**REVISTA PRESEI**

**13 August 2014**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Pagina** | **Publicaţie** |  **Titlu** |
|  | **www.mediafax.ro** | Puncte de prim ajutor pentru atenuarea efectelor caniculei, înfiinţate în sectoarele 3, 4 şi 6 |
|  | **Adevarul** | **Bucureşti Sectoarele 3 şi 6 din Capitală s-au pregătit pentru caniculă cu medicamente, apă rece şi personal specializat** |
|  | **www.agerpres.ro** | **Puncte de prim ajutor în Sectorul 6, măsuri de protejare a cetățenilor în perioada caniculei**  |
|  | **www.romaniatv.net** | Puncte de prim ajutor anticaniculă, amenajate în Capitală |
|  | **Puterea** | Caniculă. Bucureştenii se pot răcori în cele patru puncte de prim-ajutor din sectorul 6 |
|  | **www.mediafax.ro** | Patru PUNCTE DE PRIM AJUTOR, amenajate în Sectorul 6 |
|  | **www.b365.ro** | Puncte de prim ajutor anticaniculă, în sectoarele 3, 4 şi 6 |
|  | **http://stiri.astazi.ro** | [Canicula. Bucurestenii se pot racori in cele patru puncte de prim-ajutor din sectorul 6](http://feedproxy.google.com/~r/puterea1/~3/wDv57bUpXU0/canicula-bucurestenii-se-pot-racori-in-cele-patru-puncte-de-prim-ajutor-din-sectorul-6-98043.html) |
|  | ***http://index-stiri.ro*** | [Canicula. Bucurestenii se pot racori in cele patru puncte de prim-ajutor din sectorul 6](http://feedproxy.google.com/~r/puterea1/~3/wDv57bUpXU0/canicula-bucurestenii-se-pot-racori-in-cele-patru-puncte-de-prim-ajutor-din-sectorul-6-98043.html) |
|  | **http://www.diacaf.com** | Puncte de prim ajutor anticaniculă, în sectoarele 3, 4 şi 6 |
|  | **RING** | **TRAGEDIA CONTINUĂ!** O mămică disperată: "Chiar nu merităm DREPTATE?". |

# http://www.mediafax.ro/social/puncte-de-prim-ajutor-pentru-atenuarea-efectelor-caniculei-infiintate-in-sectoarele-3-4-si-6-13080504

# Puncte de prim ajutor pentru atenuarea efectelor caniculei, înfiinţate în sectoarele 3, 4 şi 6

**Puncte de prim ajutor pentru atenuarea efectelor caniculei au fost deschise în sectoarele 3, 4 şi 6, cetăţenii putând beneficia în aceste spaţii de apă, climatizare, consultaţii medicale primare, dar şi de medicamente de primă urgenţă, informează cele trei primării de sector.**



Puncte de prim ajutor pentru atenuarea efectelor caniculei, înfiinţate în sectoarele 3, 4 şi 6 (Imagine: Razvan Chirita/Mediafax Foto)

Primăria Sectorului 3, prin Direcţia Generală de Asistenţă Socială şi Protecţia Copilului (DGASPC), pune la dispoziţia bucureştenilor şase puncte de acordare a primului-ajutor pentru atenuarea efectelor caniculei.

Cele şase puncte funcţionează zilnic, între orele 8.00 - 16.30, în: Centrul de zi "Clubul Seniorilor"- Aleea Râmnicul Sărat nr. 1 A, Centrul de îngrijire şi asistenţă persoane adulte "Floarea Speranţei" - Calea Vitan nr. 267 - 269, Centrul de îngrijire şi asistenţă pentru persoane vârstnice "Casa Max" - str. Vasile Goldiş nr. 1, Centrul de urgenţă pentru persoane fără adăpost - b-dul 1 Decembrie 1918 nr. 9J, Complexul multifuncţional "Tabita" - str. Marin Pazon nr. 2B şi Complexul de servicii "Casa Noastră" - str. Rotundă nr. 2.

**"Măsurile de prim ajutor constau în servicii socio-medicale de bază, precum oferirea de apă, consultaţii medicale primare (măsurarea indicelui glicemic, a tensiunii arteriale), dar şi asigurarea unor intervenţii complexe în situaţii de criză prin intermediul colaboratorilor specializaţi (ambulanţă, SMURD). În cadrul punctelor de prim ajutor beneficiarii serviciilor vor fi îndrumaţi şi informaţi în funcţie de caz", precizează Primăria Sectorului 3.**

Instituţia mai informează că, pentru cazurile de urgenţă, persoanele pot apela numărul de telefon 021/9543, pus la dispoziţie de Poliţia Locală Sector 3, sau numerele de telefon 0372.030.805/ 806/ 807/ 808/809 de la Complexul Multifuncţional "Tabita".

În sectorul 4, funcţionează alte şase puncte fixe de prim ajutor, amenajate în containere.

**"Amplasate în puncte fixe din zone intens traficate pietonal, precum metrou Şincai, Piaţa Progresul, Piaţa Sudului, Big Berceni, Piaţa Străduinţei, metrou Brâncoveanu, acestea dispun de aer condiţionat, branşare la instalaţia electrică, la cea de apă şi canal, grup sanitar, pat pliant, trusă medicală de prim ajutor, tensiometre, teste de glicemie, masă, scaune, dozator cu apă potabilă, pahare de unică folosinţă", informează Primăria Sector 4.**

Totodată, cetăţenii pot beneficia de asistenţă medicală, oferită de echipe de voluntari ai Crucii Roşii Sector 4.

În sectorul 6 au fost deschise patru puncte de prim ajutor, care funcţionează în str. Cernişoara nr. 38-40, în Drumul Sării nr.2, pe str. Floare Roşie nr. 7A şi pe Calea Plevnei nr. 234.

