



Se transmite prin e-mail

**Către,**

***Membrii Comitetului Județean pentru Situații de Urgență  
Comitetele Locale pentru Situații de Urgență***

Vă transmitem alăturat Hotărârea nr.21 a Comitetului Județean pentru Situații de Urgență Gorj din data de 21.07.2022.

Cu deosebită stimă,

**INSPECTOR ȘEF**

**Colonel,**

*Malaciu Augustin*



COJ/T.D.

NESECRET

Pagina 1 din 1

Gorj, Târgu Jiu, strada Calea București, nr.9 J, cod poștal 210146,  
tel. 0253/211212, 0253/211213, 0253/211214, fax 0253/211706www.isugorj.ro ; e-mail: office@isugorj.ro

**MINISTERUL AFACERILOR INTERNE**  
**INSTITUȚIA PREFECTULUI – JUDEȚUL GORJ**  
**COMITETUL PENTRU SITUAȚII DE URGENȚĂ GORJ**  
**INSPECTORATUL PENTRU SITUAȚII DE URGENȚĂ**  
**“LT.COL. DUMITRU PETRESCU” AL JUDEȚULUI GORJ**



Centrul Operațional Județean / Secretariatul Tehnic Permanent

**HOTĂRÂRE NR.21**

adoptată în ședința extraordinară a Comitetului Județean pentru  
Situații de Urgență Gorj din data de 21.07.2022

În temeiul prevederilor art. 22 din Ordonanța de Urgență a Guvernului nr. 21/2004 privind Sistemul Național de Management al Situațiilor de Urgență, aprobată prin Legea nr 15 din 28.02.2015, cu modificările și completările ulterioare, art. 11 din Hotărârea nr. 1491 din 09.09.2004 pentru aprobarea Regulamentului-cadru privind structura organizatorică, atribuțiile, funcționarea și dotarea comitetelor și centrelor operative pentru situații de urgență, precum și Regulamentului privind organizarea, atribuțiile și funcționarea CJSU Gorj aprobat prin Ordinul Prefectului Județului Gorj nr.51 din 24.02.2022,

**Comitetul Județean pentru Situații de Urgență** adoptă prezenta

**HOTĂRÂRE:**

Art.1– Având în vedere atenționările Administrației Naționale de Meteorologie care vizează creșterea regimului de temperatură pentru zilele următoare, cu maxime termice în jurul valorilor de 35/37°C și depășirea pragului critic de confort termic de 80 de unități, se stabilesc următoarele măsuri generale de prevenire a apariției unor situații de urgență precum și pentru limitarea efectelor acestora, necesar a fi aplicate în perioadele caniculare, după cum urmează:

- **amenajarea unor puncte medicale de prim ajutor și de adăpostire a populației, dotate cu apă potabilă care să fie distribuită gratuit;**

*Răspund: Direcția de Sănătate Publică Gorj;*

*Autoritățile administrației publice locale.*

- **adaptarea programului de lucru și limitarea activităților desfășurate în aer liber;**

*Răspund: Autoritățile și instituțiile publice locale;*

*Operatorii economici.*

- **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;**

*Răspunde: Inspectoratul pentru Situații de Urgență „Lt.col. Dumitru Petrescu” al Județului Gorj.*

- **monitorizarea zonelor forestiere și în special a celor frecventate de turiști de către personalul ocoalelor silyce, administratorii sau proprietarii acestora;**

Răspunde: Inspectoratul pentru Situații de Ugență „Lt.col. Dumitru Petrescu” al Județului Gorj, Direcția Silvică Gorj și Garda Forestieră Județeană Mehedinți-Gorj.

- 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;

Răspunde: Inspectoratul pentru Situații de Ugență „Lt.col. Dumitru Petrescu” al Județului Gorj.

- identificarea și monitorizarea persoanelor vulnerabile;

Răspund: Direcția de Sănătate Publică Gorj;

Autoritățile administrației publice locale.

- continuarea aplicării Planului de măsuri pentru atenuarea efectelor temperaturilor ridicate asupra populației din Județul Gorj pentru sezonul estival 2022 nr.3100357 din 21.06.2022;

Răspund: Instituțiile publice și autoritățile administrației publice locale cuprinse în plan.

- asigurarea operativității tuturor mijloacelor din înzestrare, cu accent pe cele utilizate pentru acordarea asistenței medicale de urgență, pentru stingerea incendiilor sau intervenției la accidentele pe căile rutiere sau feroviare.

Răspund: Inspectoratul pentru Situații de Ugență „Lt.col. Dumitru Petrescu” al Județului Gorj, Serviciul de Ambulanță Județean Gorj, Inspectoratul Județean de Poliție Gorj, Direcția de Sănătate Publică Gorj, Secția Drumuri Naționale și Secția „L-5” C.F. Tg-Jiu.

