



ΔΕΛΤΙΟ ΤΥΠΟΥ

Αύριο Τρίτη και μεθαύριο Τετάρτη νέα θερμική έξαρση με πολύ υψηλές θερμοκρασίες. Από την Τετάρτη το απόγευμα και τη βορειοδυτική Ελλάδα η αποδρομή του καύσωνα με μπουρίνια

Δευτέρα, 24 Ιουλίου 2023

Σύμφωνα με το επικαιροποιημένο Έκτακτο Δελτίο Επικίνδυνων Καιρικών Φαινομένων (ΕΔΕΚΦ) που εκδόθηκε **σήμερα Δευτέρα 24 Ιουλίου 2023** από την Εθνική Μετεωρολογική Υπηρεσία (ΕΜΥ), συνοπτικά αναμένονται:

- α) τη Δευτέρα 24-7-2023 πρόσκαιρη υποχώρηση των πολύ υψηλών θερμοκρασιών.**
- β) την Τρίτη 25-7-2023 νέα (η τρίτη) θερμική έξαρση με πολύ υψηλές θερμοκρασίες.**
- γ) την Τετάρτη 26-7-2023 πολύ υψηλές θερμοκρασίες σε όλη τη χώρα, όμως από το απόγευμα θα ξεκινήσει από τη βορειοδυτική Ελλάδα η αποδρομή του καύσωνα με μπουρίνια.**
- δ) την Πέμπτη 27-7-2023 αισθητή πτώση της θερμοκρασίας.**

Πιο αναλυτικά:

- 1. Τη Δευτέρα 24-7-2023 η θερμοκρασία υποχωρεί κατά 2 με 5 βαθμούς Κελσίου, με τη μεγαλύτερη πτώση να παρατηρείται στην ανατολική χώρα και τη μικρότερη στη δυτική. Οι μέγιστες τιμές θα φθάσουν:**

- α. Στα νησιά του Ιονίου και τα ηπειρωτικά τους 38 με 40 και κατά τόπους στη δυτική Στερεά και την Πελοπόννησο τους 41 με 42 βαθμούς Κελσίου
 - β. τα Δωδεκάνησα και τη νότια Κρήτη τους 38 με 39 βαθμούς Κελσίου
 - γ. στην υπόλοιπη νησιωτική χώρα τους 35 με 37 βαθμούς Κελσίου.
2. Την Τρίτη 25-7-2023 προβλέπεται νέα θερμική έξαρση στη χώρα. Οι μέγιστες τιμές της θερμοκρασίας θα φθάσουν:
- α. Στα ηπειρωτικά τους 40 με 42 και τοπικά στο εσωτερικό της Θεσσαλίας και της Στερεάς τους 43 με 44 βαθμούς Κελσίου
 - β. στα νησιά του Ιονίου, τα νησιά του ανατολικού Αιγαίου, τα Δωδεκάνησα και τη νότια Κρήτη τους 39 με 41 βαθμούς Κελσίου
 - γ. στην υπόλοιπη νησιωτική Ελλάδα τους 36 με 38 βαθμούς Κελσίου
3. Την Τετάρτη 26-7-2023 η θερμοκρασία θα φτάσει στα πολύ υψηλά επίπεδα της Τρίτης, αλλά από το απόγευμα στη βορειοδυτική χώρα και πιο συγκεκριμένα στο βόρειο Ιόνιο, την Ήπειρο και τη δυτική Στερεά η καιρική κατάσταση θα αλλάξει με καταιγίδες που θα συνοδεύονται πρόσκαιρα από πολύ ενισχυμένους βόρειους βορειοδυτικούς ανέμους (μπουρίνια). Τα περιορισμένης διάρκειας, αλλά έντονα αυτά φαινόμενα θα επεκταθούν το βράδυ στη Μακεδονία, τη Θεσσαλία, τη δυτική Πελοπόννησο και το νότιο Ιόνιο.
4. Την Πέμπτη 27-7-2023 η θερμοκρασία προβλέπεται να υποχωρήσει κατά 6 με 8 βαθμούς σε όλη τη χώρα και δεν θα ξεπερνά τους 35 με 37 βαθμούς.