**"Punctele de prim ajutor dispun de cadre medicale, climatizare, echipamente medicale, medicamente de primă urgenţă, tensiometre. De asemenea, se asigură apă pentru toate persoanele care sunt afectate de caniculă. Asistenţii sociali şi medicali asigură în toate punctele program pentru prevenirea efectelor caniculei în intervalul 10.00 - 18.00. Punctele de prim ajutor vor fi funcţionale pe toată perioada verii, în zilele în care sunt anunţate temperaturi extreme", precizează Primăria Sector 6.**

Autorităţile locale recomandă populaţiei să evite, pe cât posibil, expunerea prelungită la soare între orele 11 - 18, să petreacă două-trei ore zilnic în spaţii dotate cu aer condiţionat, să poarte pălării de soare, haine lejere şi ample, să facă duşuri calde, fără să se şteargă, şi să bea în fiecare zi între 1,5 – 2 litri de lichide, fără a aştepta să apară senzaţia de sete.

Specialiştii mai recomandă oamenilor să nu consume alcool (inclusiv bere sau vin) deoarece acesta favorizează deshidratarea şi diminuează capacitatea de luptă a organismului împotriva căldurii, să evite băuturile cu conţinut ridicat de cofeina sau de zahăr, să consume fructe şi legume proaspete şi să evite activitaţile în exterior care necesită un consum mare de energie (sport, gradinarit, etc).

**ADEVARUL**

**http://adevarul.ro/news/bucuresti/sectoarele-3-6-capitala-s-au-pregatit-canicula-medicamente-apa-rece-personal-specializat-1\_53ea14e60d133766a83955f7/index.html**

**Bucureşti Sectoarele 3 şi 6 din Capitală s-au pregătit pentru caniculă cu medicamente, apă rece şi personal specializat**Sectoarele 3 şi 6 din Capitală s-au pregătit pentru caniculă cu medicamente, apă rece şi personal specializat Bucureştenii care suferă din cauza temperaturilor ridicate se pot adresa centrelor amplasate pe străzile din oraş . Zilele de foc din Capitală îi obligă pe primarii de sector să ia măsuri pentru a-i ajuta pe bucureşteni să se răcorească. După ce Primăria Generală a anunţat că amplasează 20 de corturi anticaniculă, primarii de sector au început să vină cu aceleaşi măsuri în sprijinul bucureştenilor. Primăria Sectorului 6, prin Direcţia Generală de Asistenţă Socială şi Protecţia Copilului Sector 6, anunţă organizarea a patru puncte de prim ajutor „pentru atenuarea efectelor temperaturilor ridicate asupra cetăţenilor“. Acestea sunt amplasate pe Strada Cernişoara nr.38-40, Drumul Sării nr. 2, Strada Floare Roşie nr. 7A şi pe Calea Plevnei nr. 234. Punctele de prim ajutor dispun de cadre medicale, climatizare, echipamente medicale, medicamente de primă urgenţă şi tensiometre. De asemenea, se asigură apă pentru toate persoanele care sunt afectate de caniculă. Asistenţii sociali şi medicali asigură în toate punctele un program pentru prevenirea efectelor caniculei în intervalul 10.00 – 18.00. Punctele de prim ajutor vor fi funcţionale pe toată perioada verii, în zilele în care sunt anunţate temperaturi extreme. Primăria Sectorului 3 are şase puncte de ajutor Primăria Sectorului 3 a amenajat şase puncte de prim-ajutor anticaniculă prin Direcţia Generală de Asistenţă Socială şi Protecţia Copilului (DGASPC). Cele şase puncte funcţionează zilnic, între orele 8.00 – 16.30, în cadrul următoarelor centre: Centrul de zi „ Clubul Seniorilor”- Aleea Râmnicul Sărat nr. 1 A, Centrul de îngrijire şi asistenţă persoane adulte „Floarea Speranţei” - Calea Vitan nr. 267 – 269, Centrul de îngrijire şi asistenţă pentru persoane vârstnice „Casa Max” – str. Vasile Goldiş nr. 1, Centrul de urgenţă pentru persoane fără adăpost – b-dul 1 Decembrie 1918 nr. 9J, Complexul multifuncţional „Tabita” – str. Marin Pazon nr. 2B, Complexul de servicii „Casa Noastră” – str. Rotundă nr. 2. Măsurile de prim-ajutor constau în servicii socio-medicale de bază, precum oferirea de apă, consultaţii medicale primare (măsurarea indicelui glicemic, a tensiunii arteriale), dar şi asigurarea unor intervenţii complexe în situaţii de criză prin intermediul colaboratorilor specializaţi (ambulanţă, S.M.U.R.D.). În cadrul punctelor de prim-ajutor beneficiarii serviciilor vor fi îndrumaţi şi informaţi în funcţie de caz. Pentru cazurile de urgenţă, persoanele pot apela numărul de telefon 021/9543, pus la dispoziţie de Poliţia Locală Sector 3, sau numerele de telefon 0372.030.805/ 806/ 807/ 808/809 de la Complexul Multifuncţional „Tabita”. Totodată, pentru copiii şi persoanele vârstnice aflate în grija DGASPC Sector 3 au fost luate, în această perioadă, toate măsurile necesare pentru reducerea efectelor nedorite cauzate de temperaturile ridicate.

[**http://www.agerpres.ro/comunicate/2014/08/12/comunicat-de-presa-primarie-sector-6-15-04-39**](http://www.agerpres.ro/comunicate/2014/08/12/comunicat-de-presa-primarie-sector-6-15-04-39)

**Comunicat de presă - Primărie Sector 6**

**Puncte de prim ajutor în Sectorul 6, măsuri de protejare a cetățenilor în perioada caniculei**

Primăria Sectorului 6, prin Direcția Generală de Asistență Socială și Protecția Copilului Sector 6, anunță organizarea a patru puncte de prim ajutor pentru atenuarea efectelor temperaturilor ridicate asupra cetățenilor, astfel:

Str. Cernișoara nr.38-40 — tel: 021/ 745.72.37;

Drumul Sării nr.2 — țel: 021/ 317.63.11;

Str. Floare Roșie nr. 7A — țel: 021 / 410/ 30/20;

Calea Plevnei nr. 234 — tel: 031 /4382399.