Art.2 – **Recomandările cadru pentru prevenirea incidentelor în timpul perioadelor de temperaturi extreme, conform Anexei nr.3 la adresa Ministerului Sănătății nr.12429 din 20.07.2022**, vor fi transmise prin grija Inspectoratului pentru Situații de Ugență „Lt.col. Dumitru Petrescu” al Județului Gorj către membrii CJSU Gorj și autoritățile administrației publice locale în vederea diseminării acestora către populație.

Documentul supus aprobării, a fost adoptat cu un număr de 35 voturi „Pentru”, 0 voturi „Împotrivă” și 0 „Abțineri”, din totalul de 35 membri prezenți din cei 42 membri ai Comitetului Județean pentru Situații de Urgență Gorj.

Hotărârea va fi distribuită tuturor membrilor Comitetului Județean pentru Situații de Urgență și Comitetelor Locale pentru Situații de Urgență în vederea punerii în aplicare conform competențelor.

**PREȘEDINTELE COMITETULUI JUDEȚEAN  
PENTRU SITUAȚII DE URGENȚĂ GORJ**

**PREȘEDINTE,  
Marcel Petrică IACOBESCU**



Întocmit: Secretariatul Tehnic Permanent al CJSU Gorj

### Anexa 3

#### I. Recomandari cadru pentru prevenirea incidentelor in timpul perioadelor de temperaturi extreme :

##### 1) Recomandari pentru populatia generala

- a) Evitați, pe cât posibil, expunerea prelungită la soare între orele 11 – 18;
- b) Dacă aveți aer condiționat, reglați aparatul astfel încât temperatura să fie cu 5 grade mai mică decât temperatura ambientală;
- c) Ventilatoarele nu trebuie folosite dacă temperatura aerului depășește 32 grade Celsius;
- d) Dacă nu aveți aer condiționat în locuință, la locul de muncă, petreceți 2-3 ore zilnic în spații care beneficiază de aer condiționat (cinematografe, spații publice, magazine);
- e) Purtați pălării de soare, haine lejere și ample, din fibre naturale, de culori deschise;
- f) Pe parcursul zilei faceți dușuri calde, fără a vă șterge de apă;
- g) Beți zilnic între 1,5 – 2 litri de lichide, fără a aștepta să apară senzația de sete. În perioadele de caniculă se recomandă consumul unui pahar de apă (sau echivalentul acestuia) la fiecare 15 – 20 de minute.
- h) Nu consumați alcool (inclusiv bere sau vin) deoarece acesta favorizează deshidratarea și diminuează capacitatea de luptă a organismului împotriva căldurii;
- i) Evitați băuturile cu conținut ridicat de cofeina (cafea, ceai, cola) sau de zahăr (sucuri racoritoare carbogazoase) deoarece acestea sunt diuretice;
- j) Consumați fructe și legume proaspete (pepene galben, roșu, prune, castarveți, roșii) deoarece acestea conțin o mare cantitate de apă;
- k) O doză de iaurt produce aceeași hidratare ca și un pahar de apă;
- l) Evitați activitățile în exterior care necesită un consum mare de energie (sport, gradinarit, etc).
- m) Aveți grijă de persoanele dependente de voi (copii, vârstnici, persoane cu dizabilități) oferindu-le, în mod regulat lichide, chiar dacă nu vi le solicită;
- n) Păstrați contactul permanent cu vecini, rude, cunoștințe care sunt în vârstă sau cu dizabilități, interesându-vă de starea lor de sănătate.

Cum putem să limităm creșterea temperaturii în locuințe:

- Inchideți ferestrele expuse la soare, trageți jaluzelele și/sau draperiile;
- Țineți ferestrele închise pe toată perioada cât temperatura exterioară este superioară celei din locuință.
- Deschideți ferestrele seara târziu, noaptea și dimineața devreme, provocând curenți de aer, pe perioada cât temperatura exterioară este inferioară celei din locuință.

- Stingeți sau scadeți intensitatea luminii artificiale.
- Închideți orice aparat electro-casnic de care nu aveți nevoie.