Οι πολίτες μπορούν να ενημερώνονται καθημερινά για την εξέλιξη των έκτακτων καιρικών φαινομένων στα τακτικά δελτία καιρού της ΕΜΥ και στην ιστοσελίδα της ΕΜΥ στην ηλεκτρονική διεύθυνση www.emy.gr.

Η Γενική Γραμματεία Πολιτικής Προστασίας (civilprotection.gov.gr) του Υπουργείου Κλιματικής Κρίσης & Πολιτικής Προστασίας, έχει ενημερώσει τις αρμόδιες υπηρεσιακά εμπλεκόμενες κρατικές υπηρεσίες, καθώς και τις περιφέρειες και τους δήμους της χώρας, ώστε να βρίσκονται σε αυξημένη ετοιμότητα πολιτικής προστασίας, προκειμένου να αντιμετωπίσουν άμεσα τις επιπτώσεις από την επικράτηση των υψηλών θερμοκρασιών και από την εκδήλωση των έντονων καιρικών φαινομένων.

Παράλληλα, η Γενική Γραμματεία Πολιτικής Προστασίας συνιστά στους πολίτες να είναι ιδιαίτερα προσεκτικοί, μεριμνώντας για τη λήψη μέτρων αυτοπροστασίας από κινδύνους που προέρχονται από την επικράτηση των υψηλών θερμοκρασιών και από κινδύνους που προέρχονται από την εκδήλωση των έντονων καιρικών φαινομένων.

Στις περιοχές όπου προβλέπεται η επικράτηση υψηλών θερμοκρασιών, η Γενική Γραμματεία Πολιτικής Προστασίας (civilprotection.gov.gr) εφιστά την προσοχή στα άτομα που ανήκουν σε ευπαθείς ομάδες να είναι ιδιαίτερα προσεκτικοί κατά τις επόμενες ημέρες, ώστε να αποφευχθούν προβλήματα υγείας, όπως θερμική εξάντληση και θερμοπληξία, που μπορεί να προκληθούν εξαιτίας των υψηλών θερμοκρασιών που θα επικρατήσουν.

Ειδικότερα, σύμφωνα με τις οδηγίες αυτοπροστασίας από τις υψηλές θερμοκρασίες, συνιστάται στους πολίτες:

- Να παραμένουν σε χώρους δροσερούς και σκιερούς μακριά από συνωστισμό, να χρησιμοποιούν κλιματιστικά μηχανήματα ή ανεμιστήρες και να αποφεύγουν τη βαριά σωματική εργασία σε χώρους με υψηλή θερμοκρασία, άπνοια και μεγάλη υγρασία.

- Να αποφεύγουν την ηλιοθεραπεία, όπως και το βάδισμα ή το τρέξιμο κάτω από τον ήλιο και να φορούν καπέλο και γυαλιά ηλίου και ρούχα ανοιχτόχρωμα από ύφασμα που επιτρέπει στο δέρμα να αερίζεται και διευκολύνει την εξάτμιση του ιδρώτα, αποφεύγοντας τα συνθετικά υφάσματα.
- Να καταναλώνουν ελαφρά γεύματα με φρούτα και λαχανικά, περιορίζοντας τα λιπαρά και την ποσότητα του φαγητού.
- Να πίνουν άφθονο νερό και χυμούς φρούτων, αποφεύγοντας τα οينوπνευματώδη.

