



HITZESCHUTZ FÜR ALLE - GEMEINSAM DURCH DEN SOMMER

Die Sommer werden heißer. Gerade ältere Menschen und Familien mit Kindern sind besonders gefährdet. Deshalb: Hitzeschutz ist jetzt mehr denn je ein Thema für uns alle.

- Viel trinken – auch ohne Durst
- Mittagshitze (11–17 Uhr) meiden
- Wohnung kühl halten: morgens lüften, tagsüber verdunkeln
- Abkühlen mit Wasser (z. B. Fußbäder, feuchte Tücher)
- Auf Nachbar*innen und Kinder achten
- Für Senior*innen:
Ausruhen, körperliche Anstrengung vermeiden, kühle Orte nutzen.
- Für Familien:
Sonnenschutz, Schattenplätze und regelmäßiges Trinken nicht vergessen – Spaziergänge und Spielzeiten in den kühleren Morgen- oder Abendstunden planen.

**Unsere Städte und Gemeinden bieten natürlichen Hitzeschutz:
In der Nähe vom Wasser und Grün ist die Luft kühler. Nutzen Sie diese Plätze.
Baden Sie nur an ausgewiesenen Stellen!**

**Kommen Sie gut durch den Sommer.
Gemeinsam schaffen wir das – gesund und sicher.**

Gefördert durch:



Bundesministerium
für Umwelt, Naturschutz
und nukleare Sicherheit



Klimaschutzmanager der Verbandsgemeinde Loreley

Herr Hussam Shahoud Alnajm

aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages



06771 919-244



klimaschutz@vg-loreley.de