

**Too hot
to handle**

Stimmt wörtlich: Hitze über gefühlte 32 Grad ist too hot to handle – ohne Vorbereitung. Deshalb handle schon vorher, nicht erst wenn es zu heiß ist:

- Abkühlen
- Viel trinken
- Lockere Kleidung tragen
- Fenster tagsüber zu und Rollläden runter
- Sonnenbrille und Sonnencreme nutzen
- Besser nur morgens und abends rausgehen
- Deine Mitmenschen fragen, wie es ihnen geht

