



# Hitze kann tödlich sein

So kommen Sie gut durch die Sommerhitze.



AUSREICHEND  
**WASSER**  
TRINKEN



WOHNUNG  
**KÜHL**  
HALTEN



IM  
**SCHATTEN**  
BLEIBEN



**ANSTRENGUNG**  
VERMEIDEN



**LEICHT**  
ESSEN



AUF SICH  
UND ANDERE  
**ACHTEN**

