

**REGULI DE COMPORTARE ÎN CAZUL**  
**PRODUCERII UNEI SITUAȚII DE**  
**URGENTĂ**

# **REGULI DE COMPORTARE ÎN CAZUL PRODUCERII UNEI SITUAȚII DE URGENȚĂ**

## **RISCURI NATURALE**

### **INUNDAȚII**

#### Producerea inundațiilor

Inundația apare atunci când albia unui râu nu poate prelua toată apa căzută din cer. Apele râurilor mari cresc și scad mai încet decât cele ale râurilor mici. Astfel, într-un bazin hidrografic mic, este posibil ca apele unui râu să crească sau să scadă într-un interval de câteva minute sau câteva ore. În cazul râurilor mari creșterea și descreșterea apelor poate dura mult. În consecință, în cazul râurilor mari, inundațiile pot dura câteva zile, deoarece e nevoie de timp ca toată apa care cade în amonte să se scurgă.

#### Conducerea acțiunilor de intervenție la inundații

Primarul pune în aplicare planul de apărare împotriva inundațiilor și trece la asigurarea mijloacelor tehnice și materiale specifice acestei situații.

#### Procedura de codificare prin culori

Avertizarea hidrologică se emite atunci când se prevede posibilitatea depășirii cotelor de apărare sau posibilitatea producerii altor fenomene hidrologice periculoase (scurgeri importante pe versanți, torenți, văi nepermanente, pâraie), pe baza prognozelor meteorologice.

Alerta hidrologică se emite atunci când se prevede depășirea iminentă a cotelor de apărare și/sau producerea altor fenomene hidrologice periculoase (scurgeri importante pe versanți, torenți, văi nepermanente, pâraie), pe baza prognozelor meteorologice și a stării râurilor.

Pentru marcarea intensității fenomenului de producere de viituri corespunzător unui areal sau unui sector de râu se vor folosi următoarele coduri de culori:

- a) galben: risc de viituri sau creșteri rapide ale nivelului apei, neconducând la pagube semnificative, dar care necesită o vigilență sporită în cazul desfășurării unor activități sezoniere și/sau expuse la inundații;
- b) portocaliu: risc de viituri generatoare de revărsări importante, susceptibile de a avea impact semnificativ asupra vieții colectivităților și siguranței bunurilor și persoanelor;
- c) roșu: risc de viituri majore. Amenințare directă și generalizată asupra siguranței persoanelor și bunurilor.

Codurilor de culori le corespund următoarele semnificații după cum urmează:

- a) galben corespunde situației de atenție
  - Consecințele intrării în situația de atenție sunt:
  - Îndesirea observațiilor și măsurărilor care se fac pentru urmărirea fenomenului și pentru prognoza evoluției sale;

- verificarea construcțiilor cu rol de apărare și urmărirea asigurării condițiilor de scurgere a apelor mari;

- informarea despre posibilitatea producerii unei poluări accidentale.

b) portocaliu corespunde situației de inundație - este caracterizată printr-o evoluție a fenomenelor în direcția în care poate conduce la un anumit pericol (de exemplu: creșterea în continuare a nivelurilor pe cursul de apă, creșterea debitelor infiltrate prin construcțiile hidrotehnice de retenție și a antrenării de materiale din corpul acestora, creșterea intensității precipitațiilor sau a vitezei vântului, poluări accidentale confirmate care necesită intervenții și altele).

Declanșarea stării de alarmă conduce la intrarea în situația operativă a comitetelor pentru situații de urgență. Activitățile desfășurate sunt atât activități menite să stăpânească fenomenul, cât și activități pregătitoare pentru eventualitatea declanșării situației de pericol.

c) roșu corespunde situației de pericol - Situația de pericol este declanșată în momentul în care pericolul devine iminent și este necesară luarea unor măsuri excepționale pentru limitarea efectelor inundațiilor (evacuarea populației, a animalelor, a unor bunuri materiale, măsuri deosebite în exploatarea construcțiilor hidrotehnice cu rol de apărare împotriva inundațiilor, restricții de circulație pe unele drumuri și poduri, precum și pe căile navigabile), precum și pentru combaterea poluărilor accidentale cu efecte grave asupra ecosistemului (modificarea parametrilor de calitate a apei, distrugerea faunei și ihtiofaunei, a mediului înconjurător și altele, sau care depășesc teritoriul de competență).

Avertizările sau alertele hidrologice se reinnoiesc de fiecare dată când situația impune modificarea codului de culoare.

Regulile de bază în caz de inundații

- învață semnalele de alarmare transmise prin sistemul protecției civile;

- ascultă informațiile oficiale și buletinele meteorologice;

- semnalează autorităților locale inundațiile, alunecările de teren și accidentele majore;

- păstrează la îndemână un stoc de provizii pentru câteva zile;

- la evacuare, ia cu tine alimente pentru a le folosi pe drum.

Cum apare viitura. Viitura este provocată de un aport de apă (ploaie torențială, furtună, topirea zăpezii) asupra unui râu. Viiturile apar atunci când toate apele afluate unui râu primesc apă în exces. Într-o albie ce are deja un volum de apă curgătoare, viitura împinge apa existentă, astfel că valul principal este o apă curată, urmată de apă tulbure încărcată cu pietre, sol, vegetație. În albiile seci, efectul este mai mare,

pentru că acestea permit viiturii să atingă viteze mari. După viitură, nivelul apei scade, cu excepția cazurilor când debitul ploii crește. La râurile mari, revenirea apei la debitul normal poate dura zile sau săptămâni. În cazul unor succesiuni de precipitații, vor apărea mai multe valuri de viitură.

Reguli în caz de viitură. Dacă ești în apropierea apei, înainte de viitură vei simți un curent de aer neobisnuit. Încearcă să ajungi pe un loc cât mai ridicat,

pentru evitarea pe cât posibil a impactului cu viitura. Nu fugi prin apă și nu înota, pentru că riscul de hipotermie crește prin udarea completă a corpului. Dacă ai rămas izolat cu un grup, poziția optimă de așteptare este în doi, așezați și grupați spate în spate pentru a reduce pierderile de căldură. Economisește lumina și hrana și pune repere pentru a urmări evoluția nivelului apelor. Nu uita că cei prinși de viitură în locuri izolate nu au murit niciodată de frig sau de foame, ci întotdeauna pentru că au încercat să înfrunte apele furioase. Singura salvare în acest caz este echipa de salvare care vine după retragerea apelor.

#### Reguli pentru cetățeni în caz de inundații

În caz de surprindere. Adu în casă sau pune culcate la pământ într-un loc sigur mobil de curte, unelte de grădină sau alte obiecte care se pot fi suflate de vânt sau luate de apă. Blochează ferestrele astfel încât ele să nu fie sparte de vânturi puternice, apă, obiecte care plutesc sau aluviuni.

Evacuează animalele și bunurile de valoare în locuri de refugiu cunoscute. Încuie ușile casei și ferestrele după ce închizi apa, gazele și instalațiile electrice. Dacă inundația este iminentă. Mută obiectele care se pot mișca în partea cea mai de sus a casei. Deconectează aparatele, părăsește locuința și mergi spre etaje superioare, acoperisuri, înălțimi.

Dacă se dispune de evacuarea. Respectă ordinea de evacuare stabilită: copii, bătrâni, bolnavi și în primul rând din zonele cele mai periclitate. Înainte de părăsirea locuinței întrerupe alimentarea cu apă, gaze, energie electrică și închide ferestrele. Scoate animalele din gospodărie și dirijează-le către locurile care oferă protecție. Ia cu tine documentele personale, alimente, apă, trusa sanitară, un mijloc de iluminat, un radio. După sosirea la locul de refugiu, comportă-te cu calm, ocupă locurile stabilite, supraveghează copiii, respectă măsurile stabilite. La reîntoarcerea acasă. Nu intra în locuință în cazul în care aceasta a fost avariată sau a devenit insalubră. Nu atinge firele electrice. Nu consuma decât apă fiartă. Consumă alimente numai după ce au fost curățate, fierte și după caz, controlate de organele sanitare. Nu folosi instalațiile de apă, gaze, electricitate decât cu aprobare. Acordă ajutor victimelor inundațiilor. Execută lucrări de înlăturare a urmărilor inundației, curățirea locuinței și mobilierului, dezinfectarea încăperilor, repararea avariilor.

Prevenirea bolilor. Prin vaccinare împotriva febrei tifoide și a hepatitei A, dezinfectarea cu var cloros a fântânilor, caselor și beciurilor în care a bălțit apa. Consumul apei se va face la 30 de minute de la fierbere. Se păstrează igiena corporală, se evită expunerea prelungită la frig, se anunță la telefon 112 simptomele de febră, dureri de burtă, stare de vomă.

Boli grave post inundații. Leptospiroza, boală cauzată de un grup de microorganisme ce o duc bine în sol umed și apă caldă, dar rezistă și la temperaturi joase păstrându-se până la un an în gheață. În apa bazinelor deschise pot rezista 10 – 20 zile, în urină – câteva săptămâni, în produse alimentare – câteva zile. Leptospirele nu rezistă la uscăciune și temperaturi înalte și sunt sensibile la acțiunea razelor solare. Substanțele dezinfectante (cloramina, clorura

de var, fenolul) distrug usor leptospirele, care sunt, de asemenea, sensibile la antibiotice. Sursele principale animale sunt bovinele și porcinele, dar circulația leptospirelor este menținută de sobolani. Transmiterea bolii de la animale la om se face ușor, pe diferite căi: la îngrijirea animalelor, la contactul cu urina animalelor bolnave, sau pe cale alimentară cu produse contaminate de rozătoare. Simptome: frisoane, febră, slăbiciune generală, insomnie, greață, vomă, dureri lombare. Toți bolnavii de leptospiroză trebuie spitalizați.