Punctele de prim ajutor dispun de cadre medicale, climatizare, echipamente medicale, medicamente de primă urgență, tensiometre. De asemenea, se asigură apă pentru toate persoanele care sunt afectate de caniculă.

Asistenții sociali și medicali asigură în toate punctele program pentru prevenirea efectelor caniculei în intervalul 10.00 — 18.00.

Punctele de prim ajutor vor fi funcționale pe toată perioada verii, în zilele în care sunt anunțate temperaturi extreme.

Recomandări pentru populație, în general

Evitați, pe cât posibil, expunerea prelungită la soare între orele 11 — 18;

Ventilatoarele nu trebuie folosite dacă temperatura aerului depășește 32 grade Celsius;

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);

Purtați pălării de soare, haine lejere și ample, din fibre naturale, de culori deschise;

Pe parcursul zilei faceți dușuri călduțe, fără a vă șterge de apă;

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.

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 (sucuri răcoritoare carbogazoase) deoarece acestea sunt diuretice;

Consumați fructe și legume proaspete (pepene galben, roșu, prune, castarveți, roșii) deorece 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 voi (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.

Recomandări pentru copii

Dați copilului să consume, în mod regulat, lichide proaspete, chiar dacă acesta nu vi le cere, și ajutați-l să le bea;

Nu lăsați niciodată copilul singur, chiar pentru perioade scurte de timp, în mașini sau în încăperi prost ventilate;

Luați cu dumneavoastră cantități suficiente de apă în cazul unei deplasări cu un autovehicul;

Evitați să scoateți copilul din casă, pe perioada de caniculă, mai ales dacă este bebeluș (0-12 luni);

În cazul în care ieșiți cu copilul, îmbrăcați-l lejer, chiar dacă are până la 9 luni.

Nu uitați să-i protejați capul cu o pălărie de soare;

Nu ezitați să lăsați copilul dezvelit atunci când doarme;

Nu este recomandat scăldatul în apă rece.

Dacă organismul nu reușește să-și mențină temperatura în jur de 37 grade Celsius sau pierderile de apă și săruri nu sunt înlocuite în mod adecvat pot apărea:

Crampele de căldură

Insolația

Epuizarea

Șocul hipertermic.

Serviciul Relații cu Mass-Media, Societatea Civilă, Protocol Evenimente

Tel. /Fax: 0376.204.560

# http://www.romaniatv.net/puncte-de-prim-ajutor-anticanicula-amenajate-in-capitala\_164073.html

# Puncte de prim ajutor anticaniculă, amenajate în Capitală

Directorul executiv al [ANM](http://www.romaniatv.net/vremea-in-bucuresti-caldura-mare-monser-cand-se-intorc-ploile_163841.html) a declarat, marţi, că miercuri şi joi sunt aşteptate temperaturi de peste 36-37 de grade Celsius şi, cel mai probabil, vor emite **COD GALBEN de caniculă**.



Mai multe puncte de prim ajutor anticaniculă au fost amenajate în Capitală

**Primarul Cristian Popescu Piedone** a dispus redeschiderea celor sase puncte de prim ajutor din Sectorul 4, in contextul in care meteorologii anunta temperaturi deosebit de ridicate in urmatoarele zile.

Amplasate în puncte fixe din zone intens traficate pietonal precum metrou **Şincai, Piaţa Progresul, Piaţa Sudului, Big Berceni, Piaţa Străduinţei şi metrou Brâncoveanu**, acestea dispun de aer condiţionat, branşare la instalaţia electrică, la cea de apă şi canal, grup sanitar, pat pliant, trusă medicală de prim ajutor, tensiometre, teste de glicemie, masă, scaune, dozator cu apă potabilă şi pahare de unică folosinţă.

Totodată, pe lângă faptul că se pot răcori şi hidrata în interiorul containerelor, cetăţenii pot beneficia de asistenţă medicală oferită de echipe de voluntari ai Crucii Roşii sector 4 în baza unui parteneriat iniţiat de primarul Cristian Popescu-Piedone.

Primăria sectorului 3 a amenajat **şase puncte de acordare a primului ajutor** pentru atenuarea efectelor caniculei.

Potrivit unui comunicat de presă al autorităţii locale, cele şase puncte funcţionează zilnic, între orele 8,00 şi 16,30, la Centrul de zi "Clubul Seniorilor", Centrul de îngrijire şi asistenţă persoane adulte "Floarea Speranţei", Centrul de îngrijire şi asistenţă pentru persoane vârstnice "Casa Max", Centrul de urgenţă pentru persoane fără adăpost, Complexul multifuncţional "Tabita" şi la Complexul de servicii "Casa Noastră".

Măsurile de prim ajutor constau în servicii socio-medicale de bază, precum oferirea de apă, consultaţii medicale primare (măsurarea indicelui glicemic, a tensiunii arteriale), dar şi asigurarea unor intervenţii complexe în situaţii de criză prin intermediul colaboratorilor specializaţi (ambulanţă, **SMURD**). Beneficiarii serviciilor vor fi îndrumaţi şi informaţi în funcţie de caz.

Pentru cazurile de urgenţă, cetăţenii pot apela numărul de telefon **021/9543** pus la dispoziţie de Poliţia Locală Sector 3 sau numerele de telefon **0372.030.805/ 806/ 807/ 808/809** de la Complexul Multifuncţional "Tabita".

Totodată, pentru copiii şi persoanele vârstnice aflate în grija DGASPC sector 3 au fost luate în această perioadă toate măsurile necesare pentru reducerea efectelor nedorite cauzate de temperaturile ridicate.

Măsurile de prim ajutor vor fi asigurate pe toată perioada în care sunt anunţate temperaturi ridicate pentru a proteja populaţia de efectele nedorite cauzate de caniculă, mai relevă sursa citată.

Şi **Primăria sectorului 6 a organizat patru puncte de prim ajutor**, care dispun de cadre medicale, climatizare, echipamente medicale, medicamente de primă urgenţă şi tensiometre.

