

**MĂSURI DE PREVENIRE  
PENTRU PERIOADELE CANICULARE  
- POPULAȚIE -**

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, 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);
- ✓ **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 (sucerile carbogazoase) în cantitate mare;
- ✓ **Evitați alimentele cu un conținut ridicat 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 copii/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 se vor alterna perioadele de lucru cu perioadele de repaus**, în locuri umbrite orin ventilate corespunzător.

## **REGULI CE TREBUIE RESPECTATE LA IGIENIZAREA TERENURILOR DE VEGETAȚIA USCATĂ**

În ultimii ani, serviciile profesionale și cele voluntare pentru situații de urgență au fost solicitate și au intervenit pentru înlăturarea și limitarea efectelor a sute de situații de urgență provocate prin arderea miriștilor, vegetației uscate și resturilor menajere, pe teritoriul județului Mureș.

În multe cazuri, cetățenii ard miriștile ori vegetația uscată, fără a asigura supravegherea, fără a lua măsuri de împiedicare a propagării focului la vecinătăți, în condiții de vânt ori amplasând grămezile ce urmează a fi distruse prin ardere în apropierea adăposturilor de animale sau depozitelor de furaje, ceea ce conduce la propagarea focului la gospodăria și anexele acestora.

Nerespectarea măsurilor specifice are consecințe grave asupra comunității prin pierderi de vieți omenești, producerea de pagube materiale și afectarea mediului înconjurător.

Pentru informarea cetățenilor reamintim câteva reguli ce trebuie respectate la igienizarea terenurilor și utilizarea focului deschis:

- În perioadele de caniculă și secetă prelungită sau pe timp de vânt, arderea miriștilor, vegetației uscate și a resturilor vegetale este interzisă.
- Arderea se execută în locuri care nu permit propagarea focului la fondul forestier/construcții și care să nu afecteze rețelele electrice, de comunicații, conductele de transport a gazelor naturale, produsele petroliere ori alte bunuri materiale combustibile, asigurându-se supravegherea permanentă a arderii, precum și stingerea jarului după terminarea activității.
- Vegetația uscată și resturile vegetale se colectează în grămezi, în cantități astfel încât arderea să poată fi controlată.
- Izolarea zonei de ardere față de căi de comunicație, construcții, culturi agricole vecine, instalații, fond forestier prin executarea de fâșii arate.
- Nu se aprinde focul la o distanță mai mică de 50 de metri față de locuințe și anexele acestora, 100 de metri față de depozitele de furaje, 200 de metri față de liziera pădurii.
- Arderea se execută numai pe timp de zi.
- **Arderea miriștii, a vegetației uscate, și a resturilor vegetale se execută numai după obținerea permisului de lucru cu focul.**
- **Emiterea permisului de lucru cu foc se face prin grija primarului de către șeful serviciului voluntar pentru situații de urgență sau persoana desemnată în acest sens.**

În conformitate cu art. 1, alin. 3, lit. r și s, din H.G.R. nr. 537 din 6 iunie 2007 privind stabilirea și sancționarea contravențiilor la normele de prevenire și stingere a incendiilor, **constituie contravenție și se pedepsește cu amendă de la 1.000 lei la 2.500 lei, arderea resturilor vegetale, gunoaielor, deșeurilor și a altor materiale combustibile, fără obținerea permisului de lucru cu foc și fără luarea măsurilor pentru împiedicarea propagării focului la vecinătăți; amenajarea locurilor pentru utilizarea focului deschis în condiții și la distanțe care favorizează propagarea focului la construcții, depozite, culturi agricole, păduri, plantații și alte vecinătăți.**