

## Hitzeschutz für Kundinnen und Kunden des Fahrbaren Mittagstischs

Der Fahrbare Mittagstisch der AWO beliefert an allen Tagen eines Jahres ein warmes Mittagessen an Seniorinnen und Senioren. Der Vorsitzende, Klaus Kaselofsky, beschreibt das Angebot gerne mit dem Motto: „Essen auf Rädern mit einer Prise Fürsorge“. Angesichts der Hitzewellen, die uns auch in diesem Jahr wieder heimsuchen, haben die Haupt- und Ehrenamtlichen den Kundinnen und Kunden einige Tipps gegen die Hitze ans Herz gelegt. Drei Freiwillige begleiteten die Fahrerinnen bzw. Fahrer und händigten parallel zur Übergabe des Essens eine Flasche Wasser, einen Handzettel und einen Flyer aus. Damit will die AWO darauf aufmerksam machen, wie wichtig es ist, bei Hitze genügend Flüssigkeit zu sich zu nehmen. Katja Soodt, Teamleiterin des Fahrbaren Mittagstischs, berichtet: „Die Aktion kam gut an und alle waren mit der Resonanz zufrieden“.



### **Kühle Tipps für heiße Tage**

Verteilt wurde der Flyer der Stadt Langenfeld mit kühlen Tipps für heiße Tage.

### **Trinken Sie genug**

Gerade an heißen Tagen sollten Sie mindestens 1,5 Liter Flüssigkeit trinken, um Beschwerden wie zum Beispiel Kopfschmerzen, Schwindel und Kreislaufproblemen vorzubeugen. Als kleine Aufmerksamkeit überreichen wir Ihnen eine Flasche Wasser.

### **Fragen zum Fahrbaren Mittagstisch**

Das Team um Katja Soodt und Silke Arlt ist montags bis donnerstags von 9 bis 12 Uhr und freitags von 9 bis 10 Uhr unter der Rufnummer 02173 2 43 06 für Sie erreichbar.