

Hitzeschutzkonzept



WIR *BEWEGEN* MANNHEIM

Inhaltsverzeichnis

Hitzeschutzkonzept.....	1
Inhaltsverzeichnis.....	2
1. Ziel des Hitzeschutzkonzepts.....	4
2. Grundsätze.....	5
3. Zuständigkeiten.....	6
4. Hitzestufen des Vereins.....	7
Stufe 0 – Normalbetrieb.....	7
Stufe 1 – erhöhte Wärmebelastung.....	7
Stufe 2