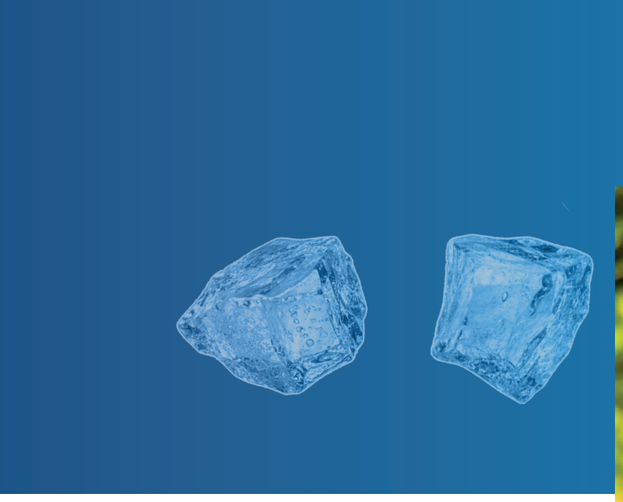

mit ganzem herzen
KLIMA
WÖRTH
bleib cool!
So kommen Sie
gut durch die Hitze!







Klopfen Sie doch einfach mal bei Ihren Nachbarn an und schauen Sie, ob es ihnen gut geht – nette Gesellschaft und gemeinsam viel Wasser trinken helfen gut über die heißen Tage hinweg.

LIEBE BÜRGERINNEN UND BÜRGER,

die Sommer werden spürbar immer heißer. Ob Hitze, langanhaltende Trockenheit, Starkregen oder Hochwasser – wir erleben die Klimaveränderungen zunehmend hautnah.

Umso wichtiger ist es, zu wissen was jede und jeder einzelne zur Vorsorge tun kann.
Ich freue mich, dass so viele Menschen in Wörth aktiv sind und sich einsetzen, um sich und andere vor den Gefahren von Hitze zu schützen. Einen herzlichen Dank an alle, die in dieser Broschüre ihre Tipps teilen und sich um andere kümmern.

Ein guter Hitzeschutz sind kühlere Orte in der Stadt und kühlere Räume in Gebäuden. Als Stadt initiieren und unterstützen wir zum Beispiel private und gewerbliche Maßnahmen zur Fassadenbegrünung, zur extensiven Dachbegrünung, zur Entsiegelung von Flächen und zum Rückbau von Schottergärten. Machen Sie Gebrauch davon!

Ihr Steffen Weiß
Bürgermeister Stadt Wörth am Rhein

Wörth am Rhein

IMPRESSUM

Herausgeberin
Stadt Wörth am Rhein
Mozartstraße 2, 76744 Wörth am Rhein
www.woerth.de

Verantwortlich im Sinne des Presserechts
Bürgermeister Steffen Weiß

Redaktion
Ann-Kathrin Busath,
Laura Zinser (projektart – Studio Karlsruhe)

Grafik und Layout
Alexander Rosenbaum (projektart – Studio Karlsruhe)

Fotografie
Thomas Adorff

Stand
August 2026

35 °C im Schatten und die Luft flimmert regelrecht über die Straßen: Die Sommer werden immer heißer. Was früher einzelne Hitzetage waren, entwickelt sich zunehmend zu längeren Hitzeperioden mit hohen Temperaturen am Tag und wenig Abkühlung in der Nacht. Besonders die Oberrheinregion gehört bereits heute zu den wärmsten Regionen Deutschlands.





Hitze ist dabei weit mehr als eine Frage des Wohlbefindens. Sie kann den Körper stark belasten und gesundheitliche Beschwerden verursachen: von Erschöpfung und Kreislaufproblemen bis hin zu ernsthaften Notfällen. Besonders gefährdet sind ältere Menschen, Kinder, Schwangere, pflegebedürftige Personen sowie Menschen mit Vorerkrankungen.

Die gute Nachricht: Mit dem richtigen Wissen und einfachen Maßnahmen lässt sich das Risiko deutlich reduzieren. Wer ausreichend trinkt, Tageszeiten mit hoher Hitzebelastung meidet und auf sich selbst sowie auf seine Mitmenschen achtet, kann viel für die eigene Gesundheit tun.

