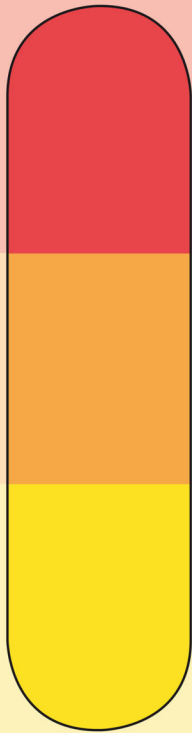


Hitzeschutz in Kindergarten und Kinderkrippe

Anleitung für Hitzometer und Karteikarten

Klima & Energie
STEIERMARK

HITZOMETER



extrem heiß



sehr heiß



heiß



Downloads unter

www.ubz.at/hitzeschutz





Das Hitzemeter

Das Hitzemeter ist eine einfache und kindgerechte Skala, die Kindern hilft, unterschiedliche Stufen von Hitze wahrzunehmen und passende Verhaltensweisen kennenzulernen. Es umfasst die drei Bereiche **heiß**, **sehr heiß** und **extrem heiß**. Jede Stufe wird durch eine Figur repräsentiert: Stektor = heiß, Lola = sehr heiß, Klimachecker = extrem heiß.

Die drei Stufen orientieren sich an den Kriterien des **Steirischen Hitzeschutzplans**. Dort werden die Warnstufen „erhöhte Wärmebelastung“ (gelb), „starke Wärmebelastung“ (orange) und „extreme Wärmebelastung“ (rot) unterschieden. Zusätzlich gibt es die Kategorie „keine Wärmebelastung“ (grün).

Die Abbildung mit der Steiermark-Karte zeigt, wie die zu erwartende Wärmebelastung auf der Webseite www.zamg.ac.at/steiermark/hitzeschutzplan dargestellt wird. Von Mitte Mai bis Mitte September werden dort täglich regionale Prognosen veröffentlicht, die Auskunft darüber geben, welche Wärmebelastung in den kommenden Tagen zu erwarten ist. Anhand dieser Prognosen kann das Hitzemeter täglich aktualisiert werden: Das magnetische Sonnensymbol wird auf die entsprechende Farbe gesetzt – Gelb, Orange oder Rot. So können die Kinder auf einen Blick erkennen, welche Hitzestufe aktuell gilt.

Die bereits eingeführten und besprochenen Buzzer (siehe letzte Seite) können auf den Feldern der jeweiligen Figuren platziert werden. Dadurch haben die Kinder die Möglichkeit, selbstständig abzuhören, worauf sie an diesem Tag besonders achten sollen.

Die Buzzer können auch von den Kindern selbst mit Hitzeschutz-Tipps (siehe Karteikarten) besprochen werden. So werden sie aktiv in das Thema eingebunden und können ihr Wissen mitgestalten.

Bei Grün („keine Wärmebelastung“) wird das Sonnensymbol entweder nicht verwendet oder es wird ausschließlich der grüne Buzzer am Hitzemeter angebracht.

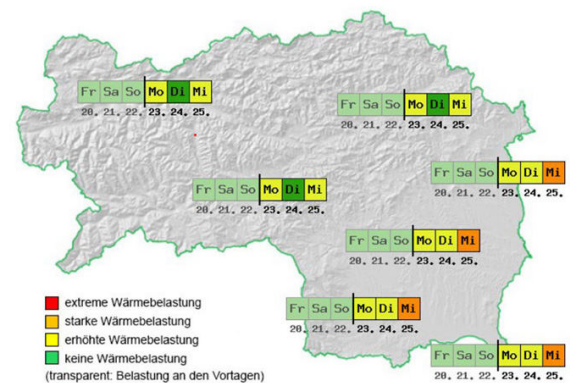
Die Webseite mit der Steiermark-Karte bietet darüber hinaus weitere interessante Möglichkeiten zur Vertiefung ins Thema: Neben den aktuellen Hitzewarnungen können dort aktuelle Temperaturmesswerte abgerufen, Temperaturverläufe einzelner Messstationen betrachtet sowie im Archiv vergangene Hitzewellen nachvollzogen werden.



Hitzeschutzplan für die Steiermark

Prognosegrafik zur Wärmebelastung

Erstellt am Montag, 23.06.2025



Was ist eigentlich eine Hitzewelle?

Von einer Hitzewelle spricht man, wenn sich heiße Luftmassen über mehrere Tage oder sogar Wochen hinweg über einem Gebiet halten. Dadurch steigen die Temperaturen deutlich an und die Belastung für Menschen, Tiere und die Umwelt nimmt zu.

Eine weltweit einheitliche Definition für Hitzewellen gibt es nicht. Die Kriterien unterscheiden sich von Land zu Land und berücksichtigen unterschiedliche Temperaturgrenzen, klimatische Bedingungen und regionale Besonderheiten.

Nach der Definition des Steirischen Hitzeschutzplans liegt eine Hitzewelle vor, wenn an mindestens drei aufeinanderfolgenden Tagen eine starke Wärmebelastung erwartet wird. Eine starke Wärmebelastung kann beispielsweise bereits bei Temperaturen ab etwa 27 °C in Kombination mit einer Luftfeuchtigkeit von rund 60 % oder mehr auftreten. Entscheidend ist dabei nicht nur die tatsächliche Temperatur, sondern auch, wie stark die Hitze vom menschlichen Körper wahrgenommen wird.

Gerade für Kinder, ältere Menschen und Personen mit gesundheitlichen Einschränkungen können solche Wetterlagen eine besondere Belastung darstellen. Deshalb ist es wichtig, frühzeitig auf ausreichendes Trinken, Schatten, Abkühlung und angepasste Aktivitäten zu achten.