De asemenea, în punctele situate pe străzile Cernişoara nr.38-40 şi Floare Roşie nr. 7A, Drumul Sării nr.2 şi Calea Plevnei nr. 234 se asigură apă pentru toate persoanele care sunt afectate de caniculă.
Asistenţii sociali şi medicali asigură în toate punctele program pentru prevenirea efectelor caniculei în intervalul 10,00 - 18,00.

**Primăria Capitalei** a amenajat 20 de corturi medicale anticaniculă dotate cu aer condiţionat, apă, personal medical şi aparatură de specialitate.

Acestea sunt amplasate în următoarele zone: Piaţa Victoriei, Piaţa Romană - rond ASE, metrou, Piaţa Universităţii - Spital Colţea, Piaţa Universităţii - Arhitectură, Piaţa Unirii - magazin Unirea, Regina Maria, Piaţa 11 Iunie, Piaţa Roma, Piaţa C.A. Rosetti, Piaţa Moghioroş, Piaţa Iancului - metrou, Piaţa Crângaşi, Dristor - metrou, Parcul Herăstrău, Parcul Carol, Piaţa Muncii, în faţa magazinului Bucur Obor, Parcul Cişmigiu şi Gara de Nord.

[Indicele de confort termic](http://www.romaniatv.net/indicele-de-confort-termic-a-depasit-pragul-critic-harta-cu-zonele-cele-mai-fierbinti_164030.html) a depăşit marţi, la ora 14.00, pragul critic în mai multe regiuni din vestul, sud-vestul, sudul, sud-estul şi estul României, potrivit ANM. Acolo unde valoarea este egală sau mai mare de 80, populaţia trebuie să se protejeze adecvat.

Indicele de confort termic este un index care coroborează temperatura aerului cu umiditatea relativă (mărime fizică egală cu cantitatea de vapori de apa care exista intr-un amestec gazos de aer si apa) pentru a determina o temperatura aparenta - cea resimtita de corpul uman.

**Cum să te fereşti de CANICULĂ**

Ministerul Sanatatii recomanda populatiei ca, pe perioada de canicula, sa fie urmate sfaturile medicilor si sa se evite, pe cat posibil, expunerea prelungita la soare intre orele 11.00 si 18.00.

In perioadele de canicula este recomandat consumul zilnic de lichide (intre 1,5 – 2 litri de lichide), fara a astepta sa apara senzatia de sete. Este necesar un pahar de apa la fiecare 15 – 20 de minute.

Medicii ne sfatuiesc sa consumam in fiecare zi cat mai multe fructe si legume proaspete (pepene galben, rosu, prune, castraveti, rosii) deoarece acestea contin o mare cantitate de apa. O doza de iaurt produce aceeasi hidratare ca si un pahar de apa.

Nu trebuie consumat alcool (inclusiv bere sau vin), deoarece acesta favorizeaza deshidratarea si diminueaza capacitatea de lupta a organismului impotriva caldurii. Este obligatorie evitarea bauturilor cu continut ridicat de cofeina (cafea, ceai, cola) sau de zahar (sucuri racoritoare carbogazoase), deoarece acestea sunt diuretice.

Daca este absolut necesar sa ne expunem la soare intre orele amiezii trebuie sa folosim o tinuta adecvata: palarii de soare, haine lejere si ample, din fibre naturale, de culori deschise.

Evitati activitatile in exterior care necesita un consum mare de energie (sport, gradinarit, etc) si aveti grija de persoanele dependente de voi (copii, varstnici, persoane cu dizabilitati) oferindu-le, in mod regulat lichide, chiar daca nu vi le solicita.

# PUTEREA

# Caniculă. Bucureştenii se pot răcori în cele patru puncte de prim-ajutor din sectorul 6

**V.G. | 2014-08-12 17:09**



**Primăria Sectorului 6 a organizat patru puncte de prim-ajutor pentru atenuarea efectelor temperaturilor ridicate asupra cetăţenilor, în zonele: Str. Cernişoara nr. 38-40 - tel: 021/745.72.37; Drumul Sării nr. 2 - tel: 021/317.63.11; Str. Floare Roşie nr. 7A - tel: 021/410/30/20; Calea Plevnei nr. 234 - tel: 031/4382399. Punctele de prim-ajutor dispun de cadre medicale, climatizare, echipamente medicale, medicamente de primă urgenţă, tensiometre. De asemenea, se asigură apă pentru toate persoanele care sunt afectate de caniculă.**

Asistenţii sociali şi medicali asigură în toate punctele program pentru prevenirea efectelor caniculei în intervalul 10.00 - 18.00. Punctele de prim-ajutor vor fi funcţionale pe toată perioada verii, în zilele în care sunt anunţate temperaturi extreme.

# http://www.mondonews.ro/patru-puncte-de-prim-ajutor-amenajate-in-sectorul-6/

# Patru PUNCTE DE PRIM AJUTOR, amenajate în Sectorul 6



**Primaria Sectorului 6, prin Directia Generala de Asistenta Sociala si Protectia Copilului Sector 6, a organizat patru PUNCTE DE PRIM AJUTOR pentru atenuarea efectelor temperaturilor ridicate asupra cetatenilor, au anuntat marti reprezentantii institutiei.**

Cele patru puncte de prim ajutor sunt amplasate in str. Cernisoara nr. 38-40 (tel.: 021/745.72.37), Drumul Sarii nr. 2 (tel.: 021.317.63.11), str. Floare Rosie nr. 7A (tel.: 021.410.30.20) si Calea Plevnei nr. 234 (tel.: 031.438.23.99).

Potrivit surei citate, PUNCTELE DE PRIM AJUTOR dispun de cadre medicale, climatizare, echipamente medicale, medicamente de prima urgenta, tensiometre. De asemenea, se asigura apa pentru toate persoanele care sunt afectate de canicula.

Asistentii sociali si medicali asigura in toate punctele program pentru prevenirea efectelor caniculei in intervalul 10.00-18.00.

PUNCTELE DE PRIM AJUTOR vor fi functionale pe toata perioada verii, in zilele in care sunt anuntate temperaturi extreme.

