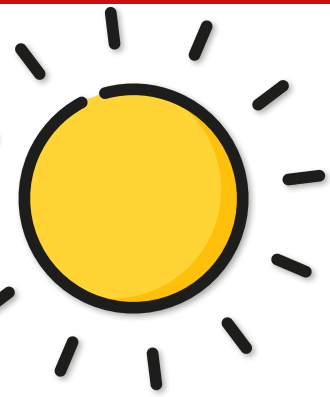
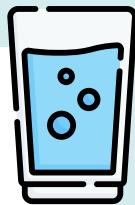




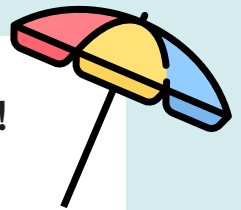
Hitzeschutz für pflegebedürftige Menschen

1

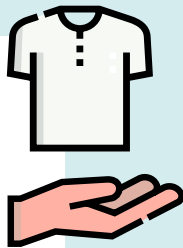
Viel Wasser geben!
Bieten Sie regelmäßig
Wasser oder Saft an.

**2**

Für Schatten sorgen!
Sorgen Sie für schattige
Plätze oder schließen
Sie Vorhänge.

**3**

**Leichte Kleidung
anziehen!**
Helle und dünne Kleidung
schützt vor Hitze.

**4**

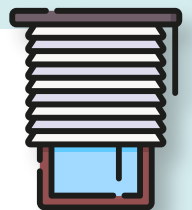
Kopf schützen!
Ein Hut oder eine Mütze
schützt den Kopf.

**5**

Kühlen!
Wischen Sie Gesicht,
Hände und Arme mit
einem feuchten Tuch ab.

**6**

Zimmer lüften!
Lüften Sie früh morgens,
wenn es kühl ist.
Tagsüber Fenster schließen.

**7**

Ruhe ermöglichen!
Lassen Sie die Person
sich ausruhen und nicht
zu viel bewegen.

**8**

Auf Anzeichen achten!
Wenn die Person schwach
wird, Kopfweg hat oder sich
schlecht fühlt, holen Sie Hilfe!

