

Tipps für heiße Tage

04.07.2015 20:21

Heiße Sommertage genießen, Waldbrände, Badeunfälle und Grillunfälle vermeiden



Wir freuen uns über den Sommer, doch die Hitze ist eine hohe Belastung für den Körper. Viele leiden jetzt unter Kopfschmerzen, Schweißausbrüchen, Schwindelgefühl und Schlaflosigkeit. Einiges muss der Hitze angepasst werden: Das Essen und Trinken, die Kleidung, sogar der Aufenthalt im Freien und vieles mehr. So können wir die Belastung senken. Schließlich sollte das Leben auch bei hohen Temperaturen weiterhin Spaß machen!

Durch die Hitze steigt die Waldbrandgefahr. Dann ist z.B. offenes Feuer im Wald verboten und Grillen nur an ausgewiesenen Grillplätzen erlaubt. Auch Rauchen im Wald kann Brände verursachen.

Bitte beachten Sie die [Hinweise](#) der **MISSION SICHERES ZUHAUSE**.