



**ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ
ΝΟΜΟΣ ΣΑΜΟΥ
ΔΗΜΟΣ ΔΥΤΙΚΗΣ ΣΑΜΟΥ
ΓΡΑΦΕΙΟ ΔΗΜΑΡΧΟΥ**

Πλατεία Βαλασκατζή
Νέο Καρλόβασι Σάμου
Τ.Κ.: 83200
Τηλ.: 22733-50866
E-mail: mayors@mwsamos.gr

Καρλόβασι, 11-07-2025

ΑΝΑΚΟΙΝΩΣΗ

Μέτρα για τον καύσωνα από τον Δήμο Δυτικής Σάμου

Ο Δήμος Δυτικής Σάμου, προκειμένου να αποτραπεί η έκθεση αστέγων και άλλων ευπαθών ομάδων του πληθυσμού σε κίνδυνο θα διαθέσει τους παρακάτω κλιματιζόμενους χώρους σε μια προσπάθεια αντιμετώπισης των επιπτώσεων από την εμφάνιση υψηλών θερμοκρασιών και καύσωνα:

1. Το Κέντρο Ανοιχτής Προστασίας Ηλικιωμένων (ΚΑΠΗ) Καρλοβασίου (Οδός Ιππ. Ζαΐμη, Νέο Καρλόβασι): Από 09:00 π.μ. – 21:00 μ.μ.

2. Την Αίθουσα Εκδηλώσεων Δήμου Δυτικής Σάμου (Δημαρχειακό Κτίριο): Από 09:00 π.μ. - 21:00 μ.μ.

3. Την Αίθουσα ΚΕΠ Μαραθοκάμπου (Δημαρχειακό Κτίριο): Από 09:00 π.μ.- 21:00 μ.μ.

Παράλληλα, ο Δήμος Δυτικής Σάμου καλεί τους πολίτες και ιδιαίτερα αυτούς που ανήκουν στις ευπαθείς ομάδες, να είναι ιδιαίτερα προσεκτικοί αυτές τις ημέρες και να λαμβάνουν όλα τα αναγκαία μέτρα προφύλαξης, σύμφωνα με τη Γενική Γραμματεία Πολιτικής Προστασίας.

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 του Υπουργείου Πολιτικής Προστασίας στην ηλεκτρονική διεύθυνση www.civilprotection.gr

Ο ΔΗΜΑΡΧΟΣ ΔΥΤΙΚΗΣ ΣΑΜΟΥ

ΘΕΜΙΣΤΟΚΛΗΣ ΠΑΠΑΘΕΟΦΑΝΟΥΣ