## **FENOMENE METEOROLOGICE PERICULOASE**

Procedura de codificare prin culori.

Atenționările și avertizările meteorologice constau într-un mesaj de tip text, însoțit de o hartă la nivel național, cu menționarea regiunilor/județelor ce urmează să fie posibil afectate, cu precizarea intensității fenomenului pentru fiecare regiune/județ, precum și a intervalului de prognoză.

Fenomenele meteorologice ce intră sub incidența acestui cod sunt:

- a) vânt puternic (cu intensificări);
- b) ploi importante cantitativ;
- c) ninsori abundente și polei;
- d) descărcări electrice frecvente;
- e) caniculă (valori de temperatură egale sau mai mari de 35 grade C);
- f) ger (valori de temperatură sub -10 grade C).

Procedura de codificare prin culori reprezintă varianta simplificată de transmitere a atenționărilor și/sau avertizărilor meteorologice astfel:

- Codul verde nu indică nicio precauție particulară pentru perioada imediat următoare, dar nu implică o vreme frumoasă sau neapariția în următoarele zile a unor fenomene meteorologice periculoase ce pot perturba diverse activități.

- Codul galben se va folosi pentru fenomene meteorologice temporare periculoase pentru anumite activități, dar altfel obișnuite pentru perioada respectivă sau zona specificată. Se recomandă urmărirea periodică a evoluției fenomenelor meteorologice pentru detalii cu privire la intensitatea fenomenelor în zilele următoare.

- Codul portocaliu se aplică acelor fenomene meteorologice prevăzute a fi periculoase, cu un grad de intensitate mare.

- Codul roșu se aplică acelor fenomene meteorologice prevăzute a fi periculoase, cu un grad de intensitate foarte mare și cu efecte dezastruoase.

- Codul galben este similar unei atenționări meteorologice.

- Codul portocaliu și codul roșu vor fi similare unei avertizări meteorologice, iar buletinele meteorologice emise de două ori pe zi (dimineața și la prânz) explicitează fenomenele atmosferice de la codurile portocaliu și roșu, precizând evoluția fenomenelor specificate, acoperirea spațială a acestora, intensitatea și durata lor.

## **FURTUNI**

Consecințele (efectele) posibile ale mesajelor de avertizare în cazul vântului puternic pot fi următoarele:

### 1. Cod portocaliu:

- a) întreruperi ale curentului electric și ale legăturilor de comunicații pe durate relativ importante;
- b) acoperisurile și cosurile caselor pot fi avariate;
- c) se pot rupe ramuri, crengi de copaci;
- d) circulația rutieră poate fi perturbată, îndeosebi pe rutele secundare și în zonele forestiere;
- e) funcționarea infrastructurii zonelor de schi și transport pe cablu poate fi perturbată.

### 2. Cod roșu:

- a) avertizare de furtună foarte puternică;
- b) întreruperile de electricitate și de comunicații pot fi de lungă durată;
- c) se pot aștepta pagube numeroase și importante pentru locuințe, parcuri și zone agricole;
- d) zonele împădurite pot fi puternic afectate;
- e) circulația rutieră poate deveni foarte dificilă pe zone extinse;
- f) transportul aerian, feroviar și maritim poate fi serios perturbat;
- g) funcționarea infrastructurii zonelor de schi și transport pe cablu poate fi complet perturbată.

Furtunile sunt fenomene rezultate din miscarea rapidă și puternică, cu forțe distrugătoare și de lungă durată a aerului. După pagubele pricinuite, pot fi comparate cu cutremurul de pământ. Furtuna distruge clădiri durabile, demolează construcțiile ușoare, stâlpii de înaltă tensiune sau de comunicații, rupe și smulge din rădăcini copacii, scufundă vase, deteriorează magistral auto, căi ferate.

### Reguli pentru cetățeni în caz de furtună

Deconectează energie electrică. Adună membrii familiei acasă. Închide bine ușile, geamurile, orificiile pentru ventilare. Geamurile mari pot fi protejate cu scânduri. De pe acoperis, balcoane, logii, ia obiectele ce pot fi luate de vânt. Uneltele din gospodărie trebuie duse în încăperi. Stinge focul în sobe. Ține în ordine beciurile, subsolurile pentru a fi folosite în caz de necesitate. Când furtuna a început, stai în clădire, aten t să n u te rănesti cu cio huri d e sticlă. Nu se recomandă iesitul în stradă imediat după ce a încetat vântul, deoarece o rafală se poate repeta.

În caz de surprindere. Dacă vijelia te-a găsit în loc deschis, nu fugi, mai bine e să te adăpostesti întrun saț, groapă, orice adâncitură, lipit de pământ, cu mâinile acoperind capul. Nu ceda în fața panicii, acționează constient, reține pe alții de la fapte disperate. Furtuna poate fi însoțită de fulgere, ploaie, grindină. Nu te apropia de obiectele metalice, de stâlpii de tensiune, de paratrăsnete. Pe loc deschis, dacă stai culcat, fulgerul poate trece peste picioare și vei rămâne în viață.

Poziția în picioare e cu mult mai periculoasă. Stai departe de copacii izolați, dar nici nu te depărta mult de ei.

Fulgerul nu lovește des, nu nimereste repetat în același loc și de obicei atinge obiectul cel mai înalt sau cel mai masiv.

## **PLOI IMPORTANTE CANTITATIV**

Reguli pentru cetățeni în caz de ploi însemnate cantitativ.

Ploile însemnate cantitativ, de regulă, preced inundațiile. Dacă ești surprins de ploi importante cantitativ, adăposteste-te, evită udarea hainelor. Caută locuri de adăpostire ce pot oferi pe cât posibil posibilități de încălzire și de uscarea hainelor dacă acestea s-au udat. Evită pe cât posibil locurile de adăpostire situate în zone joase sau în apropierea cursurilor de apă, în caz de inundații acestea pot fi inundate. Dacă poziția adăpostului este izolată încearcă să comunici locul unde te găsești.

Pregătește-te pentru o eventuală inundație. Ploile pot fi însoțite de fulgere și grindină – în acest caz aplică regulile specifice prezentate pentru aceste cazuri.

Consecințele (efectele) posibile ale mesajelor de avertizare în cazul ploilor importante cantitativ pot fi următoarele:

### **1. Cod portocaliu:**

- a) se prevăd precipitații intense ce pot afecta activitățile socio-economice;
- b) sunt posibile inundații importante în zone cu risc ridicat de inundație, în bazinele hidrografice ale zonelor respective;
- c) se pot produce cantități importante de precipitații în timp scurt, ce pot local provoca viituri pe râurile mici și scurgeri pe versanți;
- d) risc de deversare a rețelelor de canalizare;
- e) condițiile de circulație rutieră pot deveni dificile pe drumurile secundare și se pot produce perturbări ale transportului feroviar;
- f) se pot produce întreruperi ale alimentării cu energie electrică.

### **2. Cod roșu:**

- a) se anticipează precipitații foarte intense ce pot afecta activitățile socioeconomice pe o durată de câteva zile;
- b) sunt posibile inundații deosebit de importante, inclusiv în zonele cu risc scăzut de inundații și în bazinele hidrografice ale zonelor respective;
- c) se pot produce acumulări foarte importante de precipitații pe intervale scurte de timp, ce pot provoca local viituri rapide pe râurile mici și scurgeri pe versanți;
- d) condițiile de circulație rutieră pot deveni foarte dificile;
- e) risc ridicat de deversare a rețelei de canalizare;
- f) se pot produce întreruperi de durată ale alimentării cu energie electrică.

## **DESCĂRCĂRILE ELECTRICE**

Reguli în caz de descărcări electrice

Încearcă să te adăpostești pe cât posibil în construcții solide, evită să te adăpostești sub pomi sau copaci, în apropierea rețelelor de utilități sau a

elementelor metalice. Atenție fenomenele sunt de regulă previzibile și se produc în mare parte asociate cu ploi. Dacă semnele vremii prevestesc ploi importante sau de intensitate mare părăsește locurile deschise. Dacă te găsești într-o încăpere, întrerupe energia electrică, ascultă pe cât posibil mesajele transmise folosind un aparat de radio portabil. Pregătește-te pentru un eventual incendiu, acesta se poate produce mai ales dacă încăperea nu este prevăzută cu instalații de protecție împotriva descărcărilor electrice.

Consecințele (efectele) posibile ale mesajelor de avertizare în cazul descărcărilor electrice pot fi următoarele:

1. Cod portocaliu:

- a) furtunile intense însoțite de descărcări electrice pot provoca local pagube importante;
- b) locuințele subrede și instalațiile improvizate pot suferi pagube importante;
- c) în situații de furtuni asociate cu descărcări electrice, subsolurile și punctele joase ale locuințelor pot fi inundate rapid;
- d) trăsnetele neînsoțite de precipitații pot provoca incendii de pădure.

2. Cod roșu:

- a) fenomenele electrice numeroase și foarte violente pot provoca local pagube importante;
- b) pericolul este maxim pentru locuințe, parcuri, zone agricole și plantații (pomi fructiferi, viță de vie etc.);
- c) zonele forestiere pot suferi local pagube foarte importante și pot izbucni incendii spontane ca urmare a trăsnetelor frecvente;
- d) locuințele subrede și instalațiile improvizate pot fi puse în real pericol și pot fi ușor distruse;
- e) în situații de furtuni asociate cu descărcări electrice, subsolurile și punctele joase ale locuințelor pot fi inundate rapid în zonele râurilor mici și mijlocii.

