



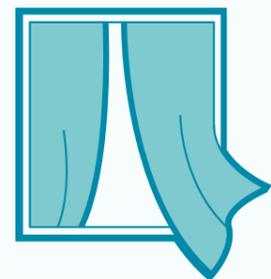
Gut durch die Sommerhitze mit dem Hitzeschutzplan des Landes Kärnten

# EINE GRAD-WANDERUNG

## 7 TIPPS: SO GEHT ES COOL DURCH DEN SOMMER



Im **Schatten** bleiben



Wohnung **kühl** halten



Ausreichend **Trinken**



**Anstrengung** vermeiden



**Leichte Kleidung** und **Sonnenschutz**



Leicht **Essen**



**Medikamente:** Lagerung und Wirkung beachten



Weitere Informationen unter:  
[www.ktn.gv.at](http://www.ktn.gv.at) > Themen A - Z >  
Gesundheit > Umweltmedizin >  
Hitzeschutzplan Kärnten