




3 goldene Regeln zum Schutz vor Hitze

-  **1 Körperliche Anstrengungen meiden**
-  **2 Hitze fernhalten, Körper kühlen**
-  **3 Regelmässig viel trinken, Medikamentendosierung mit Fachperson klären**



Hitzewarnung

Aufgrund der anhaltenden Hitze hat MeteoSchweiz eine **Hitzewarnung der Stufe 4** (Tagesmitteltemperatur über 27 °C) herausgegeben. Die Hitzewarnung wird voraussichtlich mindestens bis am 29. Juni 2026 bestehen.

Für diesen Zeitraum werden für einen Juni ungewöhnlich hohe Temperaturen vorhergesagt. Auch die Nachttemperaturen werden steigen und hoch bleiben. Besonders für gefährdete Personen wie ältere Menschen, Schwangere, Säuglinge und Kleinkinder sowie Menschen mit chronischen Erkrankungen bringt dies Gefahren mit sich.

Wir empfehlen allen Einwohnerinnen und Einwohnern, sich an die **Vorsichtsmassnahmen** betreffend Hitzeschutz zu halten:

- Die Hitze aus der Wohnung fernhalten oder anderswo Abkühlung suchen.
- Sich abkühlen, z. B. mit einem feuchten Tuch oder einem Sprühflakon.
- Trinken Sie regelmässig, ohne zu warten, bis Sie Durst verspüren.
- Essen Sie leichte Mahlzeiten, um einen zusätzlichen Anstieg der Körpertemperatur durch die Verdauung zu vermeiden.
- Verlegen Sie Ausflüge, körperliche Aktivitäten und Arbeiten im Freien auf die kühlestes Stunden des Tages und/oder schützen Sie sich vor der Sonne.
- Schützen Sie Haut und Augen vor den Auswirkungen der UV-Strahlung, wenn Sie im Freien unterwegs sind oder arbeiten. Besondere Aufmerksamkeit sollte dabei Kindern gewidmet werden.
- Achten Sie bei Wassersportaktivitäten auf die Ertrinkungsgefahr, insbesondere durch einen Temperaturschock.

Weitere Informationen zu Hitzeprävention finden Sie auf der Webseite www.vs.ch/hitzewelle.

In Notsituationen wenden Sie sich umgehend an den offiziellen Notruf 144!

Verwaltungsdienste

Kommunale Hitzeschutzmassnahmen

Um die besonders gefährdete Bevölkerung bei der Umsetzung der Hitzeschutzmassnahmen zu unterstützen, nimmt die Gemeinde Naters in Zusammenarbeit mit «Nachbarschaftshilfe KISS Belalp-Simplon» an einem Pilotprojekt betreffend einen kommunalen Hitzeschutzplan teil.

Aus diesem Grund wurden alle Einwohnerinnen und Einwohner, welche 75 Jahre oder älter sind und nicht in einem Seniorenzentrum wohnhaft sind, angeschrieben und diese haben die Möglichkeit, sich für präventive Anrufe durch Freiwillige von «KISS Belalp-Simplon» anzumelden.

Konkret bedeutet dies folgendes:

- Bei einer kantonalen Hitzewarnung der Stufe 3 oder höher, werden die teilnehmenden Einwohnerinnen und Einwohner von freiwilligen Mitarbeiterinnen oder Mitarbeitern der Organisation «Nachbarschaftshilfe KISS Belalp-Simplon» präventiv angerufen.
- Es wird sich am Telefon nach dem Wohlbefinden der Teilnehmerinnen und Teilnehmer erkundigt.
- Sollten die Teilnehmerinnen und Teilnehmer telefonisch nicht erreichbar sein oder den Wunsch dazu äussern, wird eine freiwillige Mitarbeiterin oder ein Mitarbeiter von KISS Belalp-Simplon die teilnehmenden Personen zuhause besuchen und bei der Umsetzung der Hitzeschutzmassnahmen unterstützen.

Die Gemeinde Naters wünscht Ihnen einen angenehmen Sommer und Erfrischung während den heissen Tagen.

