

ASOCIAȚIA
ENERGIA
INTELIGENTĂ

MINISTERUL AFACERILOR INTERNE
DEPARTAMENTUL PENTRU
SITUAȚII DE URGENȚĂ

GHID DE CONDUITĂ ÎN CAZUL PRODUCERII DE AVARII MAJORE LA REȚEAUA DE TRANSPORT SAU DISTRIBUȚIE A ENERGIEI ELECTRICE

CAUZE GENERATOARE DE AVARII MAJORE LA REȚEAUA DE TRANSPORT SAU DISTRIBUȚIE A ENERGIEI ELECTRICE

- Fenomenele meteorologice extreme – de la vânturile puternice care doboară copaci și perturbă transportul ori distribuția energiei electrice, până la ninsorile abundente și ploile torențiale care provoacă inundații – pot avaria substațiile și alte instalații, suprasolicitând sau chiar rupând liniile rețelei electrice;
- Accidente la scară largă și defecțiuni ale sistemelor, precum: blocări software, defecțiuni ale componentelor, incendii, explozii, erori umane;
- Atacuri la infrastructură: substațiile pot fi avariate de vandali sau hoți care încearcă să fure cupru, iar teroriștii le pot ținti folosind bombe sau alte arme convenționale;
- Furtuni geomagnetice, erupții solare și meteori care pot avea un impact devastator asupra sateliților de comunicație și infrastructurii electrice;
- Atacuri cibernetice: rețelele energetice moderne se transformă în rețele inteligente descentralizate, iar accentul mai mare pe conectivitate crește vulnerabilitățile securității cibernetice.

CUM PROCEDĂM DACĂ ELECTRICITATEA ESTE ÎNTRERUPTĂ BRUSC ?

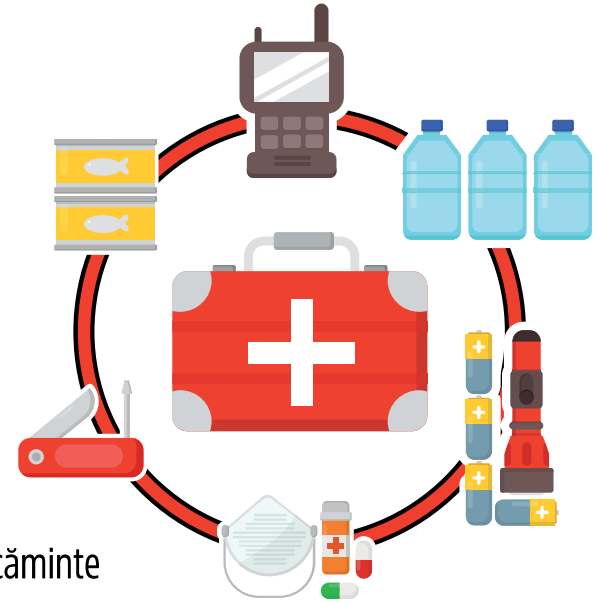
1. Acțiuni înaintea unei pene majore de curent

2. Acțiuni în timpul unei pene majore de curent

3. Acțiuni după o pană majoră de curent



ÎNAINTEA UNEI PENE MAJORE DE CURENT



- Asigurați-vă că aveți pregătit un Rucsac de Urgență, care să conțină:

- Lanternă și baterii pentru aceasta;
- Radio cu acumulatori;
- Bani în numerar;
- Copii ale asigurărilor și ale altor documente importante;
- Materiale de prim-ajutor (trusă de prim-ajutor);
- Medicamente de primă necesitate și pentru diferite tipuri de afecțiuni medicale;
- Articole de igienă: șervețele umede, alcool sanitar, soluții dezinfectante;
- Apă îmbuteliată, minim 2 l/persoană/zi;
- Hrană neperisabilă care nu necesită fierbere, coacere sau răcire (ex. conserve);
- Pături groase/cort/sac de dormit, îmbrăcăminte călduroasă pentru iarnă și îmbrăcăminte ușoară, lejeră şi amplă, din fibre naturale, pentru vară.

