



ΔΕΛΤΙΟ ΤΥΠΟΥ

Κακοκαιρία προβλέπεται την Κυριακή 01-02-2026 στις περισσότερες περιοχές της χώρας με ισχυρές βροχές και καταιγίδες. Επισημαίνεται πως οι βροχοπτώσεις εκτός της μεγάλης έντασης θα έχουν και μεγάλη διάρκεια

Σάββατο, 31 Ιανουαρίου 2026

Σύμφωνα με το Έκτακτο Δελτίο Επικίνδυνων Καιρικών Φαινομένων (ΕΔΕΚΦ) που εκδόθηκε σήμερα **Σάββατο 31 Ιανουαρίου 2026** από την Εθνική Μετεωρολογική Υπηρεσία (ΕΜΥ), κακοκαιρία προβλέπεται την Κυριακή 01-02-2026 στις περισσότερες περιοχές της χώρας με ισχυρές βροχές και καταιγίδες. Επισημαίνεται πως οι βροχοπτώσεις εκτός της μεγάλης έντασης θα έχουν και μεγάλη διάρκεια. Τα ισχυρά φαινόμενα σε πολλές περιοχές θα συνοδεύονται από ισχυρούς ανέμους εντάσεως μέχρι 8 με 9 μποφόρ και πιθανώς από τοπικές χαλαζοπτώσεις. Χιονοπτώσεις θα σημειωθούν στα ορεινά της ηπειρωτικής χώρας και στα βόρεια ορεινά - ημιορεινά, αλλά από νωρίς το απόγευμα της Κυριακής και σε περιοχές της ανατολικής Μακεδονίας και της Θράκης με χαμηλό υψόμετρο.

Πιο συγκεκριμένα κατά τόπους ισχυρές βροχές και καταιγίδες προβλέπονται:

Αύριο Κυριακή (01-02-2026)

α. Στην Πελοπόννησο από τις πρώτες πρωινές ώρες μέχρι αργά το απόγευμα.

β. Στην ανατολική Θεσσαλία (περιφερειακές ενότητες Λάρισας, Μαγνησίας συμπεριλαμβανομένων και των Σποράδων) και στις περιφερειακές ενότητες της Κεντρικής Μακεδονίας Πιερία, Ημαθία και Χαλκιδική από τις πρωινές ώρες μέχρι αργά το απόγευμα.

γ. Στην Κρήτη (κυρίως στα δυτικά και τα νότια) από τις πρωινές ώρες.

- δ. Στα νησιά του Ιονίου (κυρίως περιοχή Λευκάδας, Κεφαλληνίας, Ιθάκης, Ζακύνθου) από τις πρώτες ώρες μέχρι αργά το απόγευμα.
- ε. Στην Ήπειρο και τη δυτική Στερεά από τις πρωινές ώρες μέχρι το μεσημέρι.
- στ. Στη δυτική Θεσσαλία (περιφερειακές ενότητες Καρδίτσας, Τρικάλων) από τις πρωινές ώρες μέχρι το απόγευμα.
- ζ. Στις υπόλοιπες περιοχές της Κεντρικής Μακεδονίας από τις πρωινές ώρες μέχρι το απόγευμα.
- η. Στην ανατολική Στερεά (συμπεριλαμβανομένης της Αττικής) και την Εύβοια από τις πρωινές ώρες μέχρι το απόγευμα.
- θ. Στο Ανατολικό Αιγαίο και τα Δωδεκάνησα από τις μεσημβρινές ώρες.

Μεθαύριο Δευτέρα (02-02-2026)

Στα Δωδεκάνησα και την Κρήτη μέχρι τις πρωινές ώρες.

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, (www.oldportal.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 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 εκδήλωση των έντονων καιρικών φαινομένων**.

Ειδικότερα, 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. Ιδιαίτερη προσοχή χρειάζεται στα σημεία του οδικού δικτύου, όπου ο δρόμος διασταυρώνεται με χειμάρρους και δεν υπάρχει γέφυρα.
- 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.