Diese Broschüre unterstützt Sie dabei. Sie informiert über die Auswirkungen von Hitze, zeigt praktische Schutzmaßnahmen für den Alltag auf und bündelt wichtige Angebote und Anlaufstellen in Wörth am Rhein. Außerdem finden Sie Hinweise zu Trinkwasserstellen, kühlen Orten, Hilfsangeboten und Verhaltensregeln für besonders heiße Tage.

„Wörth bleibt cool“, denn mit Wissen, Vorsorge und Zusammenhalt kommen wir gemeinsam besser durch die heiße Phase.

INHALT

1	Klimawandel vor unserer Haustür	6
2	Risikogruppen	8
3	Hitze und ihre gesundheitlichen Risiken	10
4	Öffentliches Trinkwasser	12
5	Kühle Orte in Wörth	14
6	Kinder und Babys bei Hitze	16
7	Hilfe für Senioren	18
8	Tiere und Hitze	20
9	Stadt Wörth am Rhein unterstützt Sie	22



KLIMAWANDEL
VOR UNSERER HAUSTÜR

1

Der Klimawandel ist längst auch in unserer Region spürbar. Die Südpfalz und der Oberrheingraben zählen zu den wärmsten Regionen Deutschlands. Messungen zeigen, dass die Durchschnittstemperaturen kontinuierlich steigen und Hitze häufiger, länger und intensiver auftritt.

Besonders deutlich zeigt sich diese Entwicklung an der steigenden Zahl heißer Tage, an denen die Höchsttemperatur mindestens 30 °C erreicht. Gleichzeitig nehmen auch Tropennächte zu. In diesen Nächten sinkt die Temperatur nicht unter 20 °C, wodurch sich Körper und Wohnräume kaum noch von der Tageshitze erholen können.

Längere Hitzeperioden belasten nicht nur die Umwelt, sondern auch unsere Gesundheit. Kreislaufprobleme, Erschöpfung und eine erhöhte Belastung für Herz und Lunge gehören zu den möglichen Folgen. Besonders gefährdet sind ältere Menschen, Kinder sowie Personen mit Vorerkrankungen.

Wer über die Risiken informiert ist und frühzeitig handelt, kann sich und andere wirksam schützen. Die folgenden Kapitel zeigen, worauf es an heißen Tagen ankommt.

Aktuelle Hitzewarnungen und weitere Informationen finden Sie online über die Hitzewarnungen des Deutschen Wetterdienstes (DWD) sowie das Klimadatenportal Rheinland-Pfalz.



Ein heißer Tag beginnt ab 30 °C.

Eine Tropennacht liegt dann vor, wenn die nächtliche Temperatur nicht unter 20 °C sinkt.

Beide Werte nehmen in unserer Region seit Jahren zu.



Meine Empfehlung für die heiße Zeit ist immer mit Hut unterwegs zu sein und wenn möglich morgens oder abends Erledigungen zu machen.

Angelika Drodofsky
Gemeindeschwester Plus



Pflegende Angehörige sollten an heißen Tagen auch auf die eigene Gesundheit achten und Unterstützung annehmen. Nachbarn, Bekannte und Freunde können mit kleinen Hilfen dazu beitragen, hitzegefährdete Menschen zu schützen.

Manuela Adling
Pflegestützpunkt Wörth am Rhein

Besonders gefährdet sind:

- Säuglinge und Kleinkinder
- Menschen ab 65 Jahren
- Menschen mit Herz-, Lungen- oder Nierenerkrankungen
- Pflegebedürftige Personen
- Alleinlebende Menschen ohne regelmäßige Unterstützung
- Schwangere
- Personen, die bestimmte Medikamente einnehmen (z. B. zur Behandlung von Herz-Kreislauf-Erkrankungen oder zur Entwässerung)
- Menschen, die Hitze besonders stark ausgesetzt sind, z. B. im Freien Arbeitende und wohnungslose Menschen

Mit zunehmendem Alter verändert sich die Fähigkeit des Körpers, die eigene Temperatur zu regulieren. Gleichzeitig können Erkrankungen oder Medikamente die Anpassung an Hitze erschweren. Auch soziale Faktoren spielen eine Rolle. Wer allein lebt oder auf Unterstützung angewiesen ist, erhält mögliche Warnsignale oft später oder kann notwendige Schutzmaßnahmen nicht immer selbstständig umsetzen.