- Suplimentar, pentru situația întreruperii electricității sau a gazului, aveți în vedere procurarea următoarelor:

-folie protectoare pentru izolarea interiorului locuinței;
-detector de monoxid de carbon care să funcționeze și pe baterii;
-gheață pentru răcirea alimentelor;
-termometru pentru măsurarea temperaturii alimentelor;
-generator electric;
-butelie de camping/grătar pentru pregătirea alimentelor;
-vase de lut de diverse dimensiuni cu capace.

ÎNAINTEA UNEI PENE MAJORE DE CURENT

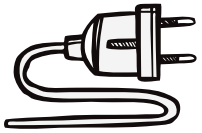
- Pregătiți un plan de urgență împreună cu familia (Elaborează și exersează un plan de urgență) în caz de întrerupere a curentului sau/și a gazului;
- Creați o rețea de asistență (familie, rude, prieteni etc.) pentru persoanele cu dizabilități, care să le ofere acestora suport în cazul producerii unor situații de urgență;
- Păstrați numerele de urgență din telefon/numerele importante și pe un alt suport;
- Asigurați-vă că aveți metode alternative de încărcare pentru telefonul dvs. sau pentru orice alt aparat/dispozitiv medical care necesită alimentare;
- Dacă vă deplasați cu ajutorul unui fotoliu rulant acționat electric, aveți în vedere achiziționarea unor baterii suplimentare sau o modalitate alternativă de transport (fotoliu rulant acționat manual, baston, premergător);
- Dacă aveți în plan achiziționarea unui generator electric, consultați un electrician pentru a vă sfătui în legătură cu parametrii corespunzători necesităților locuinței dumneavoastră;
- Când utilizați un generator electric portabil, conectați echipamentul pe care doriți să îl alimentați direct la prizele din dotarea generatorului. Nu vă recomandăm să conectați un generator electric direct la sistemul electric al casei. Ar putea fi periculos și v-ați putea distruge bunurile casnice.

ÎN TIMPUL UNEI PENE MAJORE DE CURENT

Acțiuni Generale

- Opriți și deconectați toate echipamentele electrice inutile, inclusiv pe cele care conțin electronică sensibilă la fluctuații de energie electrică.
- Opriți sau deconectați aparatele (cum ar fi plitele/cuptoarele electrice, aragazele), echipamentele sau electronicele aflate în funcțiune în momentul întreruperii energiei electrice, pentru a nu fi afectate la remedierea situației.
- Păstrați un întrerupător de lumină aprins pentru a ști când revine energia electrică.
- Porniți un radio care funcționează cu baterii și ascultați un post de radio local pentru a vă informa din surse oficiale (Surse oficiale de informare).
- Verificați dacă vecinii au nevoie de asistență, în special dacă sunt în vârstă sau au dizabilități.
- Evitați călătoriile inutile, în special cu mașina. Semafoarele vor fi afectate, iar drumurile vor fi aglomerate.
- Dacă liniile electrice sunt avariate, nu le atingeți, țineți familia și animalele de companie departe de acestea. Raportați liniile întrerupte companiei dvs. de utilități.
- Asigurați-vă că instalațiile de încălzire sunt alimentate cu antigel.
- Asigurați-vă că știți cum se acționează manual ușa de la casă/garaj.
- Pregătiți-vă casa în avans pentru a fi cât mai eficientă din punct de vedere energetic, pentru a menține căldura înăuntru și frigul afară.
- Dacă folosiți mașina în timpul unei pene de curent pentru a reîncărca dispozitivele, NU țineți mașina în funcțiune într-un garaj, spațiu parțial închis sau aproape de o casă, întrucât acest lucru poate duce la intoxicație cu monoxid de carbon.
- Păstrați rezervorul de benzină al mașinii plin, precum și o rezervă de benzină, întrucât benzinăriile se bazează pe energie electrică pentru a-și alimenta pompele. În conformitate cu prevederile art. 117 din OMAI nr. 163/2007 pentru aprobarea normelor generale de apărare împotriva incendiilor, în locuințe de tip unifamilial sau în apartamentele blocurilor de locuit, carburanții sau alte lichide inflamabile pentru uz casnic se păstrează numai în ambalaje metalice special destinate, închise ermetic, în locuri protejate și fără a se depăși 25l.





