



Ελληνικός
Ερυθρός Σταυρός

Διεύθυνση Γραφείου Τύπου & Επικοινωνίας Ε.Ε.Σ.

Ακρόπολη, 22 Ιουλίου 2025

ΔΕΛΤΙΟ ΤΥΠΟΥ

Ο Ελληνικός Ερυθρός Σταυρός θα υλοποιήσει έκτακτη δράση υποστήριξης των επισκεπτών της Ακρόπολης λόγω καύσωνα



Ο Ελληνικός Ερυθρός Σταυρός, λόγω των ιδιαίτερα υψηλών θερμοκρασιών που επικρατούν αυτές τις μέρες στην Αθήνα, διοργανώνει, εκτάκτως, την Τετάρτη (23/7), δράση υποστήριξης και ενημέρωσης του κόσμου που αναμένεται να επισκεφθεί το ιστορικό μνημείο της Ακρόπολης.

Συγκεκριμένα, **κλιμάκια εθελοντών και προσωπικού από όλους τους Τομείς του Ε.Ε.Σ.** (Υγείας, Κοινωνικής Πρόνοιας, Σαμαρειτών – Διασωστών & Νεότητας) **θα βρίσκονται την Τετάρτη (23/7) από τις 09:00 έως τις 12:00 π.μ. έξω από τα εκδοτήρια της Ακρόπολης**, όπου συγκεντρώνεται καθημερινά μεγάλος αριθμός πολιτών και τουριστών, προκειμένου **να παράσχουν δροσερά εμφιαλωμένα μπουκάλια νερό αλλά και ενημέρωση για τα μέτρα πρόληψης και αντιμετώπισης των ακραίων θερμοκρασιών**, εστιάζοντας ιδιαίτερα στις ομάδες υψηλού κινδύνου (ηλικιωμένους, χρόνια πάσχοντες, άστεγοι, υπέρβαρα άτομα κ.α.

Ο Τομέας Υγείας του Ε.Ε.Σ. προτείνει τρόπους αντιμετώπισης των υψηλών θερμοκρασιών:

- Φορέστε ανοιχτόχρωμα, ελαφριά και φαρδιά ρούχα.
- Φορέστε γυαλιά, καπέλο και αντηλιακό όταν βρίσκεστε σε εξωτερικούς χώρους με υψηλές θερμοκρασίες.
- Πίνετε πολλά υγρά χωρίς καφεΐνη, αλκοόλ και ζάχαρη και μείνετε ενυδατωμένοι. Καταναλώστε άφθονα ωμά φρούτα και σαλάτες.
- Μην παραμένετε σε σταθμευμένο αυτοκίνητο όταν οι εξωτερικές θερμοκρασίες είναι υψηλές.
- Αν δεν είναι ανάγκη, αποφύγετε τις εξωτερικές εργασίες και ασκήσεις κατά τις πιο ζεστές ώρες της ημέρας και παραμείνετε σε κλειστούς χώρους με κλιματισμό.
- Αποφύγετε την υπερβολική σωματική άσκηση.
- Εάν λαμβάνετε φάρμακα που αυξάνουν τη θερμότητα του σώματός σας, φροντίστε να παραμείνετε ενυδατωμένοι και να παραμείνετε σε δροσερό περιβάλλον.
- Σε περίπτωση υπόπτων συμπτωμάτων, επικοινωνήστε άμεσα με τον ιατρό σας.