Treffen mehrere dieser Punkte auf Sie oder eine Person in Ihrem Umfeld zu? Dann ist besondere Aufmerksamkeit wichtig.

2

RISIKOGRUPPEN
WER IST BESONDERS GEFÄHRDET?

Heiße Tage können für alle Menschen belastend sein. Einige Personengruppen reagieren jedoch empfindlicher auf hohe Temperaturen und tragen ein erhöhtes Gesundheitsrisiko.



HITZE
UND IHRE GESUNDHEITLICHEN RISIKEN

3

Hitze kann gesundheitliche Auswirkungen haben. Das reicht von Einschränkungen im Wohlbefinden über Arbeitsunfähigkeit bis hin zum Todesfall in extremen Fällen.

Langanhaltende Hitze kann auch in Rheinland-Pfalz zu einer erhöhten Sterblichkeit führen. Besonders gefährdet sind ältere Menschen: Der größte Anteil der hitzebedingten Sterbefälle entfällt auf Personen ab 75 Jahren.

Auch bundesweit zeigen sich die gesundheitlichen Folgen: Nach Schätzungen des Robert Koch-Instituts gab es 2023 rund 3.100 hitzebedingte Sterbefälle, 2024 etwa 2.800 und 2025 rund 2.500.

Der Deutsche Wetterdienst empfiehlt, auf folgende Warnsignale zu achten: „Achten Sie auf Symptome, die auf eine Überhitzung des Körpers hinweisen wie Unruhe, Verwirrtheit, Erbrechen. Auch trockene, kühle Haut bei gleichzeitig hoher Körpertemperatur kann ein Zeichen für einen drohenden Hitzschlag sein. In diesem Fall sollten Sie einen Arzt verständigen.“

Weiterführende Informationen zum Thema Klimawandel und Gesundheit



Hitze und starke Sonneneinstrahlung können für manche Menschen besonders belastend sein, vor allem dann, wenn bestimmte Medikamente eingenommen werden. Einige Arzneimittel können die Haut empfindlicher gegenüber Sonnenlicht machen und das Risiko für Sonnenbrand erhöhen. Deshalb empfehlen wir unseren Patient*innen, insbesondere bei Einnahme von Psychopharmaka, frühzeitig mit ihrer behandelnden Ärztin oder ihrem behandelnden Arzt zu sprechen.

Dr. Andrea Bechli-Varga
Pfalzklinikum



Gerade an heißen Tagen ist frei zugängliches Trinkwasser ein wichtiger Beitrag zum Gesundheitsschutz. Hier am Trinkwasserbrunnen im Bürgerpark können sich alle unkompliziert versorgen, genau dann, wenn sie es brauchen. Ich würde mir wünschen, dass wir in Wörth am Rhein künftig noch mehr geeignete Standorte schaffen können, damit Trinkwasser im öffentlichen Raum noch leichter erreichbar wird.

Peter Pfaff
Erster Beigeordneter der Stadt
Wörth am Rhein

In Wörth gibt es für Trinkwasser bereits mehrere kostenlose Anlaufstellen. Im Rathaus und bei der Tafel in Wörth kann Leitungswasser gratis in mitgebrachte Trinkflaschen abgefüllt werden. Im Bürgerpark sorgt ein öffentlicher Trinkbrunnen mit Ruhebank für Erfrischung unterwegs.

Refill – kostenlos Wasser auffüllen, ganz ohne Kaufzwang

Refill ist eine deutschlandweite Initiative: Geschäfte, Cafés und öffentliche Einrichtungen mit dem Refill-Aufkleber an der Tür füllen mitgebrachte Trinkflaschen kostenlos mit Leitungswasser auf und das ganz ohne Verpflichtung, etwas zu kaufen.
Auch in Wörth soll dieses Netz an Refill-Stationen stetig wachsen. Die Stadtverwaltung lädt Gewerbetreibende im gesamten Stadtgebiet ein, selbst Refill-Station zu werden. Jede zusätzliche Station erleichtert den Zugang zu frischem Trinkwasser im Alltag und trägt zugleich zu einer gesünderen, nachhaltigeren und plastikärmeren Stadt bei.