Recomandari pentru populatie:

Evitati, pe cat posibil, expunerea prelungita la soare intre orele 11.00 si 18.00;

Ventilatoarele nu trebuie folosite daca temperatura aerului depaseste 32 grade Celsius;

Daca nu aveti aer conditionat in locuinta, la locul de munca, petreceti 2-3 ore zilnic in spatii care beneficiaza de aer conditionat (cinematografe, spatii publice, magazine);

Purtati palarii de soare, haine lejere si ample, din fibre naturale, de culori deschise;

Pe parcursul zilei faceti dusuri caldute, fara a va sterge de apa;

Beti zilnic intre 1,5 – 2 litri de lichide, fara a astepta sa apara senzatia de sete. In perioadele de canicula se recomanda consumul unui pahar de apa (sau echivalentul acestuia) la fiecare 15–20 de minute;

Nu consumati alcool (inclusiv bere sau vin) deoarece acesta favorizeaza deshidratarea si diminueaza capacitatea de lupta a organismului impotriva caldurii;

Evitati bauturile cu continut ridicat de cofeina (cafea, ceai, cola) sau de zahar (sucuri racoritoare carbogazoase) deoarece acestea sunt diuretice;

Consumati fructe si legume proaspete (pepene galben, rosu, prune, castarveti, rosii) deorece acestea contin o mare cantitate de apa;

Evitati activitatile in exterior care necesita un consum mare de energie (sport, gradinarit, etc).

Aveti grija de persoanele dependente de voi (copii, varstnici, persoane cu dizabilitati) oferindu-le, in mod regulat lichide, chiar daca nu vi le solicita;

Pastrati contactul permanent cu vecini, rude, cunostinte care sunt in varsta sau cu dizabilitati, interesandu-va de starea lor de sanatate.

Recomandari pentru copii:

Dati copilului sa consume, in mod regulat, lichide proaspete, chiar daca acesta nu vi le cere, si ajutati-l sa le bea;

Nu lasati niciodata copilul singur, chiar pentru perioade scurte de timp, in masini sau in incaperi prost ventilate;

Luati cu dumneavoastra cantitati suficiente de apa in cazul unei deplasari cu un autovehicul;

Evitati sa scoateti copilul din casa, pe perioada de canicula, mai ales daca este bebelus (0-12 luni);

In cazul in care iesiti cu copilul, imbracati-l lejer, chiar daca are pana la 9 luni.

Nu uitati sa-i protejati capul cu o palarie de soare;

Nu ezitati sa lasati copilul dezvelit atunci cand doarme;

Nu este recomandat scaldatul in apa rece.

Daca organismul nu reuseste sa-si mentina temperatura in jur de 37 grade Celsius sau pierderile de apa si saruri nu sunt inlocuite in mod adecvat pot aparea crampele de caldura, insolatia, epuizarea sau socul hipertermic.

# http://www.b365.ro/puncte-de-prim-ajutor-anticanicula-in-sectoarele-3-4-si-sase\_213223.html

# Puncte de prim ajutor anticaniculă, în sectoarele 3, 4 şi 6

Puncte de prim ajutor pentru atenuarea efectelor caniculei au fost deschise în sectoarele 3, 4 şi 6, cetăţenii putând beneficia în aceste spaţii de apă, climatizare, consultaţii medicale primare, dar şi de medicamente de primă urgenţă, informează cele trei primării de sector.



Puncte de prim ajutor anticaniculă, în sectoarele 3, 4 şi şase

Primăria Sectorului 3, prin Direcţia Generală de Asistenţă Socială şi Protecţia Copilului (DGASPC), pune la dispoziţia bucureştenilor şase puncte de acordare a primului-ajutor pentru atenuarea efectelor caniculei, informează [Mediafax.ro.](http://www.mediafax.ro/social/puncte-de-prim-ajutor-pentru-atenuarea-efectelor-caniculei-infiintate-in-sectoarele-3-4-si-6-13080504)

Cele şase puncte funcţionează zilnic, între orele 8.00 - 16.30, în: Centrul de zi "Clubul Seniorilor"- Aleea Râmnicul Sărat nr. 1 A, Centrul de îngrijire şi asistenţă persoane adulte "Floarea Speranţei" - Calea Vitan nr. 267 - 269, Centrul de îngrijire şi asistenţă pentru persoane vârstnice "Casa Max" - str. Vasile Goldiş nr. 1, Centrul de urgenţă pentru persoane fără adăpost - b-dul 1 Decembrie 1918 nr. 9J, Complexul multifuncţional "Tabita" - str. Marin Pazon nr. 2B şi Complexul de servicii "Casa Noastră" - str. Rotundă nr. 2.

"Măsurile de prim ajutor constau în servicii socio-medicale de bază, precum oferirea de apă, consultaţii medicale primare (măsurarea indicelui glicemic, a tensiunii arteriale), dar şi asigurarea unor intervenţii complexe în situaţii de criză prin intermediul colaboratorilor specializaţi (ambulanţă, SMURD). În cadrul punctelor de prim ajutor beneficiarii serviciilor vor fi îndrumaţi şi informaţi în funcţie de caz", precizează Primăria Sectorului 3.

Instituţia mai informează că, pentru cazurile de urgenţă, persoanele pot apela numărul de telefon 021/9543, pus la dispoziţie de Poliţia Locală Sector 3, sau numerele de telefon 0372.030.805/ 806/ 807/ 808/809 de la Complexul Multifuncţional "Tabita".

În sectorul 4, funcţionează alte şase puncte fixe de prim ajutor, amenajate în containere.

"Amplasate în puncte fixe din zone intens traficate pietonal, precum metrou Şincai, Piaţa Progresul, Piaţa Sudului, Big Berceni, Piaţa Străduinţei, metrou Brâncoveanu, acestea dispun de aer condiţionat, branşare la instalaţia electrică, la cea de apă şi canal, grup sanitar, pat pliant, trusă medicală de prim ajutor, tensiometre, teste de glicemie, masă, scaune, dozator cu apă potabilă, pahare de unică folosinţă", informează Primăria Sector 4.