Ιδιαίτερη μέριμνα συνιστάται για τα μωρά και τα μικρά παιδιά, καθώς και τους ηλικιωμένους και τους πάσχοντες από χρόνια νοσήματα για την προστασία τους από τις υψηλές θερμοκρασίες

Για περισσότερες πληροφορίες και οδηγίες αυτοπροστασίας από τις υψηλές θερμοκρασίες, οι πολίτες μπορούν να επισκεφθούν την ιστοσελίδα της Γενικής Γραμματείας Πολιτικής Προστασίας στην ηλεκτρονική διεύθυνση civilprotection.gov.gr και στα ακόλουθα έγγραφα του Υπουργείου Υγείας:

<https://diavgeia.gov.gr/doc/%CE%A8%CE%9C%CE%9F1465%CE%A6%CE%A5%CE%9F-%CE%9A%CE%9D%CE%94>

<https://diavgeia.gov.gr/doc/9%CE%A7%CE%96%CE%9B465%CE%A6%CE%A5%CE%9F-%CE%A050?inline=true>

Ειδικότερα θέματα που αφορούν την πρόληψη της θερμικής καταπόνησης των εργαζομένων δίνονται στο ακόλουθο έγγραφο του Υπουργείου Εργασίας & Κοινωνικών Υποθέσεων:

<https://diavgeia.gov.gr/doc/6%CE%A1%CE%9B646%CE%9C%CE%A4%CE%9B%CE%9A-%CE%A16%CE%9F>

Επίσης, σε περιοχές όπου **προβλέπεται η εκδήλωση έντονων βροχοπτώσεων, καταιγίδων ή θυελλωδών ανέμων:**

- Να ασφαλίσουν αντικείμενα τα οποία αν παρασυρθούν από τα έντονα καιρικά φαινόμενα ενδέχεται να προκαλέσουν καταστροφές ή τραυματισμούς.
- Να βεβαιωθούν ότι τα λούκια και οι υδρορροές των κατοικιών δεν είναι φραγμένα και λειτουργούν κανονικά.
- Να αποφεύγουν να διασχίζουν χειμάρρους και ρέματα, πεζή ή με όχημα, κατά τη διάρκεια καταιγίδων και βροχοπτώσεων, αλλά και για αρκετές ώρες μετά το τέλος της εκδήλωσής τους
- Να αποφεύγουν τις εργασίες υπαίθρου και δραστηριότητες σε θαλάσσιες και παράκτιες περιοχές κατά τη διάρκεια εκδήλωσης των έντονων καιρικών φαινομένων (κίνδυνος από πτώσεις κεραυνών).
- Να προφυλαχτούν αμέσως κατά τη διάρκεια μιας χαλαζόπτωσης. Να καταφύγουν σε κτίριο ή σε αυτοκίνητο και να μην εγκαταλείπουν τον ασφαλή χώρο, παρά μόνο όταν βεβαιωθούν ότι η καταιγίδα πέρασε. Η χαλαζόπτωση μπορεί να είναι πολύ επικίνδυνη και για τα ζώα.
- Να αποφύγουν τη διέλευση κάτω από μεγάλα δέντρα, κάτω από αναρτημένες πινακίδες και γενικά από περιοχές, όπου ελαφρά αντικείμενα (π.χ. γλάστρες, σπασμένα τζάμια κλπ.) μπορεί να αποκολληθούν και να πέσουν στο έδαφος (π.χ. κάτω από μπαλκόνια).
- Να ακολουθούν πιστά τις οδηγίες των κατά τόπους αρμοδίων φορέων, όπως Τροχαία κλπ.

Για πληροφορίες και ανακοινώσεις **σχετικά με την επικρατούσα κατάσταση και την βατότητα του οδικού δικτύου** λόγω εισροής πλημμυρικών υδάτων σε αυτό οι πολίτες μπορούν να επισκεφθούν την ιστοσελίδα της ΕΛ.ΑΣ. www.astynomia.gr.

Για περισσότερες **πληροφορίες και οδηγίες αυτοπροστασίας** από τα έντονα καιρικά φαινόμενα, οι πολίτες μπορούν να επισκεφθούν την **ιστοσελίδα της Γενικής Γραμματείας Πολιτικής Προστασίας** στην ηλεκτρονική διεύθυνση civilprotection.gov.gr.