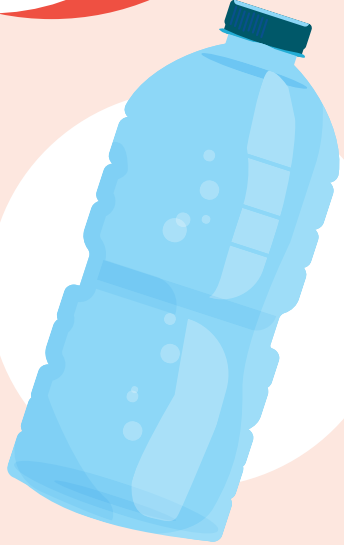


5

Achten Sie auf Ihre Gesundheit!

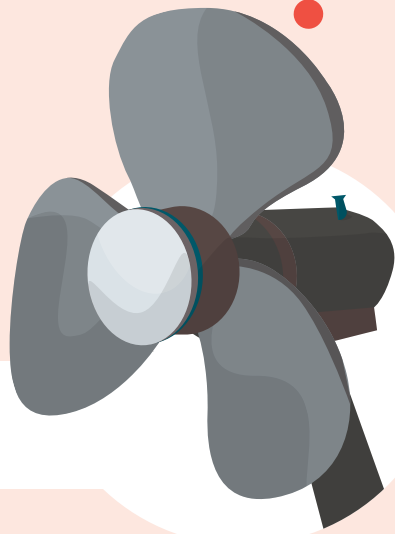
Tipps für heiße Tage



Trinken Sie viel.
(mindestens 1,5 Liter Wasser)



**Halten Sie sich in
gekühlten Räumen
oder im Schatten auf.**



**Betreiben Sie
keine körperlich
anstrengenden
Aktivitäten während
der heißesten
Tageszeit.**



**Kühlen Sie sich
ab durch Duschen
oder Teilbäder.**
(Füße, Hände)

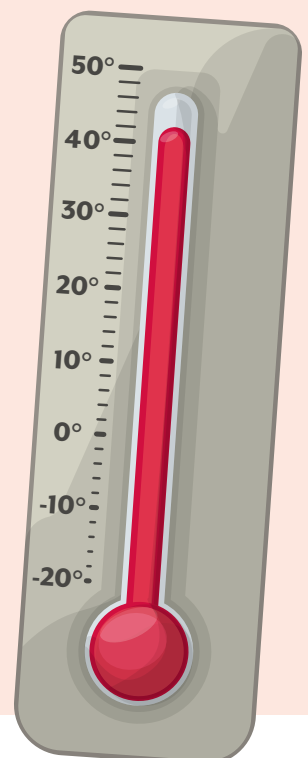
**Sehen Sie täglich nach
alleinstehenden, älteren
Menschen in Ihrem Umfeld.**



**Achten Sie darauf, dass
diese ausreichend mit
Wasser versorgt sind und
genügend trinken.**

FÜR FRAGEN:

Tel.: 247-85653
sante.lu/hitzewelle



LE GOUVERNEMENT
DU GRAND-DUCHÉ DE LUXEMBOURG
Ministère de la Santé
et de la Sécurité sociale

Direction de la santé

Sante.lu