Totodată, cetăţenii pot beneficia de asistenţă medicală, oferită de echipe de voluntari ai Crucii Roşii Sector 4.

În sectorul 6 au fost deschise patru puncte de prim ajutor, care funcţionează în str. Cernişoara nr. 38-40, în Drumul Sării nr.2, pe str. Floare Roşie nr. 7A şi pe Calea Plevnei nr. 234.

"Punctele de prim ajutor dispun de cadre medicale, climatizare, echipamente medicale, medicamente de primă urgenţă, tensiometre. De asemenea, se asigură apă pentru toate persoanele care sunt afectate de caniculă. Asistenţii sociali şi medicali asigură în toate punctele program pentru prevenirea efectelor caniculei în intervalul 10.00 - 18.00. Punctele de prim ajutor vor fi funcţionale pe toată perioada verii, în zilele în care sunt anunţate temperaturi extreme", precizează Primăria Sector 6.

Autorităţile locale recomandă populaţiei să evite, pe cât posibil, expunerea prelungită la soare între orele 11 - 18, să petreacă două-trei ore zilnic în spaţii dotate cu aer condiţionat, să poarte pălării de soare, haine lejere şi ample, să facă duşuri calde, fără să se şteargă, şi să bea în fiecare zi între 1,5 – 2 litri de lichide, fără a aştepta să apară senzaţia de sete.

# http://stiri.astazi.ro/stire-canicula-bucurestenii-se-pot-racori-in-cele-patru-puncte-de-prim-ajutor-din-sectorul-6-255886670.html

## [Canicula. Bucurestenii se pot racori in cele patru puncte de prim-ajutor din sectorul 6](http://feedproxy.google.com/~r/puterea1/~3/wDv57bUpXU0/canicula-bucurestenii-se-pot-racori-in-cele-patru-puncte-de-prim-ajutor-din-sectorul-6-98043.html)



Primaria Sectorului 6 a organizat patru puncte de prim-ajutor pentru atenuarea efectelor temperaturilor ridicate asupra cetatenilor, in zonele: Str. Cernisoara nr. 38-40 - tel: 021/745.72.37; Drumul Sarii nr. 2 - tel: 021/317.63.11; Str. Floare Rosie nr. 7A - tel: 021/410/30/20; Calea Plevnei nr. 234 - tel: 031/4382399. Punctele de prim-ajutor dispun de cadre medicale, climatizare, echipamente medicale, medicamente de prima urgenta, tensiometre. De asemenea, se asigura apa pentru toate persoanele care sunt afectate de canicula.

## http://index-stiri.ro/140812/canicula-bucurestenii-se-pot-racori-in-cele-patru-puncte-de-prim-ajutor-din-sectorul-6-1292687

## Canicula. Bucurestenii se pot racori in cele patru puncte de prim-ajutor din sectorul 6



Primaria Sectorului 6 a organizat patru puncte de prim-ajutor pentru atenuarea efectelor temperaturilor ridicate asupra cetatenilor, in zonele: Str. Cernisoara nr. 38-40 - tel: 021/745.72.37; Drumul Sarii nr. 2 - tel: 021/317.63.11; Str. Floare Rosie nr. 7A - tel: 021/410/30/20; Calea Plevnei nr. 234 - tel: 031/4382399. Punctele de prim-ajutor dispun de cadre medicale, climatizare, echipamente medicale, medicamente de prima urgenta, tensiometre. De asemenea, se asigura apa pentru toate persoanele care sunt afectate de...

# http://www.diacaf.com/actualitate/puncte-de-prim-ajutor-pentru-atenuarea-efectelor-caniculei-infiintate\_11957987.html

# Puncte de prim ajutor pentru atenuarea efectelor caniculei, înfiinţate în sectoarele 3, 4 şi 6

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Mediafax Acum 14 ore si 53 minute  |  |  |  |  |



Actualitate

Primăria Sectorului 3, prin Direcţia Generală de Asistenţă Socială şi Protecţia Copilului (DGASPC), pune la dispoziţia bucureştenilor şase puncte de acordare a primului-ajutor pentru atenuarea efectelor caniculei.

Cele şase puncte funcţionează zilnic, între orele 8.00 - 16.30, în: Centrul de zi "Clubul Seniorilor"- Aleea Râmnicul Sărat nr. 1 A, Centrul de îngrijire şi asistenţă persoane adulte "Floarea Speranţei" - Calea Vitan nr. 267 - 269, Centrul de îngrijire şi asistenţă pentru persoane vârstnice "Casa Max" - str. Vasile Goldiş nr. 1, Centrul de urgenţă pentru persoane fără adăpost - b-dul 1 Decembrie 1918 nr. 9J, Complexul multifuncţional "Tabita" - str. Marin Pazon nr. 2B şi Complexul de servicii "Casa Noastră" - str. Rotundă nr. 2.

"Măsurile de prim ajutor constau în servicii socio-medicale de bază, precum oferirea de apă, consultaţii medicale primare (măsurarea indicelui glicemic, a tensiunii arteriale), dar şi asigurarea unor intervenţii complexe în situaţii de criză prin intermediul colaboratorilor specializaţi (ambulanţă, SMURD). În cadrul punctelor de prim ajutor beneficiarii serviciilor vor fi îndrumaţi şi informaţi în funcţie de caz", precizează Primăria Sectorului 3.

Instituţia mai informează că, pentru cazurile de urgenţă, persoanele pot apela numărul de telefon 021/9543, pus la dispoziţie de Poliţia Locală Sector 3, sau numerele de telefon 0372.030.805/ 806/ 807/ 808/809 de la Complexul Multifuncţional "Tabita".

În sectorul 4, funcţionează alte şase puncte fixe de prim ajutor, amenajate în containere.

"Amplasate în puncte fixe din zone intens traficate pietonal, precum metrou Şincai, Piaţa Progresul, Piaţa Sudului, Big Berceni, Piaţa Străduinţei, metrou Brâncoveanu, acestea dispun de aer condiţionat, branşare la instalaţia electrică, la cea de apă şi canal, grup sanitar, pat pliant, trusă medicală de prim ajutor, tensiometre, teste de glicemie, masă, scaune, dozator cu apă potabilă, pahare de unică folosinţă", informează Primăria Sector 4.