Hizetage und Tropennächte

In Mitteleuropa werden häufig folgende Begriffe verwendet:

- Hizetag (oder Tropentag): Die Tageshöchsttemperatur erreicht mindestens 30 °C.
- Tropennacht: Die Temperatur sinkt in der Nacht nicht unter 20 °C.

Besonders belastend sind längere Hitzeperioden, in denen Hize Tage und Tropennächte auftreten. Dann kann sich der Körper während der Nacht nur unzureichend erholen.

Wie werden Hitzewarnungen in der Steiermark erstellt?

Der steirische Hitzeschutzplan berücksichtigt nicht nur die Lufttemperatur, sondern auch weitere sogenannte bioklimatische Faktoren. Dazu zählen unter anderem: Temperatur, Luftfeuchtigkeit, Luftdruck, Jahreszeit und weitere wetterbedingte Einflüsse.

Aus diesen Faktoren wird ein **Bioklima-Wohlfühl-Index** berechnet. Zusätzlich werden Wetterdaten und Prognosen der GeoSphere Austria in die Bewertung einbezogen. Für die Bevölkerung werden die Ergebnisse anschließend vereinfacht und in verständliche Warnstufen übersetzt. Diese Warnstufen bilden auch die Grundlage für die Einteilung des Hitzometers.

Woher weiß ich, welche Stufe am Hitzometer eingestellt werden muss?

Auf www.zamg.ac.at/steiermark/hitzeschutzplan gehen und Farbstufe für den jeweiligen Tag ablesen.



Die Karteikarten



Zu den drei Stufen des Hitzemeters wurde ein Karteikarten-Set entwickelt. Es bietet für jede Stufe zahlreiche Anregungen und praktische Ideen, welche Aktivitäten an heißen, sehr heißen oder extrem heißen Tagen gemeinsam mit den Kindern umgesetzt werden können.

Bei der Auswahl der Maßnahmen sind jedoch die regionalen Gegebenheiten sowie die baulichen Besonderheiten der jeweiligen Kinderkrippen und Kindergärten zu berücksichtigen. Die Pädagog:innen entscheiden daher situationsgerecht, welche Vorschläge vor Ort umsetzbar sind.

Beispiel:

Verfügt eine Sandkiste über keinen ausreichenden Sonnenschutz, ist ihre Nutzung an extrem heißen Tagen ab etwa 10 Uhr nicht mehr empfehlenswert. Befindet sich die Sandkiste hingegen unter einem großen schattenspendenden Baum und besteht zusätzlich die Möglichkeit, mit Wasser zu spielen und zu „gatschen“, kann sie auch am Nachmittag noch einen angenehmen kühlenden Effekt bieten.

Die Karteikarten sind daher als Sammlung von Möglichkeiten zu verstehen, aus denen jede Einrichtung jene Maßnahmen auswählen kann, die den örtlichen Gegebenheiten und den Bedürfnissen der Kinder entsprechen.

Jede Kategorie enthält zudem mehrere Blanks-Karten. Diese bieten Kindern die Möglichkeit, eigene Ideen und Erfahrungen zum Hitzeschutz festzuhalten, zu zeichnen oder zu notieren und die Karteikarten-Box damit zu ergänzen.

Zusätzlich enthält die Karteikarten-Box einige graue Karten, auf denen häufige körperliche Warnsignale einer Überhitzung dargestellt sind. Die Hinweise auf den Rückseiten stellen keine medizinischen Handlungsempfehlungen dar, sondern sollen dafür sensibilisieren, Warnsignale frühzeitig wahrzunehmen und ernst zu nehmen.

Weiterführende Informationen, Notrufnummern, Adressen und Unterstützungsangebote findet man im Steirischen Hitzeschutzplan unter:
www.gesundheit.steiermark.at/cms/beitrag/11685019/156426535/

Alle Bilder der Karteikarten (gelb, orange, rot) gibt es auch als Übersichtsplakat zum Ausrollen am Boden.





Die Buzzer



Dem Set liegen vier besprechbare Buzzer bei. Je einer für jede Stufe der Hitzebelastung und ein zusätzlicher optionaler Buzzer für Tage ohne Belastung.



Die Buzzer können mit max. 30 Sekunden Länge besprochen werden. Dazu muss man den kleinen Knopf auf der Rückseite gedrückt halten (Piepton) und kann dann die Aufnahme beginnen.



Hier Vorschläge für Texte:



GRÜN:

Heute ist es nicht heiß. Zwischendurch Wasser zu trinken ist trotzdem gut, vor allem wenn du dich viel bewegst.

GELB:

Heute ist ein heißer Tag. Trink viel Wasser, auch wenn du keinen Durst hast. Trage im Freien eine Kappe oder einen Sonnenhut. Spiel im Schatten statt in der prallen Sonne. Zieh leichte, und helle Kleidung an. Mach um die Mittagszeit eher ruhige Sachen.

ORANGE:

Heute ist ein sehr heißer Tag. Trink immer wieder Wasser, kleine Schlucke, aber dafür regelmäßig. Meide die Mittagssonne. Bleibe in kühlen Räumen. Kühle dich mit Wasser ab. Du kannst deine Füße ins Wasser halten. Benutze Sonnencreme, bevor du rausgehst. Bewege dich langsam. Mach ruhige Spiele.

ROT:

Heute ist ein extrem heißer Tag. Bliebe wenn möglich in kühlen Räumen und immer im Schatten. Kühle dich oft ab – mit Wasser oder kühlen Tüchern. Trink ganz viel Wasser und erinnere auch andere, dass sie trinken sollen. Höre auf deinen Körper! Wenn du dich erschöpft, schwindelig oder krank fühlst, sage es gleich einem Erwachsenen. Achtet aufeinander und schaut, wie es den anderen geht.