24 Αυγούστου 2026

Έκτακτη δράση υποστήριξης του Ελληνικού Ερυθρού Σταυρού για τους επισκέπτες της Ακρόπολης λόγω καύσωνα

/ Γενικά Θέματα / Ειδήσεις και Ανακοινώσεις

Ο Ελληνικός Ερυθρός Σταυρός, λόγω των ιδιαίτερα υψηλών θερμοκρασιών που επικρατούν αυτές τις μέρες στην Αθήνα, διοργανώνει, εκτάκτως, την Τρίτη (25/8), δράση υποστήριξης και ενημέρωσης των χιλιάδων επισκεπτών του ιστορικού μνημείο της Ακρόπολης.

Συγκεκριμένα, κλιμάκια εθελοντών και προσωπικού από τους Τομείς Υγείας και Κοινωνικής Πρόνοιας του Ε.Ε.Σ. θα βρίσκονται την Τρίτη (25/8) από τις 09:00 έως τις 12:00 μ.μ. έξω από τα κεντρικά εκδοτήρια της Ακρόπολης (πλησίον Σταθμού

Πρώτων Βοηθειών του Ε.Ε.Σ.), όπου συγκεντρώνεται καθημερινά μεγάλος αριθμός επισκεπτών, προκειμένου να προσφέρουν δωρεάν χιλιάδες δροσερά εμφιαλωμένα μπουκάλια νερό, μέσα προστασίας (καπέλα, αντιηλιακές κρέμες,βεντάλιες) αλλά και ενημέρωση για τα μέτρα πρόληψης και αντιμετώπισης των ακραίων θερμοκρασιών, στα ελληνικά και στα αγγλικά, εστιάζοντας ιδιαίτερα στις ομάδες υψηλού κινδύνου (ηλικιωμένους, χρόνια πάσχοντες, παιδιά, 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 παραμένετε σε δροσερό περιβάλλον.

Σε περίπτωση υπόπτων συμπτωμάτων, επικοινωνήστε άμεσα με τον ιατρό σας.

ΤΟΜΕΑΣ ΥΓΕΙΑΣ
ΕΛΛΗ

IFRC