

5 tips tegen hittestress

Gepubliceerd: 26-06-2026

Code rood: het wordt vandaag héél heet. Daarom trekt wethouder Rick Ossendorp eropuit om ijsjes uit te delen én inwoners te wijzen op het belang van goed omgaan met de hitte.

Met deze 5 tips voorkomt u hittestress:

1. Drink voldoende water
2. Houd uw woning koel
3. Zoek verkoeling op als het thuis te warm wordt
4. Vermijd zware inspanningen op het heetst van de dag
5. Let op elkaar en op kwetsbare mensen

Bekijk de video en zorg goed voor jezelf én voor elkaar. En vergeet vooral niet te genieten van deze zonnige dag!



Een goede site voor meer info: www.ggdleefomgeving.nl/zomer-en-hitte