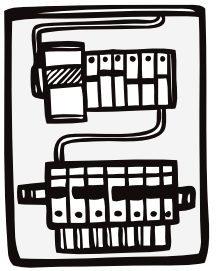
ÎN TIMPUL UNUI PENE MAJORE DE CURENT

- Dacă utilizați echipamente de încălzire cu combustibil lichid/solid, asigurați-vă că interiorul camerei/casei este permanent ventilat și coșurile de evacuare sunt curățate, astfel încât să nu existe pericolul intoxicării cu monoxid de carbon.
- Instalați detectoare de monoxid de carbon cu baterie de rezervă la fiecare nivel al locuinței.

Crearea unui microclimat protector

În sezonul rece

- Pentru a păstra locuința caldă în cazul unei întreruperi prelungite a curentului electric, adunați-vă cu familia într-o cameră conectată la baie sau bucătărie, cu cât mai puțini pereți exteriori. Pentru a reține mai bine căldura, improvizați un adăpost similar unui cort în acea cameră (de exemplu, cu ajutorul unor pături).
- Acoperiți podelele cu covoare sau pături.
- Acoperiți ferestrele cu folie cu protecție termică.
- Blocați aerul care intră pe sub uși (de exemplu, folosind prosoape rulate).



În sezonul cald

- Țineți ferestrele închise și blocați razele soarelui folosind draperii cu grad mare de opacitate, jaluzele/rolete sau rulouri exterioare, atunci când temperatura exterioară este superioară celei din locuință. După lăsarea întunericului pot fi deschise ferestrele pentru aerisire.

ÎN TIMPUL UNUI PENE MAJORE DE CURENT

Capacitatea de reglare a temperaturii corpului este una dintre cele mai importante abilități de supraviețuire.
Căldura corporală este produsă prin metabolizarea alimentelor/lichidelor pe care le consumăm și prin exerciții fizice.

Sfaturi pentru reglarea temperaturii corpului

În sezonul rece

Hidratați-vă!

- Beți între 1 – 2 l de apă călduță/zi chiar dacă nu vă este sete, întrucât deshidratarea îngroașă sângele, crescând riscul de hipotermie.
- Nu mâncați zăpadă și evitați băuturile reci sau care conțin gheață, deoarece vor reduce temperatura corpului.

Creșteți aportul caloric!

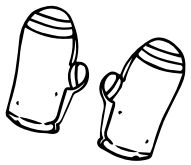
- Consumați alimente bogate în proteine, carbohidrați și grăsimi.
- Grăsimile contribuie la menținerea funcțiilor tiroidiene și a metabolismului în echilibru și vă vor ajuta să vă mențineți mai cald.
- În limita posibilităților, consumați alimente calde (cereale, supe, tocane, ceaiuri fără cofeină, cacao), care vă vor ajuta să vă încălziți din interior spre exterior.



ÎN TIMPUL UNUI PENE MAJORE DE CURENT

Creșteți nivelul de activitate!

- Douăzeci de minute de exerciții fizice vă pot încălzi și vă pot menține temperatura corpului mai crescută după ce vă opriți din mișcare.
- Exercițiile fizice cresc fluxul de sânge către extremități, prevenind degerăturile.





Îmbrăcați-vă pentru frig!