## 2. Recomandari pentru prevenirea aparitiei de imbolnaviri in randul copiilor

### 2.1 Pentru sugari si copiii mici

- realizarea unui ambient cat mai normal, ferit de cadura, umiditate excesiva si curenti de aer.
- Nu se recomanda introducerea de alimente noi in alimentatia sugarilor
- se va realiza hidratarea corespunzatoare, iar pentru sugari mama va alapta ori de cate ori sugarul solicita
- copilul va fi imbracat lejer, cu hainute din materiale textile si nu va fi scos din casa decat in afara perioadelor caniculare din zi,
- copiii vor primi apa, ceai foarte slab indulcit, fructe proaspete si foarte bine spalate
- mamele care alapteaza trebuie sa se hidrateze corespunzator cu apa, ceai slab indulcit, sucuri naturale. Se va evita in acelasi timp consumul de cafea sau alcool si vor avea grija sa mentina o igiena riguroasa a sanului si evident igiena generala la cel mai mic semn de suferinta al copilului sau mamei, acestia se vor prezenta la medicul de familie care va decide conduita terapeutica
- atentie deosebita se va acorda conditiilor de igiena atat pentru copil cat si pentru mama. Copilul va fi tinut cu hainute sau scutece curate si mama se va ingriji de igiena riguroasa a pielii acestuia. In acest sens copilul va fi imbracat cel putin odata pe zi, si obligatoriu seara la culcare iar in restul timpului i se va face toaleta locala ori de cate ori este nevoie.
- copililor li se vor face dusuri cu apa la temperatura camerei.

### 2.2 Pentru copiii aflati in tabere

- se vor asigura conditiile corespunzatoare de cazare,
- alimentele trebuie sa respecte riguros normele de igiena si sa fie proaspete.
- se va avea grija de hidratarea corespunzatoare a copiilor
- copiii vor fi supravegheati, iar locul de joaca va fi amplasat la umbra, in afara orelor de canicula avand capul protejat de palariute.
- scaldatul, acolo unde e cazul, va fi facut sub absoluta supraveghere a insotitorului.

## 3. Recomandari pentru persoanele varstnice si cu afectiuni cronice

- crearea unui ambient care sa nu suprasolicite capacitatea de adaptare a organismului
- hidratare corespunzatoare cu apa, ceai slab indulcit, sucuri naturale de fructe
- alimentatia va fi predominant din legume si fructe proaspete
- se vor consuma numai alimente proaspete din magazinele care dispun de instalatii frigorifice functionate de pastrare a alimentelor. Se va evita consumul alimentelor usor perisabile
- Se recomanda evitarea consumului de alcool si cafea in timpul caniculei



- f) se va evita circulatia in perioadele de varf ale caniculei, sau daca este absolut necesar se va folosi imbracaminte usoara precum si palarii de protectie pe cap
- g) persoanele care sufera de anumite afectiuni isi vor continua tratamentul conform indicatiilor medicului. Este foarte util ca in aceste perioade, persoanele cu afectiuni cronice, cardio-vasculare, hepatice, renale, pulmonare, de circulatie, mentale sau cu hipertensiune sa consulte medicul curant in vederea adaptarii schemei terapeutice la conditiile existente
- h) mentinerea cu rigurozitate a igienei personale.

4. **Recomandari pentru persoanele care prin natura activitatilor lor depun un efort fizic deosebit**

- a) acestia vor incerca dozarea efortului in functie de perioadele zilei incercand se evite excesul de efort in varfurile de canicula. Daca valorile de caldura sunt foarte mari se va proceda la stoparea activitatii
- b) se va asigura hidratarea corespunzatoare cu apa minerala, apa plata sau apa cu proprietati organoleptice corespunzatoare, ceai slab indulcit, sucuri naturale de fructe facute in casa fara adaus de conservanti
- c) este total contraindicat consumul de cafea si alcool in aceasta perioada.
- d) utilizarea unui echipament corespunzator, din materiale vegetale si echipament pentru protejarea capului de efectele caldurii excesive

#### 5. **Recomandari pentru angajatori :**

5.1. Pentru ameliorarea conditiilor de muncă:

- a) reducerea intensității și ritmului activităților fizice;
- b) asigurarea ventilației la locurile de muncă;
- c) alternarea efortului dinamic cu cel static;
- d) alternarea perioadelor de lucru cu perioadele de repaus în locuri umbrite, cu curenți de aer.

5.2 Pentru menținerea stării de sănătate a angajaților:

- a) asigurarea necesarului de apa potabila, câte 2 - 4 litri/persoană/schimb;
- b) asigurarea echipamentului individual de protecție;
- c) asigurarea de dușuri.

#### II. **Recomandari generale pentru situatiile de cod rosu :**

- reduceti deplasările la cele esențiale
- nu va deplasați între orele 11.00-17.00
- consumați lichide între 2- 4 litri /zi
- nu consumați alcool
- daca faceți tratamente pentru afectiuni cronice, luați-va medicamentele in mod regulat, cu multa apa,
- nu scoateți copii sub 3 ani afara decat înainte de ora 9 dimineata si dupa ora 20.00
- evitați mancarurile grele si mesele copioase
- folositi serviciile medicale spitalcesti sau de urgenta doar in cazuri justificate ; pentru probleme curente de sanatate anuntati telefonic medicul de familie.