

ROMÂNIA



**MINISTERUL AFACERILOR INTERNE
INSTITUȚIA PREFECTULUI - JUDEȚUL GALAȚI**

COMUNICAT DE PRESĂ

Recomandări pentru perioada caniculară

Având în vedere faptul că județul Galați se află sub atenționare de Cod Portocaliu și că, pentru perioada 13 -14 iulie, a fost emisă o avertizare de Cod Roșu de caniculă, la nivelul Instituției Prefectului a fost convocat Comitetul Județean pentru Situații de Urgență.

În cadrul ședinței CJSU au fost discutate măsurile care se impun în vederea prevenirii situațiilor de urgență pe perioada caniculei.

Printre măsurile adoptate de membrii CJSU se numără:

- Inspectoratul Teritorial de Muncă Galați va efectua controale și va verifica în perioadele cu temperaturi extreme, respectarea de către angajatori a prevederilor legale privind alternarea perioadelor de lucru cu cele de repaus și a asigurării apei potabile în cantități suficiente.
- Inspectoratul de Stat pentru Controlul în Transportul Rutier și Inspectoratul de Poliție Județean Galați va efectua controale în perioadele de caniculă în scopul verificării funcționalității sistemelor de climatizare ale mijloacelor de transport în comun și respectării numărului maxim autorizat de pasageri / călători.
- Autoritățile, instituțiile publice și organizatorii de evenimente publice, în perioadele cu temperaturi extreme vor lua măsuri în limita posibilităților, ca activitățile să fie desfășurate în afara intervalului orar 11.00-18.00, vor înființa puncte de distribuție a apei potabile și puncte medicale de prim ajutor.
- Furnizorii de apă potabilă vor lua măsuri de asigurare a rezervei de apă necesare populației în perioada caniculară.

- Direcția Sanitară Veterinară și pentru Siguranța Alimentelor Galați va intensifica controalele privind verificarea stării de prospețime și siguranța alimentelor în piețele agroalimentare.
- Direcția de Sănătate Publică Galați asigură mobilizarea maximă a resurselor umane și financiare necesare pentru asigurarea asistenței medicale de urgență la parametrii optimi;
- Direcția de Sănătate Publică Galați instituie măsurile de maximă urgență prin cooperarea cu alte instituții care au servicii de asistență medicală prespitalicești;
- Serviciul de Ambulanță Județean Galați asigură mobilizarea maximă a resurselor umane și tehnice pentru asigurarea capacității de intervenție, prioritizarea cazurilor în vederea rezolvării urgențelor.

De asemenea, au fost stabilite și recomandările privind protecția populației pe timpul caniculei:

În spații deschise (pe stradă și la locul de muncă):

- 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, mușețel, 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 (sucidurile 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 și oferiți-le asistență ori de câte ori au nevoie;

- Aveți grijă de animalele de companie. Nu lăsați niciodată oameni sau animale de companie într-o mașină închisă într-o zi caldă;
- 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.

În spații închise

- Limitați utilizarea aparatelor electrocasnice, a luminii artificiale și a surselor de căldură;
- Acoperiți ferestrele expuse la soare;
- Mențineți închise toate ferestrele când temperatura exterioară este mai mare decât cea din spațiul închis;
- Nu utilizați ventilatoare dacă temperatura a depășit 32 °C.
- Scădeți temperatura având grijă să:
 - aerisiți dimineața devreme sau seara târziu utilizând curenți de aer;
 - reglați aerul condiționat la 5°C sub temperatura ambientală.

Pentru siguranța dumneavoastră și a celor din jur, aplicați următoarele măsuri:

- Nu utilizați focul deschis în locuri cu pericol de incendiu și pe timp de vânt!
 - Nu aruncați la întâmplare resturile de țigări!
 - Nu lăsați în interiorul autoturismelor expuse la soare recipiente sub presiune (brichete, atomizoare etc.).

ATENȚIE LA SCĂLDAT!

Canicula s-a instalat de mai multe zile, fapt pentru care foarte mulți gălățeni vor căuta locații pentru a se răcori, alegând uneori spații neautorizate, punându-și astfel viața în pericol.

Pentru a preîntâmpina producerea unor evenimente cu consecințe tragice pe timpul desfășurării acestor activități recreative, le recomandăm gălățenilor respectarea următoarelor recomandări:

- Frecvențați doar locurile special amenajate pentru înot și scăldat;

- Respectați întotdeauna recomandările salvamarului/administratorului locului de agrement;
- Evitați scăldatul solitar, fără a avea alte persoane prin apropiere, mai ales dacă nu știți să înotați sau nu aveți deprinderile necesare;
- Evitați scăldatul în lacuri, canale sau alte cursuri de apă unde malurile sunt abrupte, curenții foarte puternici, albiile nămolose sau pline cu plante, pietre, crengi și trunchiuri de copaci;
- Nu intrați în apa rece înfierbântați, după ce ați stat foarte mult timp la soare;

De asemenea, părinții, bunicii și tutorii legali ai copiilor, trebuie să respecte următoarele măsuri pentru prevenirea riscului de înec:

- Nu lăsați niciodată copiii nesupravegheați în apă sau în proximitatea apei, nici măcar în piscinele achiziționate special pentru cei mici ori în cadă;
- Urmăriți continuu, comportarea copiilor în apă: nu vă lăsați distrași de alte activități și nu vă întoarceți nicio clipă cu spatele la aceștia. Nu uitați că cei mici sunt imprevizibili: ei trebuie să se scalde numai sub controlul părinților sau altor persoane mature, chiar dacă știu să înoate;
- Explicați-le adolescenților pericolul la care se expun scăldându-se în locuri neamenajate și consecințele grave, uneori tragice ale actelor de teribilism costând în sărituri în apă de pe platforme, poduri sau alte construcții, iar în cazul ieșirilor acestora „la scăldat” cu prietenii, stabiliți de comun acord, o periodicitate și o modalitate de contact.

În atenția autorităților locale

Președintele Comitetului Județean pentru Situații de Urgență, prin Inspectoratul pentru Situații de Urgență „General Eremia Grigorescu” al județului Galați, a solicitat tuturor primarilor din județ să dispună măsuri pentru prevenirea și limitarea efectelor caniculei, precum și pentru sprijinirea populației și colectivităților de animale în aprovizionarea cu apă.

ATENȚIE

În cazul apariției simptomelor legate de expunerea la căldură (crampele de căldură, insolația, epuizarea, șocul hipertermic), încercați să vă odihniți într-un spațiu umbrat și răcoros, consumați lichide (apă, sucuri de fructe, ceaiuri), scădeți temperatura corpului (udat și ventilat).

Dacă manifestările nu dispar rapid sau se agravează, sunați la Numărul Unic de Urgență 112 sau îndreptați-vă spre cea mai apropiată unitate de primire a urgențelor.