- Îmbrăcați-vă cu haine călduroase încă de la început pentru a reduce nevoia corpului de a produce căldură.
- Purtarea mai multor straturi de îmbrăcăminte vă permite să vă adaptați în siguranță la schimbările de temperatură. Se recomandă îmbrăcămintea confecționată din lână.
- Evitați supraîncălzirea ajustând straturile de îmbrăcăminte.
- Transpirația vă poate umezi pielea și hainele, ceea ce va conduce la scăderea temperaturii corporale.
- Zonele cele mai expuse înghețului sunt extremitățile corpului. Purtați căciulă/fular/ mănuși/șosete.
- Evitați îmbrăcămintea strâmtă care poate afecta circulația normală a sângelui.



În sezonul cald

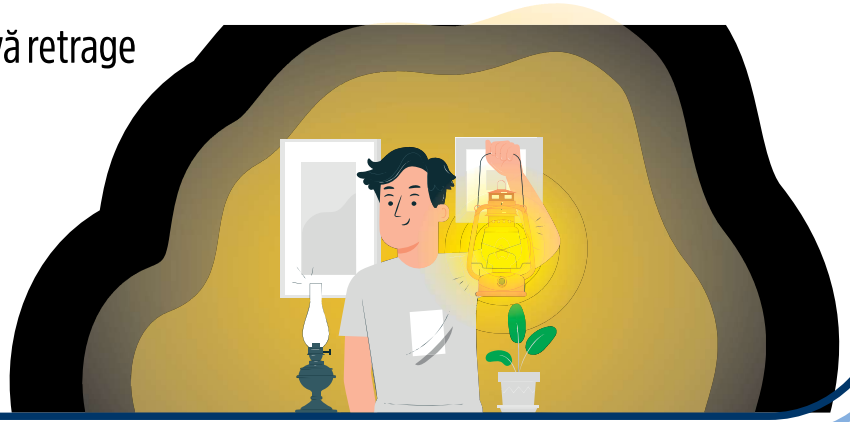
- Scădeți-vă temperatura corpului umezindu-vă pielea prin folosirea unei cârpe îmbibate cu apă.
- Evitați băuturile care conțin cofeină (cafea, anumite tipuri de ceai) sau zahăr (sucurile carbogazoase) în cantități mari, deoarece sunt diuretice. Evitați consumul de alcool (inclusiv bere sau vin) deoarece acesta favorizează deshidratarea şi diminuează capacitatea de luptă a organismului împotriva căldurii.

ÎN TIMPUL UNUI PENE MAJORE DE CURENT

- Consumați legume şi fructe proaspete cu un conținut ridicat de apă (castraveți, roşii, pepene galben/roşu, prune), pentru a scădea aportul caloric.
- Mâncați mai mult salate şi supe uşoare de legume şi evitați consumul de alimente grase, care necesită eforturi mari pentru digestie, ceea ce va conduce la creșterea temperaturii interne a corpului.

Cum facem lumină?

- Folosiți pe cât posibil doar lanterne sau felinare cu baterii pentru iluminatul de urgență, întrucât lumânările pot provoca incendii.
- Dacă trebuie să folosiți lumânări, nu le lăsați nesupravegheate, aproape de perdele și alte obiecte inflamabile, la îndemâna copiilor sau în apropierea acestora.
- Asigurați-vă că stingeți toate lumânările înainte de a vă retrage pentru somn.



