



UNVERKEHRT.DE

Politik und mehr aus Kalletal und Lippe



Gedankensplitter Juli 2022 (2)

Hitzewelle in Kalletal

Er ist schon 'nen netten Kerl- unser Bürgermeister

Man (n oder Frau) könnte auch sagen:

**Er is der Meister vonne Bürger
oder der Vatter vonne Kalletaler**

Im Westfalen-Blatt und in der LZ gibt der Bürgermeister der Kalletaler bekannt, dass er zwar nicht hysterisch wegen des schönen Sommerwetters ist, aber er hält es scheinbar für seine Aufgabe, seinen Schäfchen Tipps für den Umgang mit der Hitzewelle zu geben.

Dafür hat er für die Älteren in den Geschäften **tausend extra hergestellte Handzettel (Flugblätter) verteilen lassen.**

Hier ist zu lesen: Viel Wasser trinken, nicht mittags in die Sonne gehen, auf Ältere und Kinder achten, Sport nur morgens usw.

Wieviele Bäume sind gefallen für diese 1000 Handzettel?

Ist das nachhaltig?

Wir sind dankbar, ohne die folgenden Hinweise des Bürgermeisters hätten wir das nicht gewusst. Wir haben ja noch nie warme Sommer erlebt..... (HB14072022)



Gemeinde Kalletal
Der Bürgermeister

Verhaltensempfehlung bei Hitze

Liebe Bürgerinnen und Bürger,
die aktuellen Wettermodelle weisen auf eine Hitzewelle hin und es wird daher folgendes Verhalten empfohlen:

1. Meiden Sie die Hitze!

- Gehen Sie nicht in die direkte Sonne! Achten Sie auch darauf, dass Kinder vor der Sonne geschützt sind.
- Gehen Sie nicht in der heißesten Zeit (nachmittags) nach draußen!
- Unterlassen Sie große Anstrengungen. Verschieben Sie körperliche Aktivitäten im Freien auf die frühen Morgenstunden

2. Halten Sie Ihren Körper kühl und achten Sie auf ausreichende Flüssigkeits- und Elektrolytzufuhr!

- Tragen Sie luftige, helle Kleidung und eine Kopfbedeckung!
- Nehmen Sie eine kühle Dusche oder ein kühles Bad! Auch kalte Arm- und Fußbäder wirken entlastend!
- Trinken Sie ausreichend und regelmäßig! An heißen Tagen ist der Flüssigkeitsbedarf deutlich erhöht!
- Meiden Sie Alkohol!
- Bevorzugen Sie leichtes Essen!

3. Halten Sie Ihre Wohnung kühl!

- Lüften Sie dann, wenn es draußen kühler ist als drinnen!
- Schützen Sie die Räume vor direkter Sonneneinstrahlung!

Alleinstehende Betagte und pflegebedürftige Personen sind bei Hitze besonders gefährdet und benötigen unsere Aufmerksamkeit. Achten Sie wenn möglich darauf, dass diese drei Grundregeln auch bei ihnen eingehalten werden.

Wenn sich bei Ihnen selbst oder bei anderen ungewöhnliche Gesundheitsprobleme wie zum Beispiel Kreislaufbeschwerden, Kopfschmerzen oder Verwirrtheit einstellen, die als Ursache auf die Hitze hindeuten, suchen Sie Schatten auf, lagern Sie den Oberkörper hoch und trinken Sie etwas. Verschaffen Sie etwas Abkühlung, indem Sie beispielsweise ein kühles Tuch auf die Stirn legen. Kontaktieren Sie einen Arzt und zögern Sie nicht bei Bedarf den Notruf 112 zu wählen.

Über weitere Maßnahmen informiert Sie Ihre zuständige Gesundheitsbehörde.

Quelle: Deutscher Wetterdienst

Genießen Sie den Sommer und bleiben Sie gesund.

Ihr Bürgermeister

Mario Hecke