Sie möchten selbst Refill-Station werden?
Interessierte Gewerbetreibende können sich an die Klimaanpassungsmanagerin der Stadt Wörth am Rhein wenden:
Ann-Kathrin Busath
Tel.: 07271 131610
E-Mail: ann-kathrin.busath@woerth.de

4

ÖFFENTLICHES TRINKWASSER

An heißen Tagen ist ausreichendes Trinken überlebenswichtig – der Körper verliert durch Schwitzen viel Flüssigkeit und Mineralstoffe. Empfohlen werden an Hitzetagen zwei bis drei Liter Wasser über den Tag verteilt, insbesondere für ältere Menschen und alle, die im Freien arbeiten.

Es gibt auch eine Karte, auf der alle öffentlichen Trinkwasserstellen in Deutschland zu finden sind:

REFILL-DEUTSCHLAND.DE/KARTE



KÜHLE ORTE
IN WÖRTH AM RHEIN

5

Straßen und Plätze aus Asphalt und Beton heizen sich an heißen Tagen besonders stark auf und geben die Wärme auch nachts nur langsam wieder ab.

Umso wichtiger sind kühle Orte im öffentlichen Raum. Geeignet sind insbesondere jene Orte, die auch bei hohen Temperaturen eine hohe Aufenthaltsqualität bieten und gegenüber ihrer Umgebung spürbar kühlere Bedingungen schaffen.

Dazu zählen klimatisierte Gebäude ebenso wie Grünflächen mit dichtem Baumbestand, die durch Schatten und Verdunstung für angenehme Temperaturen sorgen. Auch der Badepark Wörth lädt an heißen Tagen zur Abkühlung ein, und Spielplätze mit Wasserspielen verschaffen insbesondere Kindern eine willkommene Erfrischung.

Eine interaktive Karte von Wörth zeigt, wo die Außentemperatur noch angenehm ist. Neben kühlen Grünanlagen mit hohem Baumbestand sind darin auch öffentliche Brunnen und Trinkwasserausgabestellen verzeichnet. So lässt sich der Weg an heißen Tagen gezielt über schattige und kühle Orte planen.

Über den QR-Code gelangen Sie direkt zur interaktiven Karte und können kühle Orte in Ihrer Nähe finden.



Auch im Badepark Wörth gilt, dass Abkühlung allein an heißen Tagen nicht ausreicht. Wichtig sind ausreichend Getränke, regelmäßiger Sonnenschutz und eine Kopfbedeckung. Wir kümmern uns um das Wasser und die Sicherheit im Bad, Besucherinnen und Besucher sollten gut auf ihren eigenen Hitze- und Sonnenschutz achten.

Rebecca Geißer
Badepark Wörth



Bei Babys und Kleinkindern setzen wir vor allem auf vorbeugenden Schutz. Dazu gehört, dass wir die Kinder vormittags und nachmittags eincremen, auf Kopfbedeckungen achten und ihnen regelmäßig Getränke anbieten. An heißen Tagen halten wir uns überwiegend im Schatten auf, sperren sonnige Bereiche ab und gehen nur bis zu einem UV-Index von 7 nach draußen. Außerdem sorgen wir für ausreichend Beschattung im Außengelände und passen Spielzeiten, Ruhephasen und Tagesabläufe an die Temperaturen an.

Maxine Keipert
Abtswald - Kindertagesstätte

Säuglinge und kleine Kinder sind besonders gefährdet wegen:

- einer noch nicht vollständig entwickelten Temperaturregulation
- ihres höheren Flüssigkeitsbedarfs
- einer schnelleren Überhitzung

Um einer Überhitzung vorzubeugen, sollten Kinder die Mittagshitze (11–16 Uhr) meiden, regelmäßig trinken (Säuglinge häufiger stillen bzw. das Fläschchen geben), leichte, luftige Kleidung und einen Hut mit Nackenschutz tragen sowie ab 12 Monaten mit Sonnencreme geschützt werden. Babys im ersten Lebensjahr sollten keiner direkten Sonne ausgesetzt werden. Kinder dürfen niemals allein im Auto bleiben, da es sich schnell lebensgefährlich aufheizt. Außerdem sorgen kühle, gut gelüftete Schlafräume mit leichter Schlafkleidung und dünner Bettwäsche für zusätzliche Entlastung.

Achten Sie auf Warnsignale!