Totodată, cetăţenii pot beneficia de asistenţă medicală, oferită de echipe de voluntari ai Crucii Roşii Sector 4.

În sectorul 6 au fost deschise patru puncte de prim ajutor, care funcţionează în str. Cernişoara nr. 38-40, în Drumul Sării nr.2, pe str. Floare Roşie nr. 7A şi pe Calea Plevnei nr. 234.

"Punctele de prim ajutor dispun de cadre medicale, climatizare, echipamente medicale, medicamente de primă urgenţă, tensiometre. De asemenea, se asigură apă pentru toate persoanele care sunt afectate de caniculă. Asistenţii sociali şi medicali asigură în toate punctele program pentru prevenirea efectelor caniculei în intervalul 10.00 - 18.00. Punctele de prim ajutor vor fi funcţionale pe toată perioada verii, în zilele în care sunt anunţate temperaturi extreme", precizează Primăria Sector 6.

Autorităţile locale recomandă populaţiei să evite, pe cât posibil, expunerea prelungită la soare între orele 11 - 18, să petreacă două-trei ore zilnic în spaţii dotate cu aer condiţionat, să poarte pălării de soare, haine lejere şi ample, să facă duşuri calde, fără să se şteargă, şi să bea în fiecare zi între 1,5 – 2 litri de lichide, fără a aştepta să apară senzaţia de sete.

Specialiştii mai recomandă oamenilor să nu consume alcool (inclusiv bere sau vin) deoarece acesta favorizează deshidratarea şi diminuează capacitatea de luptă a organismului împotriva căldurii, să evite băuturile cu conţinut ridicat de cofeina sau de zahăr, să consume fructe şi legume proaspete şi să evite activitaţile în exterior care necesită un consum mare de energie (sport, gradinarit, etc).

[**http://www.ziarulring.ro/stiri/eveniment/242685/2014/TRAGEDIA-CONTINUA-O-mamica-disperata-Chiar-nu-meritam-DREPTATE-Vezi-de-ce-nu-s-a-facut-lumina-in-CAZUL-BEBELUSILOR-ARSI-LA-MATERNITATEA-GIULESTI**](http://www.ziarulring.ro/stiri/eveniment/242685/2014/TRAGEDIA-CONTINUA-O-mamica-disperata-Chiar-nu-meritam-DREPTATE-Vezi-de-ce-nu-s-a-facut-lumina-in-CAZUL-BEBELUSILOR-ARSI-LA-MATERNITATEA-GIULESTI)

**TRAGEDIA CONTINUĂ!**

O mămică disperată: "Chiar nu merităm DREPTATE?".