## **GERUL**

Gerul, de regulă are caracter aparte privind măsurile de protecție, în sensul că acest gen de situație de urgență, cu rare excepții, se formează în perioadele de iarnă, este mai accentuat pe timpul nopții sau în zonele cu altitudine mare și există posibilitatea de a lua unele măsuri, astfel încât mare parte din efectele acestora să fie reduse.

În aceste împrejurări se recomandă tuturor cetățenilor aflați în zonă să se informeze permanent asupra condițiilor meteorologice și să rămână în locuințe, asigurându-se necesarul de hrană, apă, combustibil pentru încălzit, iluminat și eventual lopată dacă sunt premise și de producere a ninsorilor.

Evitați orice fel de călătorie dacă nu este absolut necesară.

Consecințele (efectele) posibile ale mesajelor de avertizare în cazul gerului pot fi următoarele:

1. Cod portocaliu:



- a) gerul (frigul puternic) poate pune în pericol persoanele vulnerabile sau izolate, mai ales persoanele în vârstă, cele cu handicap, cele care suferă de boli cardiovasculare, respiratorii, endocrine sau de diferite patologii oculare, persoanele care au probleme ale sistemului nervos sau sindromul Raynaud;
- b) este necesară o supraveghere specială a copiilor;
- c) în cazuri cu sensibilitate ridicată la ger (zona buzelor și a mâinilor), trebuie consultat un farmacist;
- d) unele tipuri de medicamente pot avea contraindicații de a fi luate în caz de frig puternic și este necesar să se consulte medicul;
- e) sportivii și unele persoane care lucrează în aer liber trebuie să acorde atenție sporită hipotermiei și agravării simptomelor preexistente.

## 2. Cod roșu:

- a) orice persoană este amenințată, chiar și persoanele cu o stare de sănătate bună;
- b) pericolul este mai mare și poate fi major pentru persoanele vulnerabile sau izolate, mai ales pentru cele în vârstă, cele cu handicap, cele care suferă de boli cardiovasculare, respiratorii, endocrine sau de diferite patologii oculare, persoanele care au probleme ale sistemului nervos sau sindromul Raynaud;
- c) este necesară o supraveghere specială a copiilor;
- d) în cazuri de sensibilitate ridicată la ger (zona buzelor și a mâinilor), trebuie consultat de urgență un farmacist;
- e) unele tipuri de medicamente pot avea contraindicații de a fi luate în caz de frig puternic și, în consecință, este necesar să se ceară sfatul medicului;
- f) sportivii și persoanele care lucrează în aer liber trebuie să acorde atenție sporită hipotermiei și agravării simptomelor preexistente, astfel frisoanele și amorțirea extremităților constituie semne de alarmă.

Reguli pentru cetățeni, pe timp de ger când sunt surprinși în afara locuinței  
Interesați-vă de starea drumurilor, luați îmbrăcăminte groasă, călătoriți numai ziua și folosiți soselele principale. Luați-vă măsuri pentru asigurarea combustibilului necesar încălzirii și a rezervei de apă. În cazul acestor fenomene poate să apară esecul utilităților publice (energie electrică, gaze naturale, apă). Nu fiți cutezători și temerari; opriți, întoarceți-vă sau cereți ajutor.

Dacă sunt premise și de producere a ninsorilor aplicați măsurile specifice în acest caz.

Pentru conducerea intervenției în caz de îngheț, ger se desfășoară următoarele acțiuni: recunoașterea locului și estimarea urmărilor; organizarea dispozitivului de acțiune și repartizarea formațiunilor și mijloacelor pe puncte de lucru; stabilirea căilor de acces și asigurarea legăturilor între diferite formațiuni și punctele de lucru, stabilirea legăturilor, organizarea corectă a lucrărilor de salvare și evacuare a acestora, asigurarea protecției împotriva degerăturilor, înghețului. Organizați operațiunile, folosind personalul în ture cu durată scurtă de acțiune, dacă situația concretă permite, sistați operațiunile. Se va evita pe cât posibil contactul persoanelor cu apa sau zăpada.

## CANICULA

Consecințele (efectele) posibile ale mesajelor de avertizare în cazul caniculei pot fi următoarele:

### 1. Cod portocaliu:

- a) creșterea temperaturii poate pune în pericol persoanele în vârstă, persoanele cu handicap, persoanele care suferă de maladii cronice sau tulburări mentale, persoanele care iau medicamente cu regularitate, precum și persoanele izolate;
- b) atenție suplimentară pentru sportivi și copii, dar și pentru persoanele care lucrează în aer liber.

### 2. Cod roșu:

- a) sunt afectate toate persoanele, chiar și cele cu o stare de sănătate bună;
- b) creșterea temperaturii poate pune în mare pericol persoanele în vârstă, persoanele cu handicap, persoanele care suferă de maladii cronice sau tulburări mentale, persoanele care iau medicamente cu regularitate, precum și persoanele izolate;
- c) atenție maximă pentru sportivi și copii, dar și pentru persoanele care lucrează în aer liber.

### Reguli pentru cetățeni pe timpul caniculei

Temperaturile de vară își fac simțită prezența și în locuințele noastre, unde adesea ajungem să ne petrecem timpul, în lipsa concediului sau în căutarea unui loc umbros, care să ne scape de caniculă.

Tocmai din această cauză, redecorarea căminului pe timp de vară este necesară. Elimină piesele de mobilier de dimensiuni mari din camerele de zi.

Pe durata lunilor caniculare, cuverturile închise la culoare se înlocuiesc cu cearsafuri albe, al căror aspect relaxează. Trage draperiile în camerele expuse soarelui. Menține ferestrele închise atât timp cât temperatura exterioară este mai mare decât cea din interior (până la lăsarea serii): Deschide-le noaptea, provocând curenți de aer. Nu ezita să faci dusuri dese. Dacă stai la bloc, la ultimul etaj, acoperă-ți ferestrele. Dacă nu se mai face ventilație, lasă ferestrele deschise, dar pune în geamuri cearsafuri umede care să rețină aerul uscat și căldura.

O temperatură optimă la serviciu stimulează lucrul, crește eficiența. Senzația de bună stare fiziologică apare atunci când diferența dintre temperatura aerului și cea a suprafeței încăperii nu depășește 2 – 3°C. Temperatura aerului recomandată pentru munca intelectuală în poziția sezând este de 21 – 23°C, iar pentru munca usoară în poziția sezând este de 19 – 21°C. În stabilirea temperaturii optime trebuie să se ia în calcul și mișcarea și umiditatea aerului. Mișcarea aerului trebuie să fie mai mică de 0,2 m/s; în cazul lucrărilor delicate care cer o imobilitate prelungită a corpului, nu trebuie să depășească 0,1 m/s. În încăperile încălzite umiditatea relativă a aerului să fie cuprinsă între 50 și 70 %. Dacă acestea nu se păstrează, apar efecte negative.

Protecția persoanelor angajate pe vreme caniculară a fost reglementată din anul 2000, prin O.U.G. nr.99, iar amenziile pe care le riscă angajatorii pentru nerespectarea legii sunt de 15 – 25 milioane de lei. Astfel, dacă în două zile

consecutive se înregistrează temperaturi ale aerului care depășesc 37°C sau care, corelate cu umiditatea, pot fi echivalate la 37°C, angajatorii sunt obligați să ia următoarele măsuri:

A. Pentru ameliorarea condițiilor 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

B. Pentru menținerea stării de sănătate a angajaților:

- a) asigurarea apei minerale, câte 2 – 4 litri/persoană/schimb
- b) asigurarea echipamentului individual de protecție
- c) asigurarea de dusuri
- d) asigurarea transportului la o unitate sanitară a celor afectați

Angajatorii care nu pot asigura aceste condiții sunt obligați să ia, în acord cu sindicatele, una din următoarele măsuri:

- reducerea duratei zilei de lucru;
- esalonarea zilei de lucru până la ora 11.00 și după ora 17.00;
- întreruperea colectivă a lucrului.

Angajatorii au două variante pentru a recupera timpul nelucrat și a stabili modalitățile de plată:

A) prin recuperarea în următoarele 6 luni a timpului de muncă nelucrat, cu menținerea drepturilor salariale avute anterior;

B) fără recuperarea timpului de muncă nelucrat, cu acordarea drepturilor salariale proporțional cu timpul efectiv lucrat.

Dacă seful îți ignoră aceste drepturi, adu-i aminte de ele, sau sună la Inspectoratul Teritorial de Muncă Dâmbovița.

Din cauza temperaturilor ridicate, produsele alimentare se alterează mult mai rapid. Asadar, procură alimente din locuri autorizate, care dispun de condiții tehnice și sanitare pentru comercializare, în scopul evitării maladiilor în cauză. Pe lângă aceasta, toate fructele și legumele ar trebui spălate în două ape înainte de a fi consumate. Din categoria produselor cu grad sporit de alterare fac parte carnea și produsele din carne, laptele și produsele lactate, peștele și produsele marine, torturile, prăjiturile. Cele mai periculoase rămân ciupercile. Medicii interzic consumul ciupercilor culese din parcuri, în preajma gropilor de gunoi, de pe marginea șoselelor și căilor ferate, deoarece acestea au acumulat substanțe toxice. Înainte de preparare, ciupercile trebuie fierte în două – trei ape, timp de cel puțin 15 minute. Un alt produs periculos este înghețata, când are aspect neomogen, granulat, este neuniform colorată sau parțial dezghețată.

