



**ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ
ΝΟΜΟΣ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ
ΔΗΜΟΣ ΩΡΑΙΟΚΑΣΤΡΟΥ
ΓΡΑΦΕΙΟ ΔΗΜΑΡΧΟΥ
dimarxos@oraiokastro.gr**

Τετάρτη 28 Ιουνίου 2017

ΔΕΛΤΙΟ ΤΥΠΟΥ

Κλιματιζόμενοι χώροι στο δήμο Ωραιοκάστρου ενόψει καύσωνα

«Ανάσες» δροσιάς σε όσους συμπολίτες μας παραμένουν αυτές τις μέρες στην πόλη δίνει ο δήμος Ωραιοκάστρου. Λόγω των υψηλών θερμοκρασιών η δημοτική αρχή Ωραιοκάστρου αποφάσισε να παραμείνουν ανοιχτοί δημοτικοί κλιματιζόμενοι χώροι από αύριο, Πέμπτη 29 Ιουνίου έως και την Κυριακή 2 Ιουλίου, προκειμένου να φιλοξενηθούν σε αυτούς ηλικιωμένοι, ασθενείς με αναπνευστικά προβλήματα, οικογένειες που δεν διαθέτουν κλιματιστικό αλλά και κάθε άλλος ενδιαφερόμενος πολίτης.

Συγκεκριμένα, οι χώροι που θα είναι διαθέσιμοι από τις 9 το πρωί έως τις 9 το βράδυ είναι οι εξής:

Ωραιοκάστρο: Οι χώροι των ΚΑΠΗ Ωραιοκάστρου και Παλαιοκάστρου

Νεοχωρούδα: Η αίθουσα του ΚΑΠΗ

Πεντάλοφος: Η αίθουσα του ΚΑΠΗ

Ν. Φιλαδέλφεια: Η αίθουσα του ΚΑΠΗ

Μεσαίο: Η αίθουσα του ΚΑΠΗ

Μελισσοχώρι: Η αίθουσα του ΚΑΠΗ

Λητή: Η αίθουσα του ΚΑΠΗ

Δρυμός: Η αίθουσα του ΚΑΠΗ

Γενικές οδηγίες για την αποφυγή δυσάρεστων συνεπειών λόγω του καύσωνα:

1. Αποφυγή έκθεσης στον ήλιο και παραμονή σε σκιασμένους και δροσερούς χώρους. Σε περίπτωση αναγκαστικής έκθεσης στον ήλιο πρέπει να χρησιμοποιείται καπέλο ή γενικά κάλυμμα κεφαλής. Η ένδυση να αποτελείται κατά προτίμηση από λεπτά, ευρύχωρα, ανοιχτόχρωμα, κυρίως βαμβακερά ενδύματα.

2. Αποφυγή, κατά το δυνατό, σωματικής κόπωσης.

- 3.** Άφθονη λήψη δροσερού νερού ή φυσικών χυμών. Αποφυγή σακχαρούχων, ανθρακούχων ποτών.
- 4.** Λήψη ελαφριάς, άλιπης, αλατισμένης τροφής, κατανεμημένης σε μικρά συχνά γεύματα. Αποφυγή οينوπνευματωδών ποτών.
- 5.** Συχνά δροσερά λουτρά, τοποθέτηση ψυχρών επιθεμάτων.
- 6.** Οι ευρισκόμενοι σε φαρμακευτική αγωγή και ιδίως όσοι λαμβάνουν διουρητικά, ηρεμιστικά, αντιυπερτασικά, αντιϊσταμινικά, Β' αναστολείς κλπ. φάρμακα πρέπει να βρίσκονται σε διαρκή επαφή με τους θεράποντες γιατρούς τους προκειμένου να λαμβάνουν τις ανάλογες οδηγίες.
- 7.** Επίσης, σε διαρκή επαφή με τους γιατρούς τους πρέπει να βρίσκονται όσοι πάσχουν από νοσήματα του καρδιαγγειακού, κεντρικού νευρικού και αναπνευστικού συστήματος, οι διαβητικοί, νεφροπαθείς, αλκοολικοί καθώς και οι πάσχοντες από πάσης φύσεως βάρεια νοσήματα.
- 8.** Οι πολίτες καλό είναι να περιορίσουν τις μετακινήσεις τους στις περιοχές του κέντρου που διακρίνονται από υψηλή ατμοσφαιρική ρύπανση και αυξημένη κυκλοφορία.

Οι **ευπαθείς κατηγορίες πληθυσμού** είναι τα βρέφη, τα παιδιά προσχολικής ηλικίας, οι υπερήλικες καθώς και οι εργάτες, αγρότες, αθλητές κλπ. Κατά συνέπεια, ιδίως αυτοί, αλλά και όλοι οι υπόλοιποι, οφείλουν να επικοινωνήσουν αμέσως με το γιατρό τους ή τις υγειονομικές αρχές εφόσον εμφανίσουν και το παραμικρό σύμπτωμα το οποίο ενδεχομένως είναι αποτέλεσμα των καιρικών συνθηκών όπως ζάλη, κεφαλαλγία, ίλιγγο, υπνηλία, διαταραχές συμπεριφοράς, ναυτία, εμετούς, κράμπες κλπ.

**Αυτοτελές γραφείο επικοινωνίας
και δημοσίων σχέσεων**