



R O M Â N I A
PRIMĂRIA MUNICIPIULUI CĂLĂRAȘI
JUDEȚUL CĂLĂRAȘI

910058; Călărași, str. București, nr. 140A; Tel.: 0242-31.10.05, Fax: 0242/31.85.74
web: www.primariacalarasi.ro ; email: office@primariacalarasi.ro



29 Iunie 2026

Municipiul Călărașiul, sub Cod Portocaliu de caniculă: 29 iunie, ora 10.00 – 1 iulie, ora 10.00

Primăria Municipiului Călărași informează cetățenii că, în perioada 29 iunie, ora 10:00 – 1 iulie, ora 10:00, municipiul se află sub avertizare Cod Portocaliu. Fenomenele vizate includ un val de căldură persistent și intens, caniculă, disconfort termic accentuat și nopți tropicale.

Pentru a proteja populația și a reduce efectele negative ale temperaturilor extreme, municipalitatea a activat puncte de prim ajutor și spații de răcorire pe raza orașului.

Puncte de prim ajutor și asistență medicală

Două puncte special amenajate sunt deschise zilnic, între orele 10:00 și 18:00, în următoarele locații:

- În incinta Pieței Big
- Lângă hala din Piața Centrală

Cetățenii care se află în tranzit sau au nevoie de un moment de repaus se pot adăposti și în sediile Primăriei Municipiului Călărași:

- Sediul din Strada București nr. 140 A
- Sediul din Strada Progresul nr. 23

Ambele locații oferă acces la spații răcoroase, aer condiționat și dozatoare cu apă rece.

Recomandări generale de autoprotecție pe timp de caniculă:

Hidratare și alimentație

- Beți minimum 2 litri de apă zilnic.
- Evitați băuturile cu mult zahăr sau cofeină.
- Evitați băuturile alcoolice deoarece vă deshidratează.
- Mâncați fructe și legume proaspete zilnic.
- Evitați alimentele grele sau foarte grase.

Comportament în spații deschise

- Evitați deplasările între orele 11:00 și 18:00.
- Purtați haine lejere din bumbac, deschise la culoare.

- Folosiți pălării de soare și ochelari.
- Aplicați cremă cu factor de protecție solară.
- Nu lăsați copiii sau animalele în mașini.

Gestionarea temperaturii în locuințe

- Puneți jaluzele sau perdele la ferestrele însorite.
- Închideți ferestrele când temperatura externă este mare.
- Deschideți ferestrele noaptea pentru a aerisi.
- Opriți aparatele electrocasnice de care nu aveți nevoie.
- Reglați aerul condiționat cu maximum 5 grade sub temperatura de afară.

Grupuri vulnerabile

- Verificați regulat starea vecinilor sau rudelor vârstnice.
- Protejați copiii mici de acțiunea directă a soarelui.
- Mențineți legătura cu medicul de familie dacă aveți boli cronice.