Rote Gesichtshaut, ungewöhnliche Müdigkeit, Reizbarkeit oder Appetitlosigkeit – sie können auf Überhitzung oder Flüssigkeitsmangel hinweisen. Bei starkem Schwitzen, trockenem Mund oder Schwindel sollten Sie Ihr Kind sofort kühlen und ihm Flüssigkeit geben. Treten zusätzlich hohes Fieber ohne Schwitzen, gerötete Haut und starke Kopfschmerzen auf, besteht der Verdacht auf einen Hitzschlag – rufen Sie in diesem Fall umgehend den Notruf 112.



6 KINDER UND BABYS BEI HITZE

Je jünger ein Kind ist, desto empfindlicher reagiert es auf Hitze. Kinder können sich selbst nicht ausreichend schützen, deshalb sind Eltern und Betreuungspersonen der wichtigste Hitzeschutz.



HILFE
FÜR SENIOREN

An heißen Tagen kühlt sich der Körper durch Schwitzen und eine stärkere Hautdurchblutung, wodurch Flüssigkeit und Elektrolyte verloren gehen. Bei älteren Menschen und Personen mit eingeschränkter Anpassungsfähigkeit sind diese Mechanismen oft vermindert, wodurch das Risiko für Dehydrierung und Überhitzung steigt. Alleinleben, Vorerkrankungen, eingeschränkte Mobilität sowie sehr warme Wohnungen erhöhen die Belastung zusätzlich.

7

So schützen Sie sich und Angehörige:

- Trinken Sie regelmäßig, auch ohne Durstgefühl.
- Halten Sie sich in den heißesten Tagesstunden in kühlen, gut abgeschatteten Räumen auf.
- Lagern Sie Medikamente wie in der Packungsbeilage angegeben.
- Besprechen Sie mit Ihrem Hausarzt oder Ihrer Hausärztin im Frühjahr Ihr persönliches Hitze-Risiko und Ihre Medikamente.
- Verändern Sie die Dosierung von Medikamenten niemals eigenständig.
- Halten Sie Kontakt zu Nachbarn, Angehörigen oder einem Pflegedienst.

Achten Sie auf Warnsignale!

Schwindel, Kopfschmerzen, Übelkeit, Verwirrtheit oder ausgeprägte Schwäche können erste Anzeichen einer Überhitzung sein. In diesem Fall sollten Sie für Abkühlung und Flüssigkeitszufuhr sorgen und im Zweifel ärztlichen Rat einholen. Besprechen Sie mit Ihrem Hausarzt im Frühjahr Ihr Hitze-Risiko und Ihre Medikamente.



Hitzeschutz ist für uns als Sozialstation ein doppelter Auftrag. Wir achten bei unseren Kundinnen und Kunden darauf, ob genug getrunken wird, die Wohnung möglichst kühl bleibt und Hitze zur Belastung wird. Gleichzeitig passen auch unsere Mitarbeitenden auf sich und aufeinander auf wie etwa mit ausreichend Getränken, kleinen Pausen, gut geplanten Wegen und klimatisierten Fahrten zwischen den Einsätzen.

Tim Hointza
Ökumenische Sozialstation Wörth am Rhein



Wenn es draußen heiß ist, hilft mir ein selbstgemachtes Wassereis beim Abkühlen. Besonders lecker: Mischungen aus Nassfutter, pürierter Gurke oder Wassermelone ohne Schale. Über die kalte Oberfläche gebe ich Wärme im Maulbereich ab, und das langsame Schlecken wirkt auf viele von uns Hunden beruhigend. Gleichzeitig nehme ich dabei zusätzlich Flüssigkeit auf.

Lisa
Schleckexpertin

So schützen Sie Ihr Tier bei Hitze:

- Schattige Rückzugsorte bereitstellen.
- Immer frisches Trinkwasser anbieten und regelmäßig kontrollieren. Durch das Hecheln verlieren Hunde viel Flüssigkeit.
- Spaziergänge auf die Morgen- und Abendstunden verlegen.
- Schattige Wege bevorzugen.
- Frisch- und Nassfutter zügig entfernen, da diese bei Hitze schneller verderben.
- Käfige, Volieren und Gehege vor direkter Sonne schützen.

