



INSPECTORATUL PENTRU SITUAȚII DE URGENȚĂ
„DUNĂREA” AL JUDEȚULUI BRĂILA

Către,
COMITETELE LOCALE PENTRU SITUAȚII DE URGENȚĂ
- Domnului/doamnei președinte -

În conformitate cu atenționarea meteorologică **COD GALBEN nr. 81 din 28.06.2021, Mesajul 2, transmisă de Administrația Națională de Meteorologie, în perioada 29.06.2021, ora 12:00 – 30.06.2021, ora 22:00, disconfortul termic va fi accentuat, pe arii extinse indicele temperatură-umezeală (ITU) va depăși pragul critic de 80 unități și local va fi caniculă. Temperaturile maxime vor fi cuprinse, în general, între 33 și 37 de grade, iar nopțile vor fi tropicale și temperaturile minime se vor situa peste 20 de grade.**

Notă: Vor fi perioade cu instabilitate atmosferică accentuată, mai ales după-amiaza și seara. Joi (1 iulie), instabilitatea atmosferică se va accentua, iar disconfortul termic se va menține accentuat.

Ținând cont de necesitatea asigurării măsurilor din competență pentru prevenirea și gestionarea posibilelor situații de urgență ce se pot produce, în calitate de președinte al Comitetului Local pentru Situații de Urgență veți întreprinde următoarele activități, suplimentare celor pentru fenomene meteorologice de instabilitate atmosferică accentuată, specifice combaterii efectelor cauzate de creșterile de temperatură, avându-se în vedere în principal:

- analiza situației operative de la nivelul fiecărei unități administrativ-teritoriale, identificarea riscurilor și dispunerea măsurilor din competență pentru derularea acțiunilor de protecție a populației și comunităților;
- diseminarea către populație și operatorii economici a măsurilor de prevenire a efectelor periculoase pentru sănătatea populației în perioade caniculare (Anexă);
- asigurarea operativității tuturor mijloacelor din înzestrare, cu accent pe cele utilizate pentru stingerea incendiilor;
- identificarea persoanelor vulnerabile și monitorizarea acestora;
- analiza necesității luării măsurilor pentru reducerea programului normal de lucru și limitarea activităților desfășurate în aer liber, în situația depășirii pragului critic de 80 de unități;
- intensificarea acțiunilor cu caracter preventiv și operativ din responsabilitatea serviciilor voluntare pentru situații de urgență;
- 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.

INSPECTOR ȘEF
AL INSPECTORATULUI PENTRU SITUAȚII DE URGENȚĂ
„DUNĂREA” AL JUDEȚULUI BRĂILA

Colonel
ION CRISTIAN



Se transmite prin e-mail

MĂSURI DE PREVENIRE A POPULAȚIEI
PENTRU PERIOADELE CANICULARE

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, mușetel, urzici);
- **Mâncați 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;
- **Mentineți legătura cu persoanele în vârstă** (rude, vecini, persoane cu dizabilități), interesându-vă de starea de sănătate a acestora și oferiți-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.