Produsele alimentare proaspete (lapte, produse lactate, carne și preparate din carne, pește etc.) se alterează rapid și se pot contamina ușor cu microorganisme, dacă nu sunt manipulate corect și păstrate în condiții speciale. Cumpără produse alimentare perisabile numai în limita strictului necesar și consumă-le rapid. Imediat după achiziționare, produsele alimentare proaspete

trebuie depozitate în frigider sau congelator până în momentul consumului. Nu recongela un produs care a fost dezghețat în vederea preparării sau care s-a decongelat accidental. Nu lăsa produsele alimentare proaspete expuse decât în timpul necesar porționării sau preparării lor. Evită achiziționarea borcanelor cu capacul neetans! Deschide conservele numai în momentul utilizării. Ceea ce nu s-a consumat, trebuie pus imediat la rece și consumat, de preferință, în aceeași zi.

Datorită temperaturilor de peste 32 de grade, se produce o creștere corespunzătoare a transpirației, care are rol de regulator termic și care împiedică astfel supraîncălzirea corpului. O dată cu apa, organismul pierde și săruri minerale (mai ales pe cele solubile), antrenând astfel multe consecințe negative: astenia fizică, perturbări ale proceselor metabolice, creșterea simptomatologiei bolilor cronice. Pentru evitarea unor asemenea neplăceri se impun măsuri de înlocuire a pierderilor provocate de transpirație, a pierderilor de apă, săruri minerale și vitamine, pentru refacerea condițiilor normale de funcționare a organismului. Acest lucru poate fi realizat prin consumarea în medie a doi litri de lichide de zi, care nu vor fi băute prea reci (se elimină înainte de a hidrata organismul). În afară de lichidele propriu-zise, se vor consuma cât mai multe fructe și legume, datorită pe de o parte a rezervelor de apă, săruri minerale și vitamine pe care le conțin, cât și datorită faptului că în organism ele cedează apă sub formă de efect retard, asigurând în mod constant și pe termen lung lichidul. Expunerea la soare, mai ales la ora prânzului, considerată oră de vârf, trebuie evitată pe cât posibil.

Dacă, totuși, ieșiți, câteva mijloace de protecție sunt binevenite: pălării, umbrele, ochelari de soare, îmbrăcăminte subțire, în culori deschise. Consumul zilnic de lichide trebuie crescut la cel puțin patru litri pe zi, iar alimentația să fie cât mai săracă în grăsimi. Eforturile fizice, în perioada zilei în care temperatura atinge valorile maxime, activitatea din agricultură, șantiere de construcții, hale industriale, sunt recomandate a se desfășura dimineața și seara. Evitarea excesului de cafea și a consumului de băuturi în comun sau din încăperi neclimatizate trebuie pe cât posibil evitate. Copiii nu trebuie lăsați să aștepte perioade lungi în interiorul autovehiculelor parcate la soare, de asemenea, trebuie evitate transporturile pe distanțe lungi în vehicule fără posibilități de climatizare. Și persoanele vârstnice, în special cele cu afecțiuni cardiace și respiratorii, vor evita deplasările și frecventarea locurilor aglomerate, care le pot dăuna sănătății.

#### Bolile specifice caniculei

Boala diareică acută (BDA) – se manifestă prin apariția unor fenomene ca febra, crampele abdominale, greața, vărsăturile alimentare urmate de emiterea scaunelor apoase. Profilaxia bolii diareice acute este la îndemâna oricui: spălarea mâinilor cu apă și săpun înaintea meselor și ori de câte ori este nevoie, precum și prepararea și menținerea alimentelor în condiții igienice.

Hepatita acută virală A (boala mâinilor murdare) – are o perioadă de incubație mult mai lungă, de până la 60 de zile. Perioada de vară reprezintă momentul propice infectării cu virusul hepatitei A, cu atât mai mult cu cât aceasta

este o boală a copilăriei, cei mici fiind mai puțin supravegheați și mai tentați de consumul fructelor nespălate

Răcelile de vară – au o incidență deloc de neglijat și sunt favorizate de variațiile de temperatură și umezeală. Alimentația fără vitamine și consumul exagerat de alcool conduc la scăderea rezistenței organismului, cu apariția inițial a unei viroze respiratorii ce se poate complica cu pneumonie sau afecțiuni respiratorii grave

Dizenteria – ca și hepatita, este o boală a mâinilor murdare, datorându-se condițiilor de trai în care nu se respectă regulile de igienă. Apare atât în mediul rural, cât și în cel urban, afectează toate grupele de vârstă putând reveni la aceeași persoană de mai multe ori în decursul vieții. Simptome: dureri abdominale însoțite de febră, scaune frecvente, modificate și în cantitate mică, sub forma de mucus, puroi și sânge. Tratamentul constă în sterilizarea tractului intestinal, adică îndepărtarea microbilor prezenți în intestine. Medicii recomandă respectarea regulilor de igienă, testarea apei din fântâni și prezentarea la medic la apariția oricărui semn de boală diareică

Indigestiile stomacale – au, de multe ori, ca principală cauză consumul de legume insuficient coapte, cel de produse lactate păstrate la temperatura camerei sau de carne de pasăre preparate insuficient. E bine să ai la tine un medicament anti-diareic, să bei suficientă apă plată și ceaiuri pentru a evita deshidratarea. Factori potențiali de risc sunt și apa de robinet sau cuburile de gheață.

Câteva zile de regim sunt obligatorii

Arsurile solare – apar la 4 – 5 ore după expunere, însă pielea începe să se bronzeze cu adevărat abia după 2 – 3 zile, bronzul fiind și el o modalitate de apărare a pielii. Sunt binevenite dusurile dese și nu foarte reci. Se recomandă relaxarea într-o cameră răcoroasă și întunecoasă. În cazurile mai grave este indicat să te adresezi medicului. Insolăția apare atunci când te expui pentru o perioadă îndelungată la călduri puternice. Apare astfel riscul unei deshidratări severe, agravarea unei maladii cronice sau un atac de căldură. Simptome: crampe musculare la nivelul brațelor, picioarelor sau stomacului; oboseală, stare de rău, insomnii neobisnuite. Tratamentul insolăției constă în ridicarea capului, înfășurarea capului cu servetele umede și reci, consumul de lichide și retragerea într-o cameră răcoroasă. Persoanele cu părul închis la culoare au un risc mai mare de a face insolăție.

Dacă te resimți în urma expunerii la soare încetează activitatea fizică și odihnește-te într-un loc rece bând multă apă sau sucuri de fructe

Ochelarii împotriva radiațiilor solare – alesi la întâmplare, fără un consult medical în prealabil, poate duce în timp la afecțiuni grave ale globului ocular și chiar la miopie. Drumul ce este parcurs de o persoană care are nevoie de ochelari de vedere nu este de cele mai multe ori corect, întrucât nu puțini sunt cei care cumpără ochelari de la comercianții ambulanți. Afecțiuni grave precum arsuri ale globului ocular, pot fi provocate și de ochelarii de soare de o calitate proastă care în loc de lentile speciale cu protecție împotriva razelor solare sunt prevăzuți cu un

simplu geam colorat. În aceste condiții, din cauza purtării ochelarilor de soare pot apărea dureri de cap, amețeli, înrosirea ochilor și chiar lăcrimare. Ochelarii închisi la culoare nu sunt recomandați pentru că pot da dependență

## ÎNZĂPEZIRI

Consecințele (efectele) posibile ale mesajelor de avertizare în cazul fenomenelor de ninsori abundente și polei pot fi următoarele:

### 1. Cod portocaliu:

- a) sunt așteptate căderi de zăpadă sau depuneri de polei în cantități importante pentru regiunea respectivă;
- b) circulația poate deveni rapid foarte dificilă în întreaga rețea, dar mai ales în sectorul forestier, unde arborii dezrădăcinați pot accentua dificultățile semnalate;
- c) riscurile de accidente sunt mari;
- d) unele distrugerii pot afecta rețelele de electricitate și de telefonie.

### 2. Cod roșu:

- a) sunt așteptate căderi importante de zăpadă sau depuneri masive de polei, ce pot afecta grav activitățile umane și viața economică;
- b) circulația riscă să devină rapid impracticabilă în întreaga rețea (rutieră, feroviară și maritimă);
- 486
- c) distrugerii importante pot afecta rețelele de electricitate și de telefonie, timp de mai multe zile;
- d) există posibilitatea producerii de perturbări foarte grave ale transportului aerian și feroviar.

### Reguli în caz de înzăpezire

Înzăpezirile, de regulă au caracter aparte privind măsurile de protecție, în sensul că acest gen de situație de urgență, cu rare excepții, se formează într-un timp mai îndelungat și există posibilitatea de a lua unele măsuri, astfel încât mare parte din efectele acestora să fie reduse.

În aceste împrejurări se recomandă tuturor cetățenilor aflați în zonă să se informeze permanent

asupra condițiilor meteorologice și să rămână în locuințe, asigurându-se necesarul de hrană, apă, combustibil pentru încălzit, iluminat, lopată etc.

Evitați orice fel de călătorie dacă nu este absolut necesară.

Dacă înzăpezirea are loc în afara locuinței. Interesați-vă de starea drumurilor, luați îmbrăcăminte groasă, călătoriți numai ziua și folosiți soselele principale.

Nu fiți cutezători și temerari; opriți, întoarceți-vă sau cereți ajutor.

Dacă călătoriți cu mașina asigurați-o cu lanțuri pentru zăpadă, lopată, răzuitoare, cablu de remorcare, combustibil de rezervă și asigurați-vă că stie cineva încotro plecați.

