

Seniorenbeirat



Hitze-Atlas



Tel. Vorsitzender: 0176 - 93 59 47 72
E-Mail: Seniorenbeirat@Stadtroda.de

Postanschrift:
Stadtverwaltung Stadtroda
Seniorenbeirat
Straße des Friedens 17

07646 Stadtroda



Angebote
für Seniorinnen und Senioren

Seniorensprechttag

Sprechzeiten:
donnerstags
9.00 - 11.30 Uhr



Liebe Seniorinnen
und Senioren von Stadtroda
und Gemeinden,



Seit Mai 2020 haben wir in
unserer Stadt einen "Hitzeatlas",
der auf Anregung des Landes-
seniorenrates zu einer Fachtagung im Jahr 2019 Wirklichkeit
wurde.

"Hitzeresilienz" (widerstandsfähig gegen Hitze machen) gewinnt
durch den Klimawandel immer mehr an Bedeutung, da die Som-
mer immer heißer und trockener werden, auch in unserer Stadt.

Aus diesem Grund hat der Seniorenbeirat mit Unterstützung des
Bauamtes der Stadt und dem Gesundheitsamt des Saale-
Holzland-Kreises in kurzer Zeit einen „Hitzeatlas“ für unsere
Generation 60 Plus auf den Weg gebracht.

Er soll die schattigsten und kühlestn Plätze sowohl in der Altstadt
aber auch in der Neustadt aufzeigen und Verhaltensweisen bei
extremer Hitze an die Hand geben, damit Sie gesund durch den
Sommer kommen.

Nutzen Sie die Angebote und bleiben oder werden Sie gesund!!

Ihr
Klaus Hempel
Bürgermeister

Ihr
Wolfgang Main
Seniorenbeiratsvorsitzender



Park des Asklepios
Fachklinikums



Goldborn/
Klostermühle



Parkanlage
Herzog-Joseph-Hein



Alter Markt



Grüntal-Eiche



Rad- und Fußweg
Zeitgrund



Mehrgenerationenhaus "Blitz e.V."



Skulpturenweg/Roda-Bank



Waldspielplatz



Mehrgenerationen-
Bewegungspark
Goetheweg



Rodalia-Oase



Toscana-Oase



Rad- und Fußweg zw.
Stadtroda und Quirla



Altes Weiherbad



Brauhausplatz

...und viele weitere
schattige Plätzchen
in Stadtroda und
Umgebung...

10 Verhaltensregeln bei extremer Hitze

1. Den Aufenthalt im Freien möglichst auf die Morgen- und Abendstunden beschränken
2. Tragen Sie leichte und lockere Kleidung aus Naturfasern
3. Suchen Sie Schatten und/oder klimatisierte Aufenthaltsorte (z.B. Einkaufszentren) auf.
4. Legen Sie anstrengende Aktivitäten auf die Morgenstunden.
5. Legen Sie eine feuchte Kompresse auf Stirn und Nacken.
6. Erfrischen Sie Ihre Handgelenke mit kühlem Wasser.
7. Betupfen Sie Schläfen, Hals und Regionen hinter den Ohren mit Kölnisch Wasser, Eisstift oder ähnlichem
8. Achten Sie auf Symptome, die auf Überhitzung hinweisen, wie Körpertemperatur über 38 Grad, Unruhe, Verwirrtheit, Erbrechen
9. Auch trockene, kühle Haut bei gleichzeitig hoher Körpertemperatur kann ein Zeichen für drohenden Hitzschlag sein.
10. Lüften Sie 2 - 5 min vor Abfahrt Ihr geparktes Auto bei offenen Türen und Fenstern (Die Temperaturen können im Innenraum bis zu 70 Grad betragen!)

Empfohlene schattenspendende Erholungsplätze:

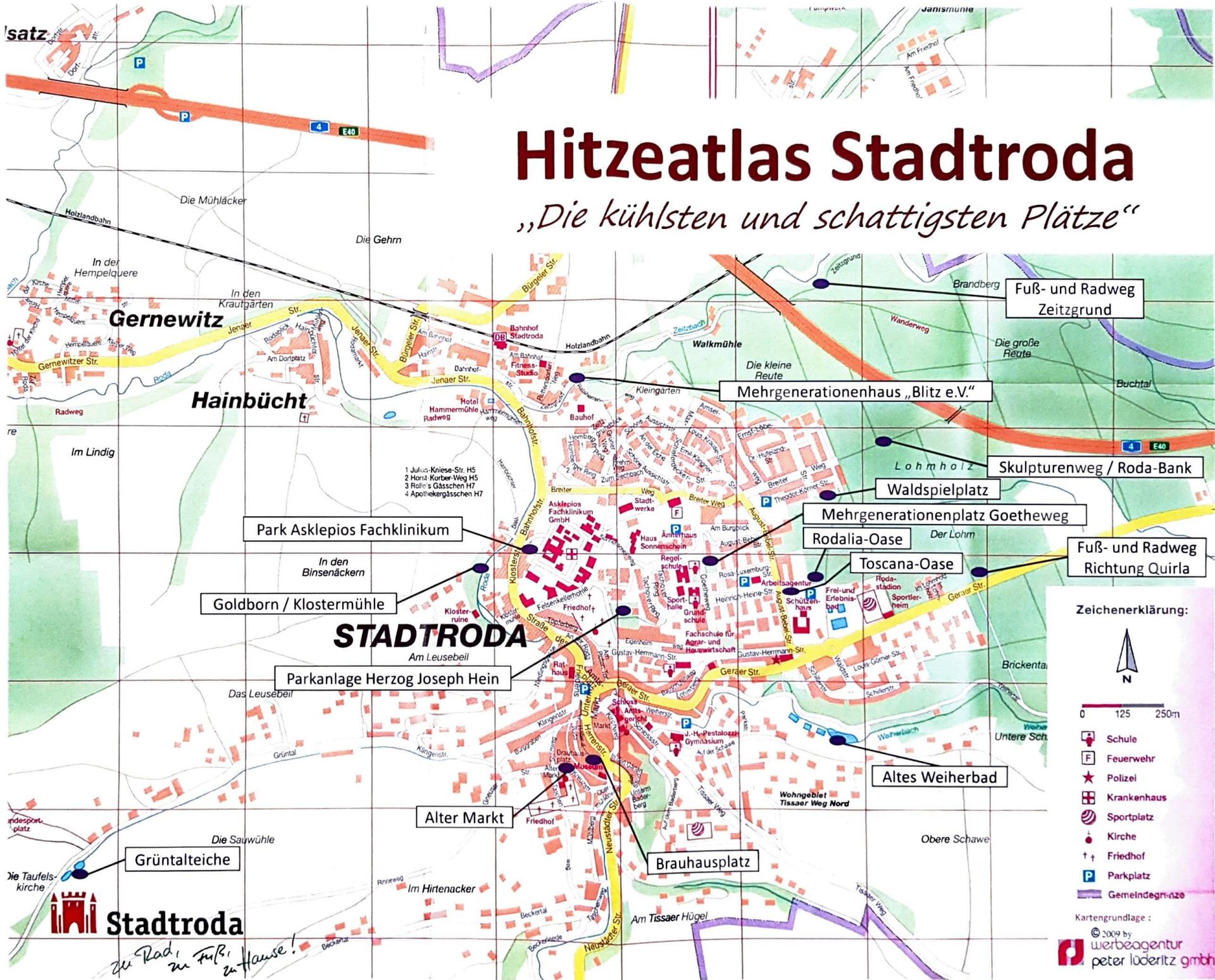
- Park des Asklepios Fachklinikums
- Goldborn/Klostermühle
- Parkanlage Herzog Joseph Hein
- Alter Markt
- Grüntal-Eiche
- Fuß- und Radweg Zeitgrund
- Mehrgenerationenhaus "Blitz e.V."
- Skulpturenweg/Roda-Bank
- Waldspielplatz
- Mehrgenerationen-Bewegungspark Goetheweg
- Rodalia-Oase
- Toscana-Oase
- Fuß- und Radweg Richtung Quirla
- Altes Weiherbad
- Brauhausplatz

Den Hitze-Atlas

erhalten Sie in der Tourist-Information, im Seniorenbüro,
in der Seniorenbegegnungsstätte, im Mehrgenerationenhaus
bei Blitz e.V., in Arztpraxen und in Apotheken.

Hitzeatlas Stadtroda

„Die kühlest und schattigsten Plätze“



Park Asklepios Fachklinikum

Goldborn / Klostermühle

STADTRODA

Parkanlage Herzog Joseph Hein

Alter Markt

Grüntalteiche

Brauhausplatz

Fuß- und Radweg
Zeitgrund

Mehrgenerationenhaus „Blitz e.V.“

Skulpturenweg / Roda-Bank

Waldspielplatz

Mehrgenerationenplatz Goetheweg

Rodalia-Oase

Toscana-Oase

Fuß- und Radweg
Richtung Quirla

Zeichenerklärung:

- N
- 0 125 250m
- Schule
- Feuerwehr
- Polizei
- Krankenhaus
- Sportplatz
- Kirche
- Friedhof
- Parkplatz
- Gemeindegrenze

Stadtroda
zu Rad, zu Fuß, zu Hause!