Σε περιοχές που εκδηλώνεται **έντονη κεραυνική δραστηριότητα**:

Αν βρίσκεστε στο σπίτι

- Μην κρατάτε ηλεκτρικές συσκευές ή το τηλέφωνο διότι ο κεραυνός μπορεί να περάσει μέσα από τα καλώδια. Αποσυνδέστε τις συσκευές τηλεόρασης από την κεραία και την παροχή του ηλεκτρικού ρεύματος.
- Αποφύγετε να αγγίξετε τις σωληνώσεις των υδραυλικών (κουζίνα, μπάνιο) καθώς συνιστούν καλούς αγωγούς του ηλεκτρισμού.
- Αν βρίσκεστε στο αυτοκίνητο
- Ακινητοποιείτε το στην άκρη του δρόμου και μακριά από δέντρα που ενδέχεται να πέσουν πάνω του.
- Μείνετε μέσα και ανάψτε τα προειδοποιητικά φώτα στάσης (φώτα έκτακτης ανάγκης) μέχρι να κοπάσει η καταιγίδα.
- Κλείστε τα τζάμια και μην ακουμπάτε σε μεταλλικά αντικείμενα.
- Αποφύγετε τους πλημμυρισμένους δρόμους.

Αν βρίσκεστε σε εξωτερικό χώρο

- Καταφύγετε σε κτίριο ή σε αυτοκίνητο διαφορετικά καθίστε αμέσως στο έδαφος χωρίς να ξαπλώσετε.
- Προστατευτείτε κάτω από συμπαγή κλαδιά χαμηλών δέντρων στην περίπτωση που είστε μέσα σε δάσος.
- Μην καταφύγετε ποτέ κάτω από ένα ψηλό δέντρο σε ανοιχτό χώρο.
- Αποφύγετε τα χαμηλά εδάφη για τον κίνδυνο πλημμύρας.
- Μην στέκεστε πλάι σε πυλώνες, γραμμές μεταφοράς ηλεκτρικού ρεύματος, τηλεφωνικές γραμμές και φράκτες.
- Μην πλησιάζετε μεταλλικά αντικείμενα (π.χ. αυτοκίνητα, ποδήλατα, σύνεργα κατασκήνωσης κλπ.).
- Απομακρυνθείτε από ποτάμια, λίμνες ή άλλες μάζες νερού.
- Αν είστε μέσα στη θάλασσα βγείτε αμέσως έξω.
- Αν βρίσκεστε απομονωμένοι σε μια επίπεδη έκταση και νιώσετε να σηκώνονται τα μαλλιά σας (γεγονός που δηλώνει ότι σύντομα θα εκδηλωθεί κεραυνός), κάντε βαθύ κάθισμα με το κεφάλι ανάμεσα στα πόδια (ώστε να ελαχιστοποιήσετε την επιφάνεια του σώματός σας και την επαφή σας με το έδαφος) πετώντας τα μεταλλικά αντικείμενα που έχετε επάνω σας.

Σε περιοχές όπου **προβλέπεται η εκδήλωση χιονοπτώσεων και παγετού**:

Αν πρόκειται να μετακινηθούν με το αυτοκίνητο:

- Να ενημερωθούν για τον καιρό και για την κατάσταση του οδικού δικτύου
- Να έχουν στο όχημά τους αντιολισθητικές αλυσίδες και το ρεζερβουάρ γεμάτο καύσιμα
- Να ταξιδεύουν, εφόσον είναι αναγκαίο, κατά προτίμηση στη διάρκεια της ημέρας προτιμώντας τους κεντρικούς δρόμους
- Να ενημερώνουν τους οικείους τους για τη διαδρομή που πρόκειται να ακολουθήσουν

- Να μεταβάλλουν το πρόγραμμα των μετακινήσεών τους ώστε να αποφεύγουν την αιχμή των καιρικών φαινομένων
- Να ακολουθούν πιστά τις οδηγίες των κατά τόπους αρμοδίων φορέων, όπως Τροχαία κλπ.

Αν μετακινούνται πεζή :

- Να ντύνονται με πολλά στρώματα από ελαφριά ρούχα αντί για ένα βαρύ ρούχο και να φορούν κατάλληλα παπούτσια ώστε να αποφύγουν τραυματισμούς λόγω της ολισθηρότητας
- Να αποφεύγουν τις άσκοπες μετακινήσεις κατά την διάρκεια αιχμής των φαινομένων (έντονη χιονόπτωση, συνθήκες παγετού)

Για πληροφορίες και ανακοινώσεις **σχετικά με την επικρατούσα κατάσταση και την βατότητα του οδικού δικτύου** λόγω εισροής πλημμυρικών υδάτων σε αυτό ή λόγω χιονοπτώσεων και παγετού, 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