Vezi de ce nu s-a făcut lumină în CAZUL BEBELUŞILOR ARŞI LA MATERNITATEA GIULEŞTI 330 afisari 13-08-2014 de Daniela Arnăutu, ﻿Christian Levant TRAGEDIA CONTINUĂ! O mămică disperată: "Chiar nu merităm DREPTATE?". Vezi de ce nu s-a făcut lumină în CAZUL BEBELUŞILOR ARŞI LA MATERNITATEA GIULEŞTI Share on facebook Share on twitter Follow on Google+ 1 Drama declanşată în urmă cu patru ani la Maternitatea Giuleşti a adus, de la o zi la alta, tot mai multă negură în sufletele părinţilor micuţilor îngeraşi arşi de vii după ce abia veniseră pe lume. Suferinţei produse părinţilor de iadul flăcărilor care le-au mistuit sau mutilat copiii li s-a adăugat tortura aşteptărilor şi amânărilor nesfârşite din instanţe. În urma incendiului de pe 16 august 2010, de la Secţia de Terapie Intensivă Nou-Născuţi a Maternităţii Giuleşti, 11 bebeluşi au cunoscut iadul, la propriu. Şase dintre cei 11 bebeluşi şi-au pierdut viaţa, iar ceilalţi cinci trăiesc datorită eforturilor uriaşe făcute de prof. dr. Dan Enescu, managerul Spitalului “Grigore Alexandrescu”. La patru ani de la această tragedie, instanţa a stabilit nişte despăgubiri pentru părinţii victimelor, însă aceştia nu şi-au primit încă banii. Cercetările au demarat bine, dar sentinţa finală se lasă aşteptată În urma tragediei de la Giuleşti, autorităţile au demerat o anchetă pentru a stabili vinovaţii. Cercetările nu au durat mult, s-au lăsat cu nişte arestări, unele cu executare, altele cu supendare. Numai Dumnezeu ştie dacă adevăraţii vinovaţi vor plăti sau nu pe măsura faptelor pentru că din pricina lor nişte îngeri au cunoscut infernul. Însă, nici acum, la patru ani de la incendiu, părinţii celor 11 copilaşi nu au primti despăgubirile stabilite de instanţă. Nicio despăgubire de patru ani Pe 16 august 2010, Mihaela Yilmaz a născut o fetiţă- Melek (înger –în limba turcă). Din nefericire, micuţa a pierit, mistuită de flăcări, în aceeaşi zi în care a venit pe lume. În aceea zi, pentru tânăra mamă, lumea s-a părubşit iar sufletul în s-a rupt în bucăţi. Ştia că nimeni şi nimic nu îi poate aduce copila înapoi, bănuia în ce chinuri şi-a găsit sfîrşitul micul ei îngeraş. De atunci au trecut patru ani. Numai sufletul ei de mamă ştie ce simte şi de câte ori se gândeşte la copila ei din cer, pe care ea o va purta în suflet toată viaţa. Acum Mihaela şi soţul ei sunt părinţii unui băieţel frumos şi sănătos, în vârstă de doi ani. ”Oare chiar aşa de puţin înseamnă copiii noştri care au murit?” Recent, tânăra mamă Mihaela Yilmaz, care a pierdut-o în incendiu pe micuţa Melek (înger –în limba turcă), şi-a manifestat indignarea, într-o postare pe Facebook, cu privire la faptul că părinţii victimelor incendiului de la Giuleşti nu şi-au primit despăgubirile: “M-am săturat de ţara asta... de legile astea... După aproape patru ani, după nouă luni de aşteptare să înceapă un apel, ne mai dă amânare până în septembrie. Oare chiar aşa de puţin înseamnă copiii noştri care au murit, oare noi nu însemnăm nimic în faţa lor? Chiar nu merităm dreptate? Simt că înnebunesc! Chiar nu putem să facem nimic? Să stăm să îşi bată joc mereu de noi şi de sufletele copiilor noştri nevinovaţi?”. De ce întârzie atât de mult sentinţa finală Plata efectivă a despăgubirilor nu s-a produs şi asta pentru că sentinţa nu este definitivă. Urmează ca, la Curtea de Apel Bucureşti, să se judece contestaţiile părţilor implicate: familiile - ca părţi vătămate, procuratura - ca acuzator şi inculpaţii (inclusiv spitalul) - ca acuzaţi şi părţi responsabile civilmente. De ce a întârziat atât de mult judecarea atât pe fond, cât şi în apel, unde se va da, probabil în data de 2 septembrie, sentinţa finală, este o poveste lungă şi absurdă. În instanţă au fost zeci de amânări timp de trei ani. După sentinţa dată în vara lui 2013 a urmat o perioadă lungă până la motivarea hotărârii judecătoreşti. De la data motivării a trecut un timp inexplicabil de lung până în mai anul acesta, când cazul a ajuns la Curtea de Apel. Se pare că dosarul a mai făcut un ocol pe la procuratură, care a avut nevoie de timp să motiveze... recursul. Şi tot aşa, de la Ana la Caiafa, familiile copiilor arşi de vii înghit în sec. Şi nu mai au glas să ţipe şi... lacrimi să plângă. Nu toţi vor primi aceleaşi despăgubiri Unele dintre familile bebeluşilor arşi la Giuleşti au obţinut în instanţă despăgubiri de 300.000-350.000 de euro pentru fiecare părinte. În cazul Mihaelei Yilmaz, ea împreună cu soţul vor primi 200.000 de euro, deşi ei au solicitat fiecare câte 200.000 de euro. Nu se ştie de ce viaţa unor bebeluşi “costă” mai mult decât a altora. După infern, Mădălina a primit ”ca mângâiere” o fetiţă: sănătoasă şi frumoasă! Şi ea la rândul ei tot un copil, Mădălina Arcudeanu era, în 2010, cea mai tânără dintre mămicile ai căror îngeraşi au ars la Giuleşti. Avea doar 16 ani când, pe 12 august, a adus-o pe lume pe micuţa Georgeta Mihaela însă destinul crud nu a lăsat-o să de bucure de micuţa ei decât patru zile. A suferit cumplit şi a făcut o depresie din care şi-a revenit cu greu. După tragedie, Mădălina a mai încercat să devină mamă dar a pierdut o sarcină. Abia la începutul acestui an a reuşit să aducă pe lume o fetiţă sănătoasă şi frumoasă, însă durerea pentru pierderea micuţei Georgeta Mihaela îi va rămâne pentru totdeauna în suflet. ”La a doua naştere, am stat cu frică în maternitate” Revenind la Mihaela Yilmaz, trebuie spus că ea, precum, probabil toate celelate mămici, a rămas marcată pe viaţă nu numai prin pierderea copilului în ”INFERNUL DE LA GIULEŞTI”, dar şi prin ceea ce i s-a întâmplat ei efectiv în ”maternitatea groazei”. Întrebată dacă a rămas cu un şoc de la tot ce i s-a întâmplat în urmă cu patru ani, Mihaela Yilmaz a dezvăluit pentru ”ring”: ”Normal că am rămas marcată. La a doua naştere, am stat cu frică în maternitate, chiar dacă nu era tot Maternitatea Giuleşti. Am aşteptat să ajung cât mai repede cu cel mic acasă pentru a scăpa de frica asta”. ”Să se gândească la suferinţa noastră” Tânăra mamă are şi un mesaj pentru cei (cu adevărat) responsabili: ”Le spun tuturor celor care cred că sunt responsabili pentru tot ce ni s-a întâmplat în urmă cu patru ani şi de patru ani încoace, să se gândească la suferinţa noastră şi să încerce să prevină, să facă totul pentru ca o astfel de tragedie să nu se mai întâmple... NICIODATĂ, NICIODATĂ!”. Mai citeşte şi: DOCUMENT ŞOCANT! Vezi cum a fost posibil ca 11 BEBELUŞI SĂ ARDĂ DE VII! SENTINŢA în dosarul "Maternitatea Giuleşti", MOTIVATĂ! INCREDIBIL! Judecătorii cer dovada că bebeluşii AU FOST ARŞI la Maternitatea Giuleşti. Dr. Enescu: "Au venit părinţii să se plângă, mi-au cerut fotografii, documente..." Cazul "Maternitatea Giuleşti": părinţii îi acuză pe medicii salvatori 11 nou-născuţi au fost arşi în incendiul de la Maternitatea Giuleşti de pe 16 august 2010. ”Nu ştiu dacă se vor plăti aceste despăgubiri, nu ştiu dacă o să ne dea cineva ceva vreodată. Şi mai ales că, la prima instanţă, s-au făcut diferenţe mari: la unii s-au dat (n.r- s-au admis) despăgubiri mai mari, la alţii mai mici, cu toate că toţi copii noştri aveau aceeaşi vârstă şi au murit în aceleaşi condiţii: arşi de vii!”, MIHAELA YILMAZ, mama unui bebeluş ars la Giuleşti ”Chiar nu merităm dreptate? Simt că înnebunesc! Chiar nu putem să facem nimic? Să stăm să îşi bată joc mereu de noi şi de sufletele copiilor noştri nevinovaţi?”, MIHAELA YILMAZ, mama unui bebeluş ars la Giuleşti