# Landratsamt Bamberg



Presse- und Öffentlichkeitsarbeit

## Pressemitteilung

Tipps gegen die Hitze (Teil 4 von 6)

Eine Initiative der GesundheitsregionPLUS Bamberg

17. Juli 2023

Wussten Sie, dass…

… **Durstgefühl** bereits ein Warnsignal des Körpers ist? Durstgefühl setzt erst ein, wenn bereits viel Flüssigkeit verloren wurde. Trinken Sie stündlich ein Glas Wasser – auch wenn Sie keinen Durst verspüren. Achten Sie auch auf Ihre Mitmenschen – viele vergessen zu trinken.

Weitere Informationen:

<https://www.lgl.bayern.de/gesundheit/praevention/sonne_hitze/hitze_sonne_schutz.htm>

■ ■ ■

*Anlagen:*

*Foto (Quelle: Umweltbundesamt)*