



Măsuri de prevenire pentru perioadele caniculare - POPULAȚIE

I. Prevenirea incendiilor:

- ✧ **Identificarea și nominalizarea sectoarelor de activitate în care crește riscul de incendiu** în condițiile caracteristice temperaturilor atmosferice ridicate și a lipsei de precipitații, urmând a se stabili măsurile de protecție specifice;
- ✧ **Asigurarea și verificarea zilnică a instalațiilor de stingere** și a rezervelor de substanțe stingătoare;
- ✧ **Asigurarea protejării** față de efectul direct al razelor solare a **recipientelor, rezervoarelor și a altor tipuri de ambalaje care conțin vapori inflamabili sau gaze lichefiate sub presiune**, prin depozitare la umbră;
- ✧ **Verificarea utilajelor agricole** folosite la recoltarea cerealelor păioase astfel încât să nu constituie surse de aprindere și dotarea acestora cu mijloace de primă intervenție;
- ✧ **Restricționarea efectuării**, în anumite intervale din timpul zilei, a unor lucrări care creează condiții favorizante pentru producerea de incendii prin degajări de substanțe volatile sau supraîncălziri excesive;
- ✧ **Intensificarea activităților cu scop preventiv în zonele cu culturi agricole și în locuri cu vegetație forestieră**, mai ales cele frecventate pentru agrement;
- ✧ **Este interzisă utilizarea focului deschis în locuri cu pericol de incendiu, în zonele afectate de uscăciune avansată, precum și pe timp de vânt**; locurile de pericol de incendiu, în care se aplică această interdicție, se stabilesc și se marchează de persoanele de drept;
- ✧ **Prepararea hranei prin utilizarea focului deschis** în incintele unităților, în zonele de agrement și în gospodăriile populației se face **numai în locuri special amenajate**, în condiții și la distanțe care să nu permită propagarea focului la construcții, depozite, culturi agricole, păduri, plantații sau la alte vecinătăți;
- ✧ **Utilizarea focului deschis nu se admite la distanțe mai mici de 40 m față de locurile cu pericol de explozie**: gaze și lichide comestibile, vapori inflamabili, explozivi etc., **respectiv 10 m față de materiale sau substanțe combustibile**: lemn, hârtie, textile, carton asfaltat, bitum, ulei etc. fără a fi supravegheat și asigurat prin măsuri corespunzătoare;
- ✧ **Prevenirea jocului copiilor** cu focul în condiții și în locuri în care se pot produce incendii, aceasta constituind o **obligație a persoanelor care răspund**, potrivit legii, de creșterea, educarea și îngrijirea copiilor.

II. Perioada caniculară poate fi însoțită de o creștere a numărului incendiilor de vegetație și în special a celor de miriști.

În condițiile în care se obțin aprobările cerute de legislația în vigoare, arderea miriștii se face cu respectarea următoarelor **măsuri**:

- a) Condiții meteorologice **fără vânt**;
- b) Parcelarea miriștii în **suprafețe de maximum 10 ha**, prin fâșii arate;
- c) **Izolarea zonei de ardere** față de căi de comunicație, construcții, culturi agricole vecine, instalații, fond forestier, prin executarea de fâșii arate;
- d) Desfășurarea arderii **numai pe timp de zi**;
- e) Asigurarea până la finalizarea arderii a **personalului de supraveghere și stingere** a eventualelor incendii;
- f) Asigurarea pentru suprafețe de ardere **mai mari de 5 ha a unui plug, a unei cisterne cu apă, a mijloacelor de tractare și a personalului de deservire**.

III. 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);
- ✧ **Mâncați fructe și legume** (pepene, prune, roșii) **sau iaurt** (echivalentul unui pahar cu apă); mâncați echilibrat și variați 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** (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 alternarea perioadelor de lucru cu perioadele de repaus**, în locuri umbrite ori ventilate corespunzător.