Anzeichen für eine Überhitzung oder einen Hitzschlag bei Tieren sind starkes Hecheln, eine tiefrote Zunge, ein glasiger Blick, Erbrechen, Gleichgewichtsstörungen sowie Bewusstlosigkeit. Treten diese Symptome auf, sollte das Tier umgehend in eine kühlere Umgebung gebracht und vorsichtig mit feuchten Handtüchern gekühlt werden. Anschließend ist schnellstmöglich tierärztliche Hilfe aufzusuchen, da ein Hitzschlag lebensbedrohlich sein kann.

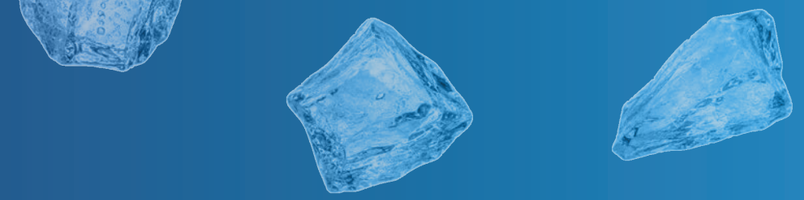
Achtung: Lebensgefahr im Auto

Lassen Sie Tiere niemals allein im Auto zurück, auch nicht für wenige Minuten! Die Temperatur im Fahrzeug steigt bei Sonneneinstrahlung innerhalb kürzester Zeit lebensgefährlich an.



8 TIERE UND HITZE

Hitze belastet Haus- und Wildtiere besonders durch Wassermangel und eingeschränkte Wärmeregulierung. Helfen Sie mit frischem Wasser, schattigen Plätzen und kühlen Ruhebereichen. Vogeltränken sollten erhöht stehen sowie regelmäßig gereinigt und neu befüllt werden; flache Bereiche oder Steine erleichtern Insekten den Zugang.



Hitze betrifft uns zwar alle, aber niemand muss allein damit klarkommen. Die Stadt Wörth am Rhein unterstützt Bürgerinnen und Bürger mit Beratung, Fördermöglichkeiten und konkreten Klimaanpassungsmaßnahmen vor Ort. Hier finden Sie die wichtigsten Anlaufstellen und Informationsquellen auf einen Blick.

STADT WÖRTH AM RHEIN
UNTERSTÜTZT SIE

9

mit ganzem Herzen KLIMA

Information zu kommunalen Klimaanpassungsmaßnahmen

Die Stadt Wörth am Rhein hat als erste Gemeinde im Landkreis Germersheim ein integriertes, nachhaltiges Klimaanpassungskonzept erstellt.
Unterstützt wurde dies durch ein Förderprogramm des Bundesministeriums für Umwelt, Naturschutz, nukleare Sicherheit und Verbraucherschutz, das die Einstellung einer Klimawandelanpassungsmanagerin bezuschusst hat.



ANSPRECHPARTNER

Stadtverwaltung Wörth am Rhein
Mozartstraße 2,
76744 Wörth am Rhein

Ann-Kathrin Busath
Telefon: 07271 131 610
E-Mail: ann-kathrin.busath@woerth.de

Gemeindeschwester Plus
Keltenstraße 15a
76744 Wörth am Rhein

Angelika Drodowsky
Telefon: 07271 131151
E-Mail: gemeindeschwester@woerth.de

Pflegestützpunkt Wörth am Rhein
Keltenstraße 15a
76744 Wörth am Rhein

Manuela Adling
Telefon: 07271 9816530
E-Mail: manuela.adling@pflegestuetzpunkte-rlp.de



ÖFFNUNGSZEITEN

Mo Di Mi	8.30 – 12.00 Uhr, 14.30 – 16.00 Uhr
Do	8.30 – 12.00 Uhr, 14.30 – 18.00 Uhr
Fr	8.30 – 12.00 Uhr

Für Bürgerinnen und Bürger in den Ortsteilen stehen außerdem eigene Bürgerbüros zur Verfügung,

Büchelberg
Telefon 07271 131-180

Maximiliansau
Telefon 07271 131-380

WOERTH.DE

KLIMA-WOERTH.DE

HITZEWARNUNGEN.DE


mit ganzem
herzen
KLIMA
GEMEINSAM
durch den Sommer
WWW.KLIMA-WOERTH.DE