ÎN TIMPUL UNUI PENE MAJORE DE CURENT

Depozitarea alimentelor

- Țineți ușile frigiderului și congelatorului închise cât mai mult posibil. Prima dată utilizați alimentele perisabile din frigider. Frigiderul nedeschis va păstra alimentele reci pentru aproximativ 4 ore.
- Folosiți alimentele din congelator după ce au fost epuizate cele perisabile din frigider. Un congelator plin poate să mențină temperatura interioară pentru aproximativ 48 de ore (24 de ore dacă este pe jumătate plin) dacă ușa rămâne închisă.
- Dacă întreruperea energiei electrice va continua mai mult de o zi și nu aveți alte posibilități de completare cu gheață a compartimentului congelator, identificați un loc uscat și răcoros unde puteți păstra alimentele și acoperiți-le cu folie protectoare.
- Dacă alimentele sunt încă reci la atingere (au mai puțin de 4°C), sunt sigure pentru consum.
- Odată ce alimentele reci sau congelate nu mai sunt reci la atingere (au 4°C sau mai mult), pot fi păstrate și consumate până la două ore. După acest interval de timp, trebuie aruncate.
- Brânza se va păstra într-un prosop de hârtie sau de in, înmuiat în apă sărată, după care se pune într-o pungă.
- Laptele fiert se va păstra acoperind vasul în care se găsește cu o oală de pământ nezmălțuită, udată din belșug în exterior cu apă rece. Evaporarea apei determină scăderea temperaturii în interior, ferind laptele de alterare.
- Legumele verzi se vor feri de soare, se vor ține la întuneric, într-un loc bine aerisit învelite într-o cârpă umedă.
- Ouăle se ung cu un strat subțire de grăsime, apoi se învelesc în hârtie lucioasă și se depozitează unul câte unul într-o lădiță de lemn.
- Untul se împachetează în hârtie metalizată și se acoperă cu un ghiveci de lut peste care se toarnă periodic apă rece.



ÎN TIMPUL UNUI PENE MAJORE DE CURENT

Pregătirea alimentelor

- Folosiți alimente care nu necesită gătit, cum ar fi legume pentru salată, conserve de carne, pâine și cereale pentru micul dejun.
- Majoritatea rețetelor pot fi adaptate altor procese de gătit – de exemplu, orezul și pastele pot fi gătite cu ajutorul unei butelii de camping, carnea și legumele pot fi gătite pe grătar, în aer liber.
- Nu folosiți niciodată o butelie de camping sau un grătar în interiorul unei case, rulote sau a unui cort.

Construiți-vă propriul răcitor

- Luați două vase din lut – unul mai mare și altul mai mic, care să intre în primul. Umpleți fundul vasului mai mare cu câțiva centimetri de nisip. Puneți oala mai mică în cea mai mare și umpleți spațiul dintre vase cu nisip. Turnați apă peste nisip. Acoperiți vasele cu un capac ceramic sau o cârpă umedă. Adăugați apă în nisip în fiecare zi, deoarece evaporarea apei va răci vasul și va păstra alimentele.

Alimentarea cu apă

- În cazul unei pene de curent, este posibil să nu mai existe presiune în conductele de apă pentru a livra apă la robinete.
- Dacă o stație de tratare a apei nu are energie electrică, procesele prin care se curăță apa respectivă ar putea să nu funcționeze.
- Este necesară identificarea unei surse de apă pe care să o transportăm pentru a o folosi pentru necesitățile fiziologice.
- Apa este una dintre resursele esențiale pentru supraviețuirea noastră și din acest motiv avem întotdeauna nevoie de o sursă de aprovizionare sigură. Deoarece nu putem estima niciodată durata unei situații de urgență, este important să avem provizii suficiente de apă.

ÎN TIMPUL UNUI PENE MAJORE DE CURENT

Îngrijirea bebelușilor

- Îngrijirea bebelușilor în condițiile existenței unor avarii la rețelele de gaz/electricitate poate fi dificilă, în special în ceea ce privește pregătirea alimentelor și igiena.
- Păstrați igiena personală după schimbarea scutecelor sau înainte de a manipula alimente folosind un dezinfectant cu alcool pentru mâini.
- Dacă nu puteți fierbe sticlele, sterilizați-le în soluții dezinfectante preparate comercial.
- Nu este indicat să oferiți bebelușilor lapte rece.