Cei aflați în mijloacele de transport să nu-și părăsească locul pentru că este pericol de rătăcire. Dați alarma cu claxoanele, aprindeți focuri și așteptați ajutoare.

Încercați să scoateți autovehiculul de pe partea carosabilă pentru a evita blocajele și a facilita intervenția mijloacelor de dezăpezire.

Conducerea intervenției în caz de înzăpeziri

Se desfășoară următoarele acțiuni: recunoașterea locului și estimarea urmărilor; organizarea dispozitivului de acțiune și repartizarea formațiunilor și mijloacelor pe puncte de lucru; stabilirea căilor de acces și asigurarea legăturilor între diferite formațiuni și punctele de lucru, stabilirea legăturilor cu cei surprinși de înzăpezire, organizarea corectă a lucrărilor de salvare și evacuare a acestora, asigurarea protecției împotriva degerăturilor, înghețului.

## **ALUNECĂRILE DE TEREN / CUTREMURELE**

Ce sunt alunecările de teren. Alunecările de teren sunt evenimente de multe ori previzibile, de exemplu după precipitații intense, în zone predispuse la aceste fenomene și au evoluție progresivă, astfel încât desfășurarea lor se realizează într-un anumit interval de timp suficient pentru realizarea unor măsuri de protecție.

Atunci când începerea alunecării de teren poate fi semnalată, autoritățile publice locale împreună cu Comitetul local informează instituțiile și populația din zona respectivă asupra pericolului creat și acțiunilor de alarmare când alunecarea de pământ este iminentă, o dată cu urmărirea evoluției fenomenelor în zonă.

Semnele alunecării de teren

Fisuri (crăpături) pe pământ, pe asfalt, în pereții clădirilor, copaci înclinați, stâlpi și garduri strămutate din loc, dispariția bruscă a apei din fântâni și izvoare, scârțâitul elementelor de construcție ale caselor, starea alarmată a păsărilor și a animalelor.

Reguli pentru cetățeni în caz de alunecare de teren. Ieși imediat din casă pe un teren drept. Înstiințează și vecinii, ajută pe cei ce au nevoie. Apelează la serviciile specializate (poliție, pompieri, salvarea). Ia măsuri pentru securitatea oamenilor și păstrarea bunurilor materiale.

Reguli de pregătire antiseismică, protecție, comportare și acțiune a populației în caz de cutremur și/sau alunecări de teren

a) Cunostințe despre clădirile și spațiile în care locuim sau lucrăm, privind:

- evenimentele seismice precedente și acțiunile lor asupra clădirii
- aplicarea măsurilor și acțiunilor de evitare a distrugerilor parțiale sau totale asupra clădirilor în cazul declansării unui cutremur puternic și anume pentru:
- executarea tuturor lucrărilor de întreținere și reparații curente pentru a menține caracteristicile de rezistență pe întreaga durată de exploatare/serviciu a clădirii;

- constientizarea riscurilor la care s-ar expune dacă ar efectua modificări la clădire fără un aviz privind proiectul intervenției și autorizațiile legale din partea unui expert; toate modificările efectuate se înscriu în cartea tehnică a construcției;
- efectuarea unei expertize tehnice asupra clădirii, de către un expert autorizat sau de către un institut specializat conform prevederilor legale;
- executarea lucrărilor de consolidare, refacere și reparații atât la clădire cât și la instalațiile aferente clădirii: apă, gaze, încălzire, electricitate, canalizare etc. numai pe baza raportului de expertiză și a proiectelor autorizate;
- respectarea unor principii simple și sigure pentru execuția de clădiri rezistente în localități rurale, respectiv a cerințelor legale privind calitatea construcțiilor în zone urbane, precum și luarea măsurilor privind reabilitarea clădirilor în conformitate cu normele actuale;
- interzicerea intervenției asupra structurii clădirii - ex. lărgirea unor camere, mutarea pereților, practicarea de goluri, supraetajarea, săparea de pivnițe sau garaje etc. -, fără a avea un proiect întocmit de un specialist atestat pentru astfel de lucrări și toate autorizațiile necesare, deoarece altfel, se pot declanșa, cu sau fără seisme, procese de degradare rapidă sau chiar bruscă a clădirii, care pot periclita viața;
- întocmirea proiectelor de consolidare și execuția acestora precum și recepția lucrărilor în conformitate cu prevederile Legii nr. 10/1995 privind calitatea în construcții, cu modificările ulterioare și ale regulamentelor în vigoare;
- cunoașterea de către asociațiile de proprietari/locatari ale clădirilor multietajate - tip bloc -, a modului în care firmele cu sediul în apartamente respectă măsurile de protecție antiseismică, precum și pe cele de prevenire a unor incendii, explozii, deversări de materiale combustibile, toxice și chimice. În aceste spații se interzice depozitarea de materiale pe planșee, peste sarcina pentru care au fost proiectate. Dacă firma este în locuința personală cu 1 - 2 niveluri, se vor aplica toate măsurile de protecție pentru a nu afecta clădirile învecinate în cazul producerii unui cutremur, alunecare de teren, prin declansarea de explozii, incendii etc.;
- interzicerea depozitării de materiale combustibile, explozive, substanțe toxice etc. în clădiri de locuit; amplasarea și fixarea obiectelor grele se va face după consultarea unui specialist;
- fixarea antenelor de satelit de elementele structurale ale clădirii pentru ca în cazul unui cutremur să se evite căderea lor și producerea de accidente;
- cunoașterea măsurilor necesare prevenirii și stingerii incendiilor și aplicarea lor de către proprietarii, administratorii, locatarii din clădirile de tip bloc;
- cunoașterea planului subsolului clădirii tip bloc și a rețelelor de conducte din subsolul clădirii, precum și cunoașterea locurilor de amplasare a robinetilor și vanelor de închidere a diferitelor utilități pe diferite ramificații;
- cunoașterea și verificarea periodică a tavanelor, podului, acoperisului, balcoanelor, corniselor, calcanelor, cosurilor, terasei și învelitorii blocului/casei, astfel ca în cazul unui cutremur să se evite



căderea cărămizilor, placajelor, tencuielilor, ornamentelor, țiglelor, olanelor, jardinerelor, în zona intrărilor, aleilor înconjurătoare, străzilor sau la vecini. Se va proceda similar la elementele ce ar putea să cadă dinspre clădirea învecinată, inclusiv pentru îmbinarea cu blocul alăturat sau gardurile de zid ale vecinilor;

- consultarea unui expert autorizat la cumpărarea sau închirierea unei locuințe sau sediu de firmă, asupra evaluării rezistenței antiseismice conform normativelor tehnice în vigoare, în vederea evitării expunerii la un potențial risc.

#### b) Protecția antiseismică în interiorul locuinței sau locului de muncă

Măsurile de pregătire a locului de muncă sau locuinței pentru prevenirea distrugerilor provocate de efectele unui seism:

- evitarea aglomerării spațiilor de la locul de muncă sau din locuință cu piese de mobilier sau aparatură instabile la seism și amplasate în vecinătatea locurilor în care se aglomerează de obicei familia, sau în spațiul de lucru;

- asigurarea pieselor de mobilier grele, zvelte, suprapuse și înalte, între ele și prin prindere de un perete, grindă solidă în locurile unde se aglomerează de obicei persoane la locul de muncă sau în familie;

- amplasarea echipamentelor tehnice și aparatelor casnice mai grele sau a celor pe roți – de exemplu: copiatoare, calculatoare mari, mașini de spălat, frigider etc., astfel încât să nu se afle în vecinătatea ieșirilor din încăperi sau apartament spre a nu bloca prin deplasarea lor accesul în cazul unui seism;

- fixarea aparatelor în așa fel încât racordurile să nu sufere deteriorări în caz de cutremur;

- amplasarea obiectelor fragile și valoroase într-un loc mai jos și sigur;

- amplasarea vaselor cu chimicale, combustibili în dulapuri în care să nu se poată răsturna, în încăperi în care nu se locuiește și nu există pericolul de contaminare și de incendiu;

- asigurarea usilor dulapurilor cu închizători eficiente la oscilații, astfel încât deplasarea veselei depozitate să nu producă accidente;

- procurarea în locuință a cel puțin unui extingtor și amplasarea acestuia într-un loc cunoscut și accesibil în orice moment, lângă sursele potențiale de incendiu; învățați utilizarea acestuia;

- reținerea locului de amplasare a comutatoarelor, siguranțelor, robinetelor generale și locale pentru apă, gaze și electricitate și a modului lor de manevrare, astfel încât, la nevoie, după seism, să puteți

lua măsurile minime de intervenție de urgență - închidere/deschidere;

- păstrarea la îndemână o unei truse de scule adecvate.

Dacă locuiți într-o clădire multifamilială tip bloc, informați-vă personal sau prin administrația asociației despre îndeplinirea obligațiilor legale privind:

- evaluarea rezistenței antiseismice actuale a structurii clădirii;

- reparațiile și consolidările necesare;

- proiectarea și executarea lucrărilor necesare;

- asigurarea pentru daune seismice, forme și taxe necesare.

Rețineți în memoria dvs. particularitățile localității, cartierului și împrejurimile locuinței dvs., ale drumului pe care vă deplasați zilnic la serviciu, școală sau cumpărături, având în vedere eventualele pericole descrise mai jos:

- căderea unor elemente de construcție nestructurale: tencuielii, cărămizi etc.;
- spargerea și căderea unor geamuri, în special la clădirile înalte;
- căderea unor obiecte, mobilier etc.;
- căderea unor stâlpi și linii electrice;
- incendii rezultând din scurtcircuite electrice, conducte de gaz rupte, răsturnarea unor instalații de încălzire etc.;
- alunecări de teren, avalanse în zona muntoasă, lichefierea unor terenuri nisipoase.

