Hitze-Kommunikation in Schulen

Kinder und Jugendliche reagieren besonders empfindlich auf Hitze – je jünger, desto empfindlicher und schutzbedürftiger sind sie. Als Fachkraft in Schulen tragen Sie die Verantwortung, die Kinder möglichst vor Hitzebelastungen zu schützen.

Die kompakte Handreichung beinhaltet Tipps und hilfreiche Textbausteine für Ihre Kommunikation mit den Kindern und Jugendlichen, aber auch dem Kollegium rund um das Thema Hitzeschutz. Die unten aufgeführten Textbausteine lassen sich flexibel an Ihre individuellen Gegebenheiten anpassen und in verschiedenen Kommunikationskanälen und -aktionen einsetzen – sei es für Aushänge im Eingangsbereich der Schule, kurze Mailings oder Rundschreiben oder Beiträge auf der Website. 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

Bereits vor Beginn der heißen Monate ist es wichtig, alle Beteiligten – besonders die Eltern jüngerer Kinder – für den Schutz vor Hitze und UV-Strahlung zu sensibilisieren. Informationsmaterialien oder kurze Gespräche können helfen, das Bewusstsein für Sonnenschutz, passende Kleidung und ausreichende Flüssigkeitszufuhr zu stärken.

An heißen Tagen sollten Schulen konkrete Möglichkeiten zur Abkühlung schaffen und für eine ausreichende Flüssigkeitszufuhr sorgen, sowohl für Kinder als auch für das Lehrpersonal und andere Beschäftigte. Aufenthalte im Freien sollten sorgfältig geplant und an die Tageszeiten angepasst werden. Ziel ist es auch, Räume durch gezieltes Lüften am frühen Morgen, Verdunkelung und das Nutzen von Ventilatoren möglichst kühl zu halten.

Auch im Kollegium sollte das Thema Hitze frühzeitig besprochen werden, um gemeinsam Schutzmaßnahmen zu entwickeln und umzusetzen. Nicht zuletzt lohnt sich ein Blick auf die bauliche Gestaltung: Begrünte Flächen, schattenspendende Bäume oder helle Fassaden können langfristig zur Verbesserung des Raumklimas beitragen.

# Textbausteine: Das können Sie als Schule kommunizieren

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

Hitze kann den Körper sehr stark belasten – es kann beispielsweise zu Erschöpfung oder zu einem Hitzeschlag kommen. Deshalb ist es an heißen Tagen besonders wichtig, sich vor Hitze zu schützen, vor allem als junger Mensch.

Es gilt: Achtet gut auf euch selbst – und auf eure Mitschülerinnen und Mitschüler. Ausreichend 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 könnet ihr tun!**

Heiße Sommertage können insbesondere für junge Menschen belastend sein. Um gesundheitliche Risiken zu minimieren, ist es wichtig, gemeinsam auf einige Punkte zu achten:

**Ausreichende Flüssigkeitszufuhr sicherstellen:** Achtet darauf, regelmäßig zu trinken. Ideal sind Wasser, ungesüßte Tees oder verdünnte Fruchtsäfte. Die Getränke sollten kühl, aber nicht eiskalt sein.

**Für kühles Raumklima sorgen:** Lüftet früh morgens und spät abends, wenn die Temperaturen niedriger sind. Haltet tagsüber Fenster und Vorhänge geschlossen, um die Hitze draußen zu halten. Insbesondere Klassenräume sollten kühl gehalten werden.

**Leichte und angepasste Kleidung tragen:** Achtet an heißen Tagen auf luftige und helle Kleidung aus atmungsaktiven Stoffen. Für optimalen Schutz vor UV-Strahlung solltet ihr am besten lange Kleidungsstücke und eine Sonnenbrille sowie Kopfbedeckung tragen.

**Körperliche Anstrengung vermeiden:** Verzichtet bei Hitze auf Sport oder verlegt ihn auf kühle Morgenstunden und nutzt kühle Innenräume.

**Auf Warnsignale achten:** Seid aufmerksam bei Symptomen wie starkes Schwitzen, kühle Haut und ein gerötetes Gesicht. Trinkt in solchen Situationen mehr, sucht Schatten und geht auf Lehrkräfte oder eure Eltern zu.

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

Hitze kann den Körper sehr stark belasten – es kann beispielsweise zu Erschöpfung oder zu einem Hitzeschlag kommen. Deshalb ist es an heißen Tagen besonders wichtig, sich vor Hitze zu schützen, vor allem als junger Mensch

Deshalb gilt:

✔️ Viel trinken

✔️ Leichte, luftige Kleidung tragen

✔️ Kühle Räume nutzen und regelmäßig lüften

✔️ Körperliche Anstrengung vermeiden

✔️ Auf Anzeichen wie starkes Schwitzen oder gerötete Haut achten - im Zweifelsfall Hilfe suchen

👉 Achtet auf euch und auf andere – 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 „[Kinder vor Hitze schützen](https://hitzeservice.de/wp-content/uploads/2024/05/BMG_Hitze_Leitfaden_Kinder.pdf)“.

Richtwerte der Deutschen Gesellschaft für Ernährung e.V. (DGE) für eine ausreichende Flüssigkeitszufuhr bei Kindern unterschiedlichen Alters 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).