

ACHTSAM BEI HITZE

Gut durch heiße Sommertage in Kärnten

Nachhaltigkeit für

KÄRNTEN

Warme Sommertage gehören in Kärnten oft zum Urlaub dazu. Damit Sie gut durch heiße Tage kommen, helfen schon ein paar einfache Hinweise.

Tipp:
Cool-Down-Places



Ausreichend trinken

- Nehmen Sie bei Wanderungen und Ausflügen genug Wasser mit.
- Füllen Sie wiederverwendbare Trinkflaschen dort auf, wo Trinkwasser ausgewiesen ist.
- Trinken Sie regelmäßig – auch ohne Durstgefühl.



Wetter im Blick behalten

- In den Bergen kann das Wetter rasch umschlagen – Gewittergefahr.
- Beachten Sie aktuelle Wetter- und Unwetterwarnungen.



Kühle Orte nutzen

- Nutzen Sie schattige Plätze, kühle Innenräume und ausgewiesene Trinkwasserstellen.
- Planen Sie Aktivitäten möglichst in den Morgen- und Abendstunden
- Bevorzugen Sie Wanderungen in Wäldern und nutzen Sie Bäche und Brunnen für Abkühlung von Armen und Beinen.



Schutz vor Hitze

- Vermeiden Sie körperliche Anstrengung in der Mittagshitze.
- Tragen Sie luftige Kleidung, Kopfbedeckung und Sonnenschutz.
- Achten Sie auf Kinder, ältere Menschen und Tiere.



Niemanden im Auto lassen

- Lassen Sie Kinder oder Tiere niemals in einem geparkten Auto, auch nicht für kurze Zeit.
- Auch ein leicht geöffnetes Fenster bietet keinen ausreichenden Schutz.

Achten Sie auf sich und andere – gut durch heiße Tage.

Mit Unterstützung von Bund, Land und Europäischer Union

 Bundesministerium
Land- und Forstwirtschaft,
Klima- und Umweltschutz,
Regionen und Wasserwirtschaft

WIR leben Land
Gemeinsame Agrarpolitik Österreich

LAND  KÄRNTEN



Kofinanziert von der
Europäischen Union

www.nachhaltiges-kaernten.at