Obisnuiți-vă să vă protejați și când vă aflați într-o altă situație: în concediu, în delegație, la spectacole, în vizită etc.

Discutați cu toți membrii familiei, vecinii sau colegii un plan despre ce ați face fiecare în caz de cutremur și faceți periodic repetiții.

c) Reguli de comportare rațională, individuale și de grup: loc de muncă, familie, pe stradă, în timpul producerii seismului

1. Păstrați-vă calmul, nu intrați în panică, liniștiți-i și pe ceilalți, protejați copiii, bătrânii și femeile. Nu vă speriați de zgomotele din jur.

2. Preveniți tendințele de a părăsi camera sau locuința, deoarece faza seismică inițială are o durată redusă, astfel încât tocmai faza puternică a mișcării seismice vă poate surprinde pe scări, holuri, paliere, în aglomerație și panică, conducând la accidente grave, nedorite.

Atenție! Scările sunt elemente de construcții foarte sensibile la deplasările diferențiate ale etajelor și, chiar dacă ar rezista, deplasarea persoanelor pe scări sub efectul oscilației seismice este extrem de periculoasă. Chiar dacă iese de la etajele inferioare sau dintr-o locuință parter ar fi în principiu posibilă și fezabilă în scurt timp, în special pentru persoane tinere, afară sunt multe alte riscuri: calcane și cosuri de fum, parapete, ornamente, vitraje etc.

3. Rămâneți în încăperea sau locuință, departe de ferestre care se pot sparge și vă pot accidenta, protejați-vă sub o grindă, toc de ușă solid, sub un birou sau masă care sunt suficient de rezistente spre a vă feri de căderea unor obiecte, mobile suprapuse, lămpi, tencuieli ornamentale etc. În lipsa unor astfel de posibilități vă puteți proteja stând la podea lângă un perete solid, pe genunchi și coate, cu fața în jos iar cu palmele împreunate vă veți proteja capul, ceafa, iar cu antebrațele pe lateral capul. Această recomandare implică o cunoaștere prealabilă a acelor elemente de construcție rezistente, prin consultarea unui specialist atestat.

4. Dacă este posibil, închideți sursele de foc cât puteți mai repede iar dacă a luat foc ceva interveniți imediat după ce a trecut socul puternic.

5. Nu fugiți pe ușă, nu săriți pe fereastră, nu alergați pe scări, nu utilizați liftul, evitați aglomerația, îmbulzeala, iar dacă este posibil deschideți ușa locuinței

spre exterior, spre a preveni blocarea acesteia, în vederea evacuării după terminarea mișcării seismice.

6. Nu alergați în stradă.

7. Dacă vă aflați în afara unei clădiri, deplasați-vă cât mai departe de clădire, feriți-vă de tencuieli, cărămizi, cosuri, parapete, cornise, geamuri, ornamente care de obicei se pot prăbusi în stradă. Nu fugiți pe stradă, deplasați-vă calm spre un loc deschis și sigur.

8. Acordați prim ajutor persoanelor rănite.

9. În cazul în care sunteți surprinși de căderea unor tencuieli sau obiecte de mobilier răsturnate, căutați să vă protejați capul și membrele sau să vă asigurați supraviețuirea; ulterior veți căuta să alarmați prin diferite metode vecinii cât și echipele de salvare-intervenție de prezența dvs.

d) Comportarea după producerea unui cutremur:

1. Nu părăsiți imediat spațiul, camera, apartamentul, clădirea în care v-a surprins seismul. Acordați mai întâi primul ajutor celor afectați de seism. Calmați persoanele intrate în panică sau speriate, în special copiii de vârstă mai fragedă.

2. Ajutați pe cei răniți sau prinși sub mobilier, obiecte sau elemente usoare de construcții, să se degajeze. Nu mișcați răniții grav - dacă nu sunt în pericol imediat de a fi răniți suplimentar din alte cauze - până la acordarea unui ajutor sanitar-medical calificat.

3. Îngrijiți-vă de siguranța copiilor, bolnavilor, bătrânilor, asigurându-le îmbrăcăminte și încălțăminte corespunzătoare sezonului în care s-a declansat seismul, în vederea unei eventuale evacuări din locuință sau clădire pentru o perioadă anume, de la câteva ore la câteva zile.

4. Nu utilizați telefonul decât pentru apeluri la salvare, pompieri sau de către organismul cu însărcinări oficiale în privința intervenției post-dezastru, în cazuri justificate, spre a nu bloca circuitele telefonice.

5. Dacă s-a declansat un incendiu, căutați să-l stingeți prin forțe proprii.

6. Verificați preliminar starea instalațiilor electrice, gaze, apă, canal, verificați vizual starea construcției în interior. În cazul constatării de avarii, închideți alimentarea locală sau generală și anunțați unitatea pentru intervenție. Nu folosiți foc deschis.

7. Părăsiți cu calm clădirea, fără a lua cu dvs. lucruri inutile, dar verificați mai întâi scara și drumul spre ieșire spre a nu vă expune la pericole.

8. Pentru orice eventualitate, preveniți rănirea provocată de căderea unor tencuieli, cărămizi etc. la ieșirea din clădire utilizând o cască de protecție sau în lipsa acesteia un scaun/taburet ori alt obiect protector: geantă, ghiozdan, cărți groase etc.

9. Dacă la ieșire întâlniți uși blocate, acționați fără panică pentru deblocare. Dacă nu reușiți, iar acestea au vitraje, procedați cu calm la spargerea geamului și curățirea ramei și a zonei de cioburi, utilizând un scaun, o vază etc. Dacă se constată că în ascensor sunt persoane blocate, liniștiți-le, mai întâi, după care solicitați concursul persoanelor autorizate.

10. Evitați clădirile grav avariate, cu excepția unor cazuri de ajutor sau salvare, măsuri ce trebuie întreprinse cu un minimum de măsuri de securitate și fără riscuri inutile. Evitați să fiți confundat cu răufăcătorii pătrunși în astfel de clădiri, nu aglomerați fără rost zonele calamitate.

11. Ajutați echipele de intervenție pentru ajutor sau salvare.

12. Ascultați numai anunțurile posturilor de radioteleviziune naționale și recomandările de acțiune imediată ale organelor în drept.

13. Fiți pregătiți psihic și fizic pentru eventualitatea unor socuri ulterioare primei mișcări seismice - așa numitele replici - fără a intra în panică. Nu dați crezare zvonurilor care apar frecvent imediat după seisme, chiar dacă aparent sunt vehiculate de așa-zisi specialiști!

14. La evacuare dați prioritate celor răniți sau copiilor, bătrânilor, femeilor și ascultați întocmai recomandările salvatorilor.

15. Experiența cutremurelor precedente a dovedit că este util să aveți cunoștințe necesare supraviețuirii până la intervenția echipelor de salvare în cazul unei situații extreme în care, de exemplu, ați fi surprinși sub niste dărâmături, mobilier răsturnat sau într-o cameră, incintă, ascensor etc. blocată, prin înțepenirea usilor sau din alte cauze.

16. În primul rând trebuie să fiți calmi, să îi liniștiți pe cei soți, să nu permiteți reacții de panică, să acordați primul-ajutor celor răniți iar dacă dumneavoastră sau altă persoană din grup are posibilitatea de mișcare să faceți un mic plan de salvare. Deblocarea căii de acces se poate încerca numai dacă prin aceasta nu se înrăutățește situația - de exemplu prin mișcarea dărâmăturilor sau a mobilierului.

O variantă clasică de comunicare cu cei din afară, este să bateți la intervale regulate cu un obiect tare în conducte învecinate sau în pereții incintei, iar dacă ați stabilit contactul verbal, furnizați informațiile cerute și cereți primul ajutor necesar. Inspectoratul județean/local pentru Situații de Urgență va concentra personal specializat și aparate de ascultare ca să identifice locurile cu persoane blocate.

Nu vă preocupați de durata timpului scurs până la salvare, deoarece în astfel de condiții, deși timpul pare nesfârșit, corpul uman își mobilizează resurse nebănuite pentru a trece peste o perioadă critică. În acest mod se explică durate extreme de rezistență de sute de ore în condiții de blocare la cutremur a unor persoane aparent fragile, înregistrate în țara noastră în 1977 și în mod similar în întreaga lume.

e) Măsuri de verificare a stării clădirii, locuinței:

- Dați concursul dvs. organizațiilor de intervenție post-seismică pentru analiza stării construcțiilor,

precum și pentru celelalte activități întreprinse de organele în drept.

- Verificați mai întâi afară și apoi cu precauții și în interior starea locuinței, a clădirii pentru a vedea avariile. După primele observații proprii, este bine să vă adresați unui specialist-expert autorizat în construcții pe care îl cunoașteți din

timp, sau cu care aveți o înțelegere sau un contract pentru astfel de situații - în cazul instituțiilor sau firmelor.

Dacă starea structurii construcției prezintă avarii evidente iar echipele autorizate nu au sosit încă, solicitați instituțiilor abilitate evaluarea de către specialiști a stării post-seismice a structurii clădirii și consolidărilor, cu concursul asociației de proprietari sau locatari.

- În cazul în care clădirea în care locuiți este într-o stare de avariere a structurii evaluată de specialiștii abilitați legal ca fiind grav afectată de cutremur, va trebui să respectați dispozițiile legale și să vă adaptați la condițiile de sinistru. În acest sens organele administrației publice locale vor lua măsurile de relocare.

