunzător.