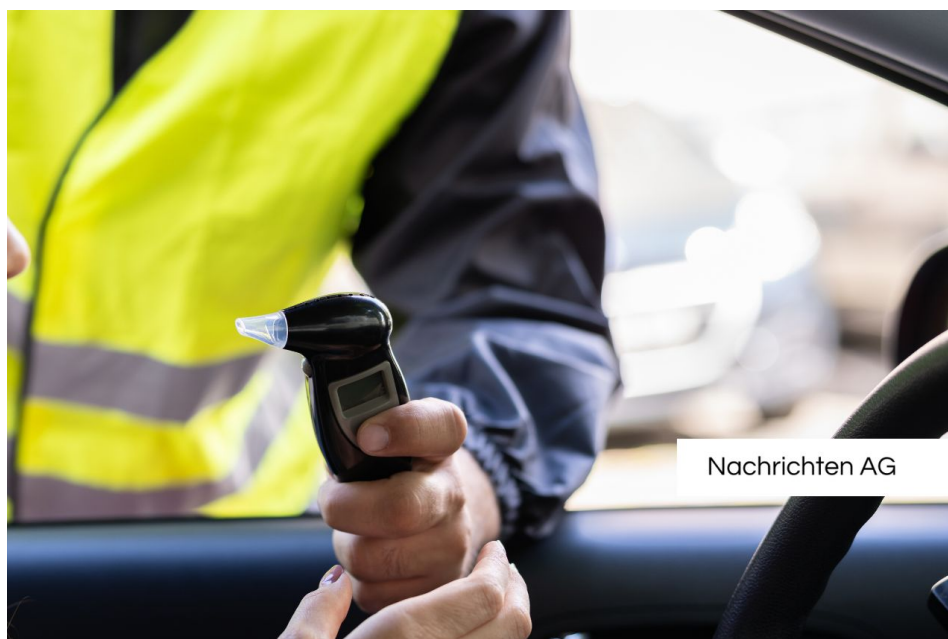


Hitzewarnung für Delmenhorst: So schützen Sie sich vor 37 Grad!

Extreme Hitze in Osterholz und Delmenhorst am 1. Juli 2025: Aktuelle Warnungen, Gesundheitstipps und Hitzeschutzmaßnahmen.



Delmenhorst, Deutschland - Die Temperaturen steigen, und das Wetter wird immer drückender. Am Mittwoch, dem 2. Juli 2025, erwartet der Deutsche Wetterdienst Werte von bis zu 37 Grad Celsius für Westniedersachsen und Bremen. Eine solche Hitzewelle ist nicht zu unterschätzen, daher warnt die Stadt Delmenhorst eindringlich vor der gesundheitlichen Gefahr durch die extremen Temperaturen. Stadtsprecher betonen, dass insbesondere ältere Menschen, Kinder und chronisch Kranke besonders gefährdet sind. Die gesundheitlichen Risiken werden durch die hohe Hitzebelastung noch erschwert, und viele Menschen müssen mit Beschwerden wie Kreislaufproblemen oder Verwirrtheit rechnen.

Die Stadt Delmenhorst hat bislang jedoch keinen umfassenden Hitzeschutzplan vorgelegt, was besorgniserregend ist. Stattdessen gibt es einige Empfehlungen des städtischen Fachdienstes Gesundheit, die für alle Bürgerinnen und Bürger von Bedeutung sind:

- Meiden Sie die pralle Sonne.
- Trinken Sie ausreichend Flüssigkeit.
- Halten Sie Ihre Wohnung kühl, durch frühmorgendliches Lüften und Abdunkeln.
- Genießen Sie kühle Duschen oder kalte Arm- und Fußbäder.
- Verzichten Sie auf Alkohol und bevorzugen Sie leichtes Essen.

Gesundheitliche Maßnahmen bei Hitzebeschwerden

Äußerste Vorsicht ist geboten: Bei gesundheitlichen Problemen infolge der Hitze brauchen Betroffene sofortige Maßnahmen. Dazu zählt, einen schattigen Platz aufzusuchen, den Oberkörper hochzulegen und ausreichend Flüssigkeit zu sich zu nehmen. In ernstesten Fällen sollte der Arzt kontaktiert oder der Notruf 112 gewählt werden.

Der Fachdienst Veterinär- und Ordnungswesen mahnt zudem zur Vorsicht im Umgang mit Tieren. Es ist wichtig, Tiere nicht im geparkten Auto zu lassen, da sich die Temperaturen dort schnell auf über 50 Grad Celsius erhöhen können. Auch für kleine Heimtiere wie Kaninchen oder Meerschweinchen sollte ein kühler Ort im Haus gesucht werden. Die Empfehlungen für den Tierschutz beinhalten auch, Aktivitäten auf die kühleren Stunden des Tages zu verlegen und stets frisches Trinkwasser bereitzustellen.

Trinkwasser und Hitzewarnungen

Um die Bürgerinnen und Bürger während der Hitzewelle zu unterstützen, beteiligt sich die Stadt Delmenhorst am Trinkwasserprojekt Refill. An insgesamt 14 Stationen im Stadtgebiet kann kostenlos Leitungswasser in Trinkflaschen nachgefüllt werden. Diese Stationen sind online verzeichnet und leicht erkennbar durch einen blauen Refill-Aufkleber.

Die Warnungen vor Hitzebelastungen erweisen sich als ernstzunehmende Gesundheitsgefahr. Der Deutsche Wetterdienst gibt Hitzewarnungen für Tage aus, an denen Gesundheitsrisiken bestehen. Dabei werden verschiedene Kriterien zur Bewertung der Belastung sowohl tagsüber als auch nachts berücksichtigt. Wer mehr über die Hitzewarnungen erfahren möchte, kann sich auf [hitzewarnungen.de](https://www.hitzewarnungen.de) informieren.

In dieser Zeit ist es unabdingbar, auf die eigene Gesundheit Acht zu geben und die Empfehlungen der Experten zu befolgen, um sicher durch die Hitzewelle zu kommen. Für weitere Tipps und Informationen zum Hitzeschutz werfen Sie einen Blick auf die Seite [hitze.info](https://www.hitze.info).

Bleiben Sie gesund und passen Sie gut auf sich und Ihre Lieben auf!

Details	
Ort	Delmenhorst, Deutschland
Quellen	• www.weser-kurier.de • hitze.info • www.hitzewarnungen.de

Besuchen Sie uns auf: mein-bremen.net