

! Cod roșu de caniculă pentru județul Neamț

Astăzi codul galben aflat în vigoare va fi înlocuit de un cod portocaliu, iar sâmbătă și duminică va fi cod roșu.

Se vor înregistra **temperaturi maxime între 37 și 41 de grade**.

Disconfortul termic va fi deosebit de accentuat, iar indicele temperatură-umezeală (ITU) va depăși pragul critic de 80 de unități. Minimele termice nu vor coborî sub 20 de grade, astfel că nopțile vor fi tropicale.

Specialiștii în situații de urgență au transmis un set de recomandări pentru această perioadă.

! Reduceți expunerea la căldură. Stați într-un loc cu aer condiționat sau undeva la răcoare. Alternați deplasarea cu repausul.

! Evitați efortul fizic sau munca în aer liber în intervalul 11-18.

! Beți multe lichide.

! Ajutați-i pe cei mai vulnerabili. Cele mai expuse riscurilor în caz de caniculă sunt persoanele în vârstă, copiii, cei bolnavi sau persoanele supraponderale.

! Aveți grijă de animalele de companie.