Hitze-Kommunikation in Betrieben

Wir verbringen viel Zeit am Arbeitsplatz – u. a. im Büro, in sozialen Einrichtungen, in der Produktion, im Handel, im Außendienst oder im Freien. In jedem Arbeitsumfeld können Hitzebelastungen die Leistungsfähigkeit und Gesundheit beeinträchtigen. Als Arbeitgeber und Führungskraft können Sie vieles tun, um sich und Ihre Mitarbeitenden bestmöglich vor Hitze zu schützen.

Die kompakte Handreichung beinhaltet Tipps und hilfreiche Textbausteine für Ihre Kommunikation mit den Mitarbeitenden rund um das Thema Hitzeschutz. Die unten aufgeführten Textbausteine lassen sich flexibel an die Arbeitsbedingungen Ihrer Beschäftigten anpassen und in verschiedenen Kommunikationskanälen und -aktionen einsetzen – sei es für Aushänge im Eingangsbereich Ihres Betriebes, kurze Mailings oder Rundschreiben, Beiträge im internen Newsletter oder dem Intranet. Auch für Posts in sozialen Medien oder im Rahmen von Besprechungen können die Bausteine verwendet werden.

# Gut vorbereitet in die Hitzesaison: Was Sie tun können

Um Beschäftigte wirksam vor den Auswirkungen einer Hitzewelle zu schützen, sind rechtzeitig präventive Maßnahmen sinnvoll. Ein erster Schritt ist, alle Mitarbeitenden frühzeitig über die Gefahren von Hitze und möglichen gesundheitlichen Folgen aufzuklären und sie zu sensibilisieren. Informationen zu unterschiedlichen Schutzmaßnahmen helfen, das Bewusstsein Ihrer Beschäftigten zu schärfen.

Arbeits- und sonstige Räume (z. B. Aufenthalts- und Pausenräume) sollten möglichst kühl gehalten werden. Schwere, körperlich anstrengende Tätigkeiten sollten nach Möglichkeit in die kühleren Morgenstunden verlegt werden. Wo möglich, empfehlen sich dafür auch Gleitzeitregelungen. Auch eine Anpassung der Kleiderordnung kann Beschäftigten, die in Innenräumen oder ohne notwendige Schutzkleidung arbeiten, helfen. Die im Freien arbeitenden Beschäftigten sollten über den Nutzen der für sie relevanten Schutzmaßnahmen informiert und entsprechend ausgestattet werden.

Auch das Gespräch im Kollegium ist essenziell, um betriebs- und tätigkeitsbezogene Lösungen zu entwickeln und sich auf erwartete Hitzewellen vorzubereiten. Führungskräften ist eine besondere Aufmerksamkeit gegenüber Beschäftigten mit erhöhtem Risiko für hitzebedingte Erkrankungen – etwa ältere Menschen, Schwangere oder Personen mit Vorerkrankungen – zu empfehlen.

# Textbausteine: Das können Sie als Betrieb kommunizieren

**Textbaustein 1: Wenn Hitze zur Belastung wird – gemeinsam gut durch den Sommer**

Wir verbringen viel Zeit am Arbeitsplatz – u. a. im Büro, in der Produktion, in sozialen Einrichtungen, im Handel, im Außendienst oder im Freien. Hitze kann die Leistungsfähigkeit und vor allem die Gesundheit von uns allen maßgeblich beeinträchtigen. Daher ist es wichtig, sich am Arbeitsplatz wirksam vor Hitzebelastung zu schützen.

Es gilt: Achten Sie gut auf sich selbst und auf Ihre Kolleginnen und Kollegen. Ausreichend und bevorzugt Wasser trinken, Schatten suchen und vor UV-Strahlung schützen – so kommen wir gemeinsam besser durch heiße Tage. Denn unser Ziel ist, dass Sie den Sommer genießen können – sicher und gesund.

**Textbaustein 2: Hitzeschutz-Tipps – das können Sie tun!**

Heiße Tage können sehr belastend sein. Um gesundheitliche Risiken zu minimieren, ist es wichtig, gemeinsam auf einige Punkte zu achten:

**Ausreichend trinken:** Achten Sie darauf regelmäßig – am besten Wasser – zu trinken. Wenn Sie im Freien arbeiten, sollten Sie immer eine Flasche mit einem geeigneten Getränk bei sich haben.

**Für kühles Raumklima sorgen:** Halten Sie Ihre Arbeits- und die Pausenräume kühl, indem Sie in den Morgen- oder Abendstunden lüften. Dunkeln Sie Fenster ab, um direkte Sonneneinstrahlung zu vermeiden und nutzen Sie Ventilatoren und Klimaanlagen.

**Schutz bei der Arbeit im Freien:** Vermeiden Sie Arbeiten in der direkten Sonne und achten Sie auf angemessene, locker sitzende, am besten atmungsaktive Arbeitskleidung (Viskose, dünne Baumwolle, Leinen) inklusive Kopfbedeckung, Sonnenbrille und Sonnenschutzmittel. Verlegen Sie schwere Tätigkeiten, wenn möglich, in frühe Morgenstunden und halten Sie sich in Pausen in kühleren, schattigen Bereichen auf.

**Schutz bei der Arbeit im Homeoffice:** Die Hitzeschutzregeln gelten auch bei Ihrer Telearbeit. Prüfen Sie, ob Ihr Arbeitsplatz zu Hause die hier genannten Schutzmaßnahmen, z. B. Raumluft und -temperatur bietet. Bei mobilen Arbeitsplätzen gelten ebenfalls die zuvor genannten Empfehlungen.

**Auf Warnsignale achten:** Seien Sie aufmerksam bei Symptomen wie Schwindel, Schwäche, Kopfschmerzen, Übelkeit/Erbrechen sowie rasche, aber schwache Atmung als auch kalte und feuchte Haut. Diese können auf eine Überhitzung oder Dehydrierung hindeuten. Suchen Sie eine kühlere Umgebung auf, trinken Sie und zögern Sie nicht, ärztliche Hilfe in Anspruch zu nehmen.

Durch gemeinsames Handeln und gegenseitige Unterstützung können wir dazu beitragen, dass alle sicher und gesund durch die heißen Tage kommen.

**Textbaustein 3 (Kompakt-Version für Social Media, Aushänge o.ä.)**

Wenn Hitze zur Belastung wird – gemeinsam gut durch den Sommer

Wir verbringen viel Zeit an unserem gemeinsamen Arbeitsplatz. Dabei können Hitzebelastungen unsere Leistungsfähigkeit und Gesundheit beeinträchtigen.

Deshalb gilt:

✔️ Viel trinken

✔️ Angepasste Arbeitskleidung tragen

✔️ Kühle Räume nutzen und regelmäßig lüften

✔️ Schwere Tätigkeiten, wenn möglich, auf den frühen Morgen legen

✔️ Auf Anzeichen wie Schwindel und Schwäche achten, Hilfe aufsuchen

👉 Achten Sie auf sich und ihre Kolleginnen und Kollegen – damit der Sommer gesund bleibt!

# Weiterführende Informationen

Der Deutsche Wetterdienst (DWD) gibt spezielle Hitzewarnungen für Landkreise und Städte heraus. Eine Registrierung ist einfach über diesen [Link](https://www.dwd.de/DE/service/newsletter/form/hitzewarnungen/hitzewarnungen_node.html)möglich. Alternativ kann auch die Hitzewarn-App des DWD genutzt oder [hier](https://www.hitzewarnungen.de/index.jsp) nachgeschaut werden.

Den tagesaktuellen UV-Index finden Sie auf der entsprechenden [Wetterkarte](https://www.dwd.de/DE/leistungen/gefahrenindizesuvi/gefahrenindexuvi.html) des Deutschen Wetterdienstes (DWD).

Weitere Kommunikationsempfehlungen finden Sie im Kommunikationsleitfaden “[Im Freien Arbeitende vor Hitze schützen](https://hitzeservice.de/wp-content/uploads/2024/05/BMG_Hitze_Leitfaden_Freiarbeit.pdf)”. Richtwerte der Deutschen Gesellschaft für Ernährung e.V. (DGE) für eine ausreichende Flüssigkeitszufuhr finden Sie [hier](https://www.dge.de/wissenschaft/referenzwerte/wasser).

Über das Bundesamt für Wirtschaft und Ausfuhrkontrolle (BAFA) können Sie für die gewerbliche Nutzung eine Förderung für Kälte- und Klimaanlagen beantragen. Weiterführende Informationen zum Förderprogramm finden Sie auf der [Website des BAFA](https://www.bafa.de/DE/Energie/Energieeffizienz/Klima_Kaeltetechnik/klima_kaeltetechnik_node.html).

Weitere Informationen und Beratungsstellen rund um den Schutz vor hitzebedingten Risiken biete Ihnen das [HITZESERVICE-Portal](https://hitzeservice.de/) des Bundesministeriums für Gesundheit (BMG).