**ATENȚIE! COD PORTOCALIU DE CANICULĂ ÎN JUDEȚUL SATU MARE DE MIERCURI PÂNĂ VINERI!**

Administrația Națională de Meteorologie a emis un Cod Portocaliu de caniculă, cu un val de căldură persistent, disconfort termic accentuat și temperaturi între 37 și 38 de grade Celsius, în perioada 29.06-01.07.2022, în zonele joase ale județului Satu Mare.

Compania de Apă APASERV SATU MARE S.A. face un apel insistent către populație să nu mai folosească apa potabilă pentru scopuri agricole, grădinărit şi/sau zootehnie, utilizând pentru aceste scopuri pe cât posibil, apa din alte surse (fântâni, puțuri, apă pluvial colectată etc). Dacă nu se fac eforturi de a reduce consumul de apă potabilă pentru agricultură, există posibilitatea ca unii utilizatori să fie privați de acest element vital, respectiv de a nu avea minimul de apă pentru spălat, băut și alte necesități zilnice.

Pentru a evita riscurile generate de temperaturile ridicate, rugăm populația județului să respecte următoarele reguli de protecție:

• Deplasările sunt recomandate în primele ore ale dimineții sau seara. Evitați, pe cât posibil, expunerea la soare între orele 11:00 - 18:00;

• Hidratați-vă corespunzător, beți zilnic minimum 2 litri de lichide, fără a aștepta senzația de sete. În zilele caniculare se recomandă consumul unui pahar de apă (sau echivalentul acestuia) la fiecare 15-20 de minute;

• Nu consumați alcool, deoarece acesta diminuează capacitatea de luptă a organismului împotriva căldurii;

• Evitați să consumați băuturi cu conținut ridicat de cofeină (cafea, ceai) sau zahăr (băuturi răcoritoare carbogazoase) deoarece acestea sunt diuretice;

• Consumați fructe și legume proaspete;

• Evitați alimentele cu un conținut sporit de grăsimi, în special de origine animală;

• Evitați aglomerația;

• Evitați efortul fizic intens în exterior;

• Evitați, pe cât posibil, expunerea la soare;

• Nu lăsați copiii sau animalele de companie singuri/singure în autoturisme;

• Mențineți legătura cu persoanele în vârstă (rude, vecini, persoane cu dizabilități), interesați-vă de starea de sănătate a acestora și oferiți-le asistență ori de câte ori este nevoie;

• Purtați haine lejere, în culori deschise, ce acoperă o suprafață a corpului cât mai mare;

• Purtați o pălărie cu bordură largă pentru a vă proteja fața și capul;

• Cereți sfatul medicului de familie, la cel mai mic semn de suferință;

• Creați un ambient care să nu suprasolicite capacitatea de adaptare a organismului;

• 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 perioade de repaus, în locuri umbrite ori ventilate corespunzător.

Intră pe Platforma Națională de Pregătire pentru Situații de Urgență “FII pregătit” și consultă ghidurile aflate la rubrica Fenomene Meteo Extreme. Află cum să reacționezi pe timpul perioadelor caniculare, accesând link-ul de mai jos: [https://fiipregatit.ro/ghid/canicula/](https://l.facebook.com/l.php?u=https%3A%2F%2Ffiipregatit.ro%2Fghid%2Fcanicula%2F%3Ffbclid%3DIwAR09e5PAqpVzxgR2WuSkwlPu2Et30w1KW3wM3Swj9YvAW9vxhafavdtoxCU&h=AT1sJUNPJfrBRcuKIjq22TLGpD6sN5HbQ9E-K7FkkKBmz4lh5LMs_RZwgeG72efeWp-AgSFK62RO9MSxsRkBsO96FWXYAvW9q0djQqkIqMy1RTqOcgGD5nSg1hlPNJfGmauk&__tn__=-UK-R&c%5b0%5d=AT13bvDlWhRmRh225G0jIUNFVhN_VeGDFvBCJSbx7oFPsYDb2PJqeYjRCENstcAeJo9SmTFids4BhKLnXnXFaoRYgTtiRv9clMr7jH2hguNkJaOELt0_oA7hS6JiTL_RPQXjlB8_Ws0efbuiTDnDjhLKAnxY-mJIN-6PiZJ9lC3KXg) COD PORTOCALIU - val de căldură persistent și disconfort termic accentuat .

Măsuri de prevenire la nivelul unităților administrativ-teritoriale (comune, orașe, municipii):

• 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.

• Asigurarea funcționării continue a sistemului centralizat de distribuire a apei şi asigurarea necesarului de apă;

• Luarea de măsuri pentru adaptarea programului serviciilor publice astfel încât deplasarea populației către acestea să se facă în afara intervalelor orare cu temperaturi extrem de ridicate. În mod similar vor fi formulate recomandări pentru modificarea corespunzătoare a programului de lucru al unităților de aprovizionare cu alimente şi prestatoare de servicii;

• Utilizarea panourilor de afișaj din localități pentru formularea de recomandări cu privire la măsurile preventive necesare a fi luate de populație pentru a se proteja pe durata caniculei;

• Informarea organizatorilor de evenimente sportive, culturale, comerciale etc. cu privire la durata şi intensitatea caniculei pentru luarea de măsuri adecvate;

• Aplicarea măsurilor de prevenire a riscului la persoanele vulnerabile, cu asigurarea nevoilor zilnice privind tratamentul, îngrijirea, alimentația de bază;

• Desfășurarea pregătirii pentru organizarea preluării acestora de către entități care asigură îngrijirea la domiciliu; colaborarea cu Crucea Roșie şi voluntari;

• Ridicarea la timp a gunoiului menajer pentru evitarea creării unor focare de infecție;

• Intensificarea acțiunilor cu caracter preventiv și operativ din responsabilitatea serviciilor voluntare pentru situații de urgență.