Igiena corporală

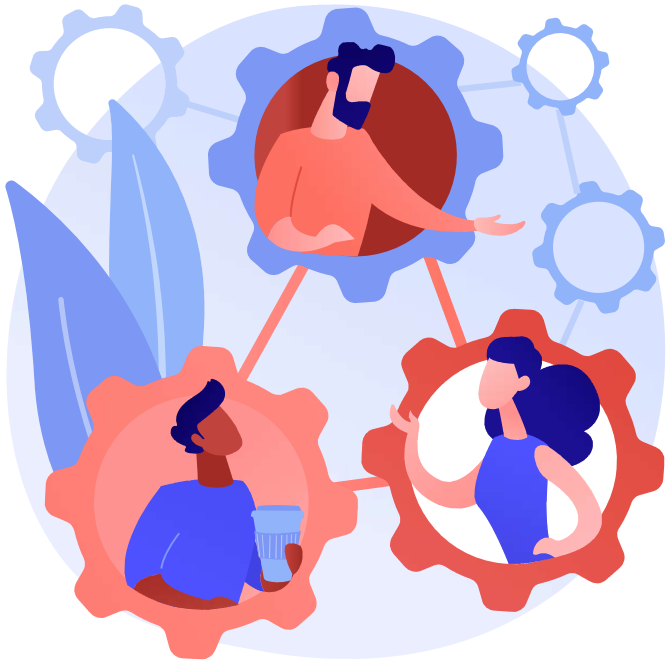
- Dacă apa fierbinte nu este disponibilă timp de până la 24 de ore, atunci este indicat să nu faceți duș, cu excepția cazului în care igiena este o problemă specială.
- Dacă igiena este o problemă specială, produsele de tipul șervețelelor de unică folosință care nu sunt pe bază de săpun pot fi folosite fără apă.
- Pentru perioade mai lungi de întrerupere a alimentării cu gaz sau electricitate, poate fi necesar să găsiți mijloace alternative de încălzire a apei.



ÎN TIMPUL UNUI PENE MAJORE DE CURENT

Interacțiunea socială

- Sentimentul nostru de bunăstare și fericire crește pe măsură ce interacționăm pozitiv cu ceilalți.
- Scoateți jocuri, relaxați-vă și jucați-vă împreună.
- Interacțiunile pozitive cu ceilalți vor arunca o lumină nouă asupra aspectelor deprimante ale situațiilor de criză și vor oferi o perspectivă sănătoasă asupra situației.



DUPĂ O PANĂ MAJORĂ DE CURENT

- Permiteți sistemului electric să se stabilizeze înainte de a reconecta aparatele electrice. Efectuați reconectarea acestora pe rând.
- Nu vă apropiați de zonele unde au căzut cabluri electrice și anunțați autoritățile despre acestea.
- Aruncați alimentele care au un miros, o culoare sau o textură neobișnuită. Nu gustați alimentele care au fost expuse la temperaturi înalte, chiar dacă acestea nu și-au schimbat aspectul. Aceste alimente pot conține bacterii rezistente care nu pot fi distruse prin procesul de gătire.
- Nu utilizați medicamente care necesită refrigerare și care nu au putut fi depozitate conform instrucțiunilor de păstrare. Acestea vor fi colectate conform prevederilor Instrucțiunii Ministerului Sănătății nr. 6.226 din 4 aprilie 2024 privind modalitatea de gestionare a deșeurilor de medicamente neutilizate și/sau expirate provenite de la populație.
- Hidratați-vă corespunzător, consumați alimente calde, asigurați-vă igiena corporală.
- Ascultați informațiile autorităților locale privind alimentarea cu apă potabilă a localității.
- Refaceți kitul de pregătire pentru situații de urgență, astfel încât să îl puteți utiliza din nou la nevoie.

ASOCIAȚIA
ENERGIA
INTELIGENTĂ

MINISTERUL AFACERILOR INTERNE
DEPARTAMENTUL PENTRU
SITUAȚII DE URGENȚĂ

GHID DE CONDUITĂ ÎN CAZUL PRODUCERII DE AVARII MAJORE LA REȚEAUA DE TRANSPORT SAU DISTRIBUȚIE A ENERGIEI ELECTRICE



Copyright©2023 Asociația Energia Inteligentă, Toate Drepturi Rezervate.
Nicio parte din aceasta lucrare nu poate fi copiată, lucrată sau modificată
fară acordul scris al autorului.

Design & Print: MAN Art Factory-2023, Mohamed Ahmed N.