

Măsuri anti-caniculă:

Puncte de prim - ajutor și distribuție a apei potabile în județul Argeș

Având în vedere temperaturile foarte ridicate din aceste zile, Crucea Roșie – Filiala Argeș a demarat o acțiune de informare a populației cu privire la măsurile ce trebuie luate în perioada de caniculă. Astfel, voluntarii de la Crucea Roșie au oferit argeșenilor, prin intermediul unor pliante, o serie sfaturi practice în caz de caniculă.



Având în vedere temperaturile foarte ridicate din aceste zile, Crucea Roșie – Filiala Argeș a demarat o acțiune de informare a populației cu privire la măsurile ce trebuie luate în perioada de caniculă. Astfel, voluntarii de la Crucea Roșie au oferit argeșenilor, prin intermediul unor pliante, o serie sfaturi practice în caz de caniculă.

Recomandările pe perioada caniculei sunt următoarele:

- Închideți ferestrele expuse la soare, trageți jaluzelele sau draperiile.
- Țineți ferestrele închise pe toată perioada cât temperatura exterioară este superioară celei din locuință.
- Deschideți ferestrele seara târziu, noaptea și dimineață devreme, provocand curenți de aer, pe perioada cât temperatura exterioară este inferioară celei din locuință.
- Evitați să ieșiți afară la orele amiezii. Dacă totuși trebuie să o faceți, căutați zonele cu umbră și purtați șapcă sau pălării de soare, îmbrăcăminte lejeră, din fibre naturale, de culori deschise.
- Consumați zilnic între 1,5 – 2 litri de lichide, fără a aștepta să apară senzația de sete.
- Nu consumați alcool (inclusiv bere sau vin), deoarece acesta favorizează deshidratarea și diminuează capacitatea de luptă a organismului împotriva căldurii.
- Evitați băuturile cu conținut ridicat de cofeină (cafea, ceai, cola) sau de zahăr (băuturi răcoritoare carbogazoase) deoarece acestea sunt diuretice.
- Consumați fructe și legume proaspete (pepene galben, roșu, prune, castraveți, roșii), deoarece acestea conțin o mare cantitate de apă.
- Evitați activitățile în exterior care necesită un consum mare de energie (sport, grădinărit, etc).
- Aveți grijă de persoanele dependente de un adult (copii, vârstnici, persoane cu dizabilități), oferindu-le în mod regulat lichide, chiar dacă nu vi le solicită.
- Păstrați contactul permanent cu vecini, rude, cunoștințe care sunt în vârstă sau cu dizabilități, interesându-vă de starea lor de sănătate.

În situația în care sunteți martori la un accident provocat de expunerea unei persoane timp îndelungat la căldură, încercați să transportați victima la umbră, să o așezați în poziție laterală stabilă, să o stropiți cu apă rece și să-i administrați lichide, dacă victima este conștientă. Pe cât posibil, transportați victima la spital pentru control.

Crucea Roșie – Filiala Argeș vă aduce la cunoștință și punctele de prim-ajutor stabilite la nivelul orașelor și municipiilor din județul Argeș.

Punctele de prim-ajutor din Municipiul Pitești sunt:

- Liceul Teoretic "Ion Barbu,, – Banat – Exercițiu;
- Colegiul Tehnic " Dimitrie Dima" – cartier Războieni;
- Școala nr. 13 "Mircea cel Bătrân" – cartier Trivale;
- Colegiul Tehnic "C.D. Nenițescu" – cartier Prundu;
- Liceul Teoretic "I. Cantacuzino" – cartier Găvana;
- Școala nr. 14 "Alexandru Davila" – cartier Nord;
- Școala nr.11 "Mihai Eminescu" – cartier Craiovei;
- Școala nr.1 "Nicolae Simonide" – cartier Ceair;
- Școala nr.20 "T. Vladimirescu" – Cartier T. Vladimirescu;
- Primăria Pitești – zona centru;

Apa potabilă se va asigura în municipiul Pitești, prin rețeaua de distribuție apă, astfel: Piața Vasile Milea, magazin Trivale, zona Finanțelor Publice, Craiovei, Grădina Publică, Expoparc, cartier Prundu, strada Obor și prin izvoarele forate la mare adâncime în cartierele: Trivale, Exercițiu, Găvana, Eremia Grigorescu, Tudor Vladimirescu, str. Gheorghe Lazăr.

Punctele de prim-ajutor din Curtea de Argeș sunt:

- Primărie, B-dul Basarabilor nr.99;
- Serviciu Public de Asistență Medicală;
- Centru De Arte și Cultura Gheorghe Topârceanu, B-dul Basarabilor nr. 59;
- Clubul de recreere persoane vârstnice, B-dul Basarabilor nr.2A;

În Câmpulung, punctul de prim -ajutor este localizat în incinta Primăriei municipiului Câmpulung Muscel, demisol, sala C.L.S.U.

Punctele de distribuție apă rece din Mioveni sunt amplasate la:

- Primăria Orașului Mioveni, B-dul Dacia nr.1;
- Piața Agroalimentară Mioveni, str. Pieței nr.1;
- Policlinica Mioveni, str. Cărănești;
- CS Dacia 2012 Mioveni – B-dul Dacia Școala Veche;
- Grădinița cu program prelungit TIC – PITIC, Aleea Căminului nr.1;
- Spitalul Orășenesc Mioveni – B-dul Dacia nr. 131 A;

Punctele de prim – ajutor din Mioveni funcționează în intervalul 10:00 -18:00 în cadrul:

- Primăria Mioveni, B-dul Dacia nr.1;
- Spitalul Orășenesc Mioveni – B-dul Dacia nr. 131 A;
- Grădinița cu program prelungit TIC – PITIC, Aleea Căminului nr.1;
- Policlinica Mioveni, str. Cărănești;

Orașul Costești asigură aer condiționat și dozator de apă în incinta Primăriei orașului Costești la parter.

Orașul Topoloveni dispune de următoarele puncte de prim-ajutor:

- Policlinica Orașului Topoloveni;
- Farmacia SC Omnia Farm SRL. Str. Parcului nr.37, bl. CU3, parter;
- Farmacia Polena, str. Calea București, Bl.P31, parter;
- Farmacia SC Aura Farmalex SRL, str. Calea București nr.29;
- Casa de Cultură "Preot Ion Ionescu", hol, parter, str. Calea București nr. 111;
- Sala de sport Liceul Tehnologic, str. Calea București nr.62;
- Sala de sport Liceul Teoretic Ion Mihalache, str. Calea București nr.131;

Orașul Ștefănești dispune de 3 puncte de prim-ajutor și un punct de distribuție apă potabilă, respectiv:

- Spitalul de geriatrie și boli cronice "Constantin Bălăceanu Stolnici" – cartier Ștefăneștii Noi;
- Cabinete medicale dr. Sandu Elena și dr. Pielmuș Sonia – Ștefănești centru, Calea București;
- Cabinet medical dr. Lecca Raluca Elena – sat. Valea Mare, str. Coasta Câmpului;
- Sediul Primăriei Ștefănești, str. Calea București nr.1 – disponibil doar pentru distribuție apă potabilă;

Este foarte important să aveți grijă de sănătatea dumneavoastră și să țineți cont de măsurile de prevenție pentru perioadele caniculare.

(Sursa foto: Crucea Roșie - Filiala Argeș)