

Măsuri generale de prevenire a apariției unor situații de urgență precum și pentru limitarea efectelor acestora, necesar a fi aplicate în perioadele caniculare

I. La nivelul autorităților și instituțiilor publice locale

- adaptarea programului de lucru și limitarea activităților desfășurate în aer liber;
- amenajarea unor puncte medicale de prim ajutor și adăpostire a populației, dotate cu apă potabilă care să fie distribuită gratuit;
- informarea preventivă a populației cu privire la importanța respectării recomandărilor pe timpul perioadelor caniculare, precum și interdicția utilizării focului deschis la arderea de miriști și vegetație uscată;
- monitorizarea zonelor forestiere și, în special, a celor frecventate de turiști, de către personalul ocoalelor silvice, administratorii sau proprietarii acestora;
- desfășurarea de controale de prevenire și stingere a incendiilor la nivelul zonelor forestiere, precum și la nivelul localităților și operatorilor economici deținători de culturi agricole;
- identificarea și monitorizarea persoanelor vulnerabile;
- asigurarea operativității tuturor mijloacelor din înzestrare, cu accent pe cele utilizate pentru acordarea asistenței medicale de urgență, pentru stingerea incendiilor sau intervenției la accidente pe căile rutiere sau feroviare.

II. La nivelul populației

- evitarea deplasărilor sau alternarea acestora cu repausul, în spații dotate cu aer condiționat (magazine, spații publice);
- evitarea spațiilor aglomerate, a expunerii la soare și a efortului fizic intens între orele 11,00-18,00;
- asigurarea unei hidratări și alimentații corespunzătoare adaptate sezonului compusă în special din apă, sucuri naturale din fructe, ceaiuri călduțe, fructe, legume sau iaurturi;
- adaptarea vestimentației prin purtarea unor haine lejere, subțiri, deschise la culoare, pălării și ochelari de soare;
- evitarea consumului de alimente cu un conținut sporit de grăsimi, în special de origine animală, precum și a băuturilor alcoolice și a celor care conțin cofeină (cafea, ceai, cola) sau zahăr (sucidurile carbogazoase) în cantitate mare.