- Dacă ați contractat o asigurare la o societate de profil, informați-vă cum trebuie să procedați pentru înregistrarea în termen legal a daunelor complete produse de cutremur, în vederea solicitării despăgubirilor.

f) Măsuri de revenire în normal a activității umane din zona afectată de cutremur

După producerea unui cutremur cu urmări deosebite, autoritățile publice locale împreună cu organismele abilitate vor lua măsurile necesare revenirii la normal a activităților umane din zona sinistruată sau calamităată.

Autoritățile publice locale vor întocmi pe baza investigațiilor și a expertizelor tehnice listele de priorități ale clădirilor afectate pentru execuția intervențiilor/consolidărilor și reabilitării construcțiilor de locuit.

În acest sens investitorii, proprietarii și/sau administratorii clădirilor de locuit vor participa la îndeplinirea măsurilor de investigare a clădirilor de locuit pentru a cunoaște situația acestora după dezastru, vor solicita efectuarea de expertize tehnice asupra clădirilor afectate, și elaborarea de proiecte de intervenție/consolidare la clădirile avariate de cutremur, conform legislației în vigoare.

g) Reguli de comportare în cazul alunecărilor de teren

Informarea și alarmarea asupra alunecării de teren se realizează de către autoritățile publice locale și de comitetul local și județean cu mijloacele specifice acestor tipuri de acțiuni. La recepționarea informării sau a unor semnale despre începerea alunecării terenului, în zona care ar putea fi afectată se vor lua următoarele măsuri:

- Pregătirea evacuării persoanelor, instituțiilor și bunurilor potrivit planurilor de evacuare pregătite anticipat.

- Deconectarea, de către reprezentanții autorizați - în caz de necesitate - a clădirilor de la sistemul de alimentare cu energie electrică, gaze, apă, încălzire, canalizare etc. pentru a limita eventualele efecte negative.

- Sprijinirea formațiilor de intervenție ale comitetului local sau județean în acțiunile de oprire, diminuare sau de deviere a alunecării de teren cu scopul de protejare a persoanelor și construcțiilor, pentru micșorarea efectelor distructive ale alunecării de teren.

- Desfășurarea acțiunilor sub conducerea comitetului local sau județean; vor fi luate în considerare numai sursele oficiale locale și recomandările organelor în drept, evitându-se informațiile bazate pe zvonuri.

La recepționarea semnalului de alarmare în cazul alunecărilor de teren, care înseamnă că pericolul alunecării de teren nu poate fi evitat, se vor lua următoarele măsuri:

- Evacuarea persoanelor și bunurilor materiale în locurile desemnate în planurile de evacuare, fără a lua lucruri inutile și păstrând calmul.

- Respectarea regulilor de conviețuire în locurile sigure în care Comitetul județean/local, împreună cu autoritățile locale cât și Societatea de Cruce Roșie vor lua măsurile necesare adăpostirii și desfășurării vieții.

După stabilizarea alunecării de teren organele abilitate vor face o analiză a avariilor și distrugerilor provocate la construcții și bunuri. În funcție de avarii se vor lua măsuri de începere a lucrărilor de reparații și consolidări iar în cazurile de distrugeri se vor lua măsuri de construire de noi clădiri pe alte amplasamente, autorizate. După caz se vor face demersurile necesare pentru obținerea despăgubirilor prin sistemul de asigurări pentru pagubele produse de către alunecările de teren.

## **RISCURI TEHNOLOGICE**

### **ACCIDENTUL CHIMIC**

Accidentul chimic reprezintă o eliberare necontrolată în mediul înconjurător a unor substanțe toxice industriale la concentrații mai mari decât concentrațiile maxim admise, punând astfel în pericol sănătatea populației.

Accidentul chimic este un eveniment imprevizibil!

Zonele de acțiune a norului toxic este spațiul în care substanța toxică industrială s-a răspândit în mediu și în care își manifestă acțiunea vătămătoare, ca urmare a unui accident chimic, se numește focar chimic.

Zona letală este considerată zona de acțiune a norului toxic în care concentrația substanței toxice (concentrația de intoxicare) poate produce moartea unei persoane într-un timp de cel mult 15 minute, prin inhalare.

Zona de intoxicare este considerată zona de acțiune a norului toxic în care concentrația substanței toxice (concentrația de intoxicare) poate produce intoxicarea organismului timp de 1-15 minute, fiind necesar tratamentul medical (limita de suportabilitate).

Date ce trebuie cunoscute de cetățeni

- care este unitatea sursă de pericol chimic;
- tipul de substanță toxică industrială pe care îl deține;
- caracteristicile și modul de acțiune al substanței toxice;
- zona de risc în care v-ați putea afla;
- măsurile de protecție specifice zonei;
- locul în care se asigură protecția prin adăpostire sau izolare;
- locurile de dispunere și itinerarele de evacuare temporară;

## Reguli pentru cetățeni în caz de accident chimic

Apărarea în caz de accident chimic se referă la un ansamblu de măsuri care se realizează în mod unitar și continuu și se împarte în acțiuni:

- pre-dezastru
- în timpul dezastrului
- post-dezastru

### Faza de Pre-Dezastru

Informați-vă asupra sursei de risc, substanțele toxice industriale folosite, zonele de pericol !

Participați la exerciții, procurați-vă materiale cu reguli de comportare și acțiune în caz de dezastru și însușiți-vi-le

Evitați amplasarea locuințelor în apropierea unor instalații cu procese de risc

Procurați-vă materiale de etansare

Asigurați-vă mijloace de protecție individuală speciale sau improvizate

Pregătiți-vă o rezervă permanentă de apă și alimente

Procurați-vă un radioreceptor cu baterii

### Faza de Dezastru

- Urmați întocmai anunțurile făcute prin intermediul mass - mediei sau prin semnalele de alarmare
- Anunțați-vă vecinii și prietenii despre pericolul chimic (de preferință prin telefon)
- Adăpostiți-vă în locul stabilit și etansați toate intrările și ieșirile pentru a evita pătrunderea agentului toxic! Dacă adăpostirea se face în propria casă sau apartament, etansați toate ușile și ferestrele și rămâneți într-o cameră cu cât mai puține uși și ferestre
- Închideți toate instalațiile cu pericol (gaze, apă, curent electric)
- Opriți toate ventilatoarele și instalațiile de aer condiționat
- Țineți la îndemână mijloacele de protecție respiratorie și folosiți-le dacă este cazul
- Asigurați-vă că aveți acces la rezerva de apă și alimente și că nu sunt afectate de accidentul chimic
- Țineți radioreceptorul deschis și fiți atenți la anunțurile care se fac
- Nu părăsiți locul de adăpostire până nu se anunță că acest lucru este posibil

### Dacă sunteți surprins în afara locuinței:

- Nu intrați în panică, de cele mai multe ori în cazul accidentelor chimice victimele din rândul populației civile au apărut ca urmare a panicii
- Acoperiți-vă căile respiratorii superioare cu o batistă și îndreptați-vă spre cel mai apropiat adăpost
- Respectați restricțiile de circulație și acces
- Evitați deplasarea pe direcția vântului, deplasați-vă perpendicular pe direcția lui

### Faza Post-Dezastru:

- Nu părăsiți adăpostul sau locuința chiar dacă pericolul a trecut, riscați să încurcați intervenția forțelor specializate

- Ascultați cu atenție mesajele către populație transmise prin mass -media
- Verificați dacă vecinii și prietenii au probleme, în cazul în care există probleme acordați-le primul ajutor și chemați ambulanța
- Respectați restricțiile de circulație și consum
- Reveniți la activitățile cotidiene, remediind eventualele pagube
- Rețineți învățămintele trase din aceste situații și pregătiți-vă continuu pentru a putea face față unor alte eventuale asemenea evenimente

Reguli pentru cetățeni în caz de accident de transport în care sunt implicate substanțe periculoase. Accidentul de transport în care sunt implicate substanțe periculoase ce pot genera efecte grave asupra sănătății populației, integrității bunurilor materiale, precum și calității factorilor de mediu este un eveniment imprevizibil

La producerea unui astfel de accident, cetățenii trebuie să urmeze întocmai indicațiile autorităților competente și forțelor de intervenție abilitate sosite la locul accidentului .

Până la sosirea autorităților se execută următoarele:

1. Se anunță telefonic pompierii, poliția, salvarea despre accidentul petrecut, comunicându-se:

- timpul și locul producerii accidentului
- tipul mijlocului de transport
- situația accidentului (fisură în rezervor, răsturnare, împrăștiere substanțe, incendiu, nor toxic, etc.);
- persoane și bunuri aflate în pericol
- numele și prenumele, precum și modalitatea de contact a persoanei care a oferit informațiile de mai sus.

2. Dacă există victime în urma accidentului, acestea se vor scoate din zona de pericol și li se va acorda primul ajutor. Atenție: În cazul în care nu cunoașteți procedurile de acordare a primului ajutor, solicitați de urgență prezența personalului abilitat

3. În cazul în care se observă răspândirea substanțelor din mijlocul de transport (rezervor, cisternă, butoaie, saci, etc.) nu se va folosi sub nici o formă flacăra deschisă (brichete, fumat, scânteii, flacăra)

4. În cazul în care se observă apariția unei flăcări deschise se va încerca stingerea de urgență a acesteia cu mijlocul de stins incendii din dotarea autovehiculelor

5. Dacă nu s-a putut opri incendiul în faza incipientă, părăsiți de urgență zona pe o rază de 100 m, și așteptați sosirea pompierilor.

6. Nu vă apropiați de locul accidentului doar din curiozitate! puteți să deveniți ușor victimă și în plus încurcați acțiunile de intervenție!

7. Respectați întocmai instrucțiunile primite de la autorități!

## **POLUĂRI ACCIDENTALE**



Poluările accidentale sunt accidente majore de mediu care se produc în toate structurile acestuia și din motive foarte complexe. Analiza acestora presupune o clasificare a lor în funcție de mediul poluat(aer, apă, sol), produsul poluant și cauzele producerii fenomenului. În toate cazurile urmările acestor accidente de mediu sunt importante sub aspect social, ecologic și economic. La fel de importante sunt preocupările omului, ale societății, și mai ales ale specialistilor din domeniu, pentru prevenirea lor și pentru intervențiile imediate în vederea reducerii și eliminării pagubelor produse.

Poluările accidentale pot fi:

- poluări accidentale produse din cauze tehnologice și neglijente umane;
- poluări accidentale ale localităților și terenurilor, cu produse petroliere, prin spargerea conductelor de transport a acestor produse;
- poluări accidentale datorate accidentelor de circulație;
- poluări accidentale cauzate de factori naturali;
- poluări accidentale ale cursurilor de ape.

În toate situațiile de poluări accidentale, populația din zonele afectate va acționa pentru anunțarea de urgență a autorităților locale, autorității teritoriale de mediu și autorității teritoriale de protecție civilă!

### **MUNIȚII NEEXPLODATE**

Munițiile, sub denumirea generală de muniții sunt incluse următoarele :

- Cartusele de toate tipurile;
- Proiectilele;
- Bombele;
- Torpilele;
- Minele;
- Petardele;
- Grenadele;
- Orice elemente cu substanțe explozive.

Obligațiile cetățenilor pentru prevenirea accidentelor în cazul descoperirii de muniții neexplodate

- a) să anunțe de urgență organele de poliție, autoritățile administrației publice locale sau inspectoratul județean pentru situații de urgență despre descoperirea de muniții neexplodate ;
- b) să nu miste de pe loc munițiile descoperite neexplodate ;
- c) să nu introducă în clădiri, încăperi sau locuințe muniții descoperite neexplodate;
- d) să nu desfacă sau să predea la agenții economici specializați muniții neexplodate pentru valorificarea ca deseuri metalice;
- e) să nu folosească munițiile descoperite pentru improvizarea diferitelor scule sau ornamente;
- f) să nu lovească, să taie sau să demonteze munițiile neexplodate;

- g) să nu aprindă focul deschis în apropierea munițiilor descoperite neexplodate sau să le introducă în foc;
- h) să nu se joace cu muniții descoperite neexplodate ;
- i) să respecte regulile și măsurile stabilite pentru zonele cu risc la descoperirea de muniții neexplodate.

De reținut: muniția neexplodată nu este muniția care nu explodează. Neutralizarea și distrugerea munițiilor se execută de specialiști pirotehnici care au pregătirea și dotarea cu aparatură specială pentru această misiune periculoasă.

## **RISURI BIOLOGICE**

### **EPIDEMII**

Epidemia reprezintă extinderea unei boli contagioase într-un timp scurt, prin contaminare, la un număr mare de persoane dintr-o localitate, regiune etc. și care determină perturbarea activităților economice și sociale. Termenul de epidemie poate fi aplicat oricărei creșteri semnificative a numărului de îmbolnăviri pentru o anumită boală, nefiind aplicat doar pentru răbufnirile bruste de boală.

#### Măsurile antiepidemice

Prevenirea și combaterea efectelor provocate în rândul populației (îmbolnăvirilor) se realizează prin măsuri cu caracter antiepidemic, care urmăresc înlăturarea :

- Surselor de infecție: oameni sau animale bolnave;
- Căilor de transmitere a infecției: aerul, apa, alimentele, insectele și rozătoarele (vectori), obiectele contaminate.

Măsurile care se întreprind față de sursa de infecție constau în:

- Respectarea de către populație a obligațiilor ce le revin în cadrul stării de carantină
- Sprijinirea activităților de depistare și izolare a bolnavilor cu semne de boală infecto-contagioasă și sesizarea organelor sanitare
- Respectarea măsurilor de izolare și supraveghere a celor ce au venit în contact cu bolnavii infectați

Măsurile care se întreprind împotriva transmiterii infecției constau în:

- Protejarea căilor respiratorii, a pielii și mucoaselor, cu ajutorul mijloacelor speciale sau simple de protecție individuală;
- Ermetizarea usilor și ferestrelor la locuințe;
- Evitarea consumării apelor din surse necontrolate de organele sanitare. Până la avizarea calității apei, se va bea apă fiartă și răcită sau apă îmbuteliată;
- Executarea indicațiilor organelor sanitare privind dezinfectia surselor de apă potabilă (fântânilor);
- Respectarea indicațiilor organelor sanitare privind consumarea legumelor, fructelor, produselor de origine animală;
- Asigurarea colectării și evacuării în mod igienic a gunoiului menajer;

- Executarea indicațiilor organelor sanitare privind autocontrolul preventiv al corpului și îmbrăcăminte, distrugerea insectelor și a rozătoarelor din locuințe (loc de muncă), magazii etc.;
- Vaccinările profilactice și tratamentele pentru creșterea imunității.

## **EPIZOOTII**

Epizootia reprezintă răspândirea în masă și pe teritorii mari a unei boli contagioase la animale domestice și/sau sălbatice.

Bolile caracteristice epizootiilor sunt:

- pesta ovină
- pesta porcină
- pleuro-pneumonia contagioasă a rumegătoarelor mari
- bruceloza

Măsurile anti-epizootice pentru prevenirea și/sau limitarea epizootiilor, proprietarii, deținătorii sau îngrijitorii de animale sunt obligați:

- să aplice măsurile veterinare pentru prevenirea bolilor animalelor, precum și pentru controlul și eradicarea acestora în teritoriu
- să aplice cerințele de zooigenă, de adăpostire, îngrijire, de reproducție și utilizare rațională a animalelor, precum și măsurile suplimentare stabilite de autoritățile veterinare în aceste domenii
- să anunțe fără întârziere autoritățile veterinare locale și administrația publică locală despre apariția oricărei suspiciuni sau îmbolnăviri a animalelor
- până la sosirea medicului veterinar să izoleze animalele bolnave, moarte, ucise ori tăiate
- să nu consume carnea sau alte produse provenite de la animale bolnave
- să nu comercializeze carnea sau alte produse și subproduse provenite de la animale bolnave, fără aprobarea autorității veterinare locale
- să respecte măsurile impuse în zona de carantină
- să accepte sacrificarea animalelor bolnave

### **Răspândirea gripei aviare**

Virusuri gripale aviare pot fi luați din focare active de gripă aviară, dar și de la păsări cu forme discrete de boală sau chiar aparent sănătoase. În primul caz vorbim de epidemii și de focare de gripă aviară, în al doilea doar de infecții cu virusuri gripale. Dintre păsările domestice, gripa aviară a fost semnalată cel mai frecvent la curcă, rață, găscă, potârniche, fazani și găină. Între speciile de păsări sălbatice, trebuie menționate păsările acvatică, pescărușii, rândunelele de mare, păsările migratoare.

Sursele de infecție primare sunt reprezentate de păsările bolnave, de cel trecute prin boală ca și de cele purtătoare și eliminatoare de virus prin secreții oculare – nazale și prin fecale.

Măsuri de precauție ce pot fi luate

Să nu-ți mai lasi libere păsările, dar și animalele care pot intra în contact cu ele: vite, cai și porci.

Toate păsările de curte trebuie ținute închise, iar copiii nu trebuie să se joace cu ele. Nu atinge păsările care par bolnave sau păsările moarte. Anunță medicii veterinari din zonă orice caz de boală semnalată la păsări, dar și la alte animale. Nu consuma carne de pasăre care nu provine de la un crescător autorizat, pentru că numai în marile ferme de păsări există șansa de garantare a măsurilor de biosecuritate. Evită locurile și suprafețele contaminate cu fecale sau secreții de păsări. La fel ca la alte boli infecțioase, una dintre cele mai importante măsuri preventive este spălarea frecventă și cu grijă a mâinilor. Evită automedicația.

Pregătirea carnii depinde de unde ai carnea de pasăre pe care o pregătești. Dacă nu ai dubii asupra sursei, se aplică regulile obișnuite. Virusurile gripale sunt distruse prin căldură așa că dacă vrei să fii precaut, toate produsele provenite de la păsări, inclusiv ouăle și sângele ar trebui preparate termic la mai mult de 70 de grade. Nu consuma produse din păsări incomplet prelucrate termic. Separă carnea crudă de cea prelucrată termic sau de alimentele gata de consumat. Nu folosi același cuțit sau instrument de tăiat pentru a pregăti carnea crudă și alimentele preparate. Spală-te pe mâini între manipularea alimentelor crude și a celor prelucrate termic. Nu pune carnea pe aceeași farfurie pe care a fost așezată înainte de a fi prelucrată. Spală ouăle cu apă cu săpun. Gălbenusurile de ouă nu trebuie să fie lichide sau să se prelingă. Nu folosi ouă fierte moi sau crude în alimente care nu vor fi prelucrate termic.

Acțiunea în focarul de gripă aviară

În cazul unui focar se aplică: tăierea sau uciderea integrală a păsărilor în efectivul afectat, ecarisarea carcaselor și a produselor provenite de la acestea, curățirea, dezinfecția. Repopularea se face după cel puțin 21 de zile.