



Către,
TOATE COMITETELE LOCALE PENTRU SITUAȚII DE URGENȚĂ
În atenția Doamnelor/Domnilor Primari, președinți al C.L.S.U.

În baza mesajului privind fenomenele meteorologice periculoase emis de Administrația Națională de Meteorologie, vă informăm cu privire la atenționarea/avertizarea meteorologica:

- AVERTIZAREA METEOROLOGICA COD **ROSU** nr. 80 din 05.07.2025 valabilă în perioada 06.07.2025 orele 10.00 – 07.07.2025 ora 10.00 ce vizează val de caldură intens și persistent, caniculă, disconfort termic deosebit de accentuat, noapte tropicală.

Valul de caldură va continua să se intensifice, se vor înregistra temperaturi maxime de 39...41 de grade. Disconfort termic va fi deosebit de accentuat, iar indicele de temperatură – umezeală (ITU) va depăși pragul critic de 80 de unități.

Minimele termice vor fi de 21...24 de grade, astfel că vor caracteriza o noapte tropicală.

Astfel, veți lua toate măsurile necesare pentru ducerea la îndeplinire a atribuțiilor ce vă revin pe linia situațiilor de urgență, conform legislației în vigoare, urmărind cu prioritate:

- Atenționarea populației cu privire la informările/atenționările/avertizările meteorologice;
- Identificarea, împreună cu medicii de familie din localități a persoanelor care prezintă risc crescut de evoluție nefavorabilă a stării de sănătate în perioada caniculară (bătrâni, cardiaci, persoane cu probleme psihice) și monitorizarea acestora;
- Informarea organizatorilor de evenimente sportive, culturale, comerciale, cu privire la durata și intensitatea caniculei, pentru a lua măsurile adecvate și dacă se impune suspendarea manifestărilor sportive și culturale ce nu se desfășoară în spații climatizate corespunzător;
- **Interzicerea utilizării focului deschis, informând cetățenii cu privire la riscurile ce pot apărea în cazul incendiilor miriștilor, lizierelor și a suprafețelor pe care se află vegetație uscată sau alte resturi vegetale;**
- Implicarea serviciilor voluntare pentru situații de urgență în acțiuni de informare preventivă și control pe timpul caniculei;
- 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.

MĂSURI DE PREVENIRE PENTRU PERIOADELE CANICULARE -POPULAȚIE-

- **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 calde (soc, mușetel, urzici);
- **Mâncăți fructe și legume** (pepene, prune, roșii) **sau iaurt** (echivalentul unui pahar cu apă), mâncăți echilibrat și variat insistând pe produsele cu valoare calorică mică;
- **Evitați băuturile ce conțin cafeină** (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** – 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, 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 membrii familiei;
- **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 ritmului activităților fizice, se va alterna efortul dinamic cu cel static și alternarea perioadelor de lucru cu perioadele de repaus, în locuri umbrite ori ventilate corespunzător.

Vă solicităm să dispuneți toate măsurile pentru aducerea la cunoștința populației a recomandărilor menționate mai sus.



F
/
/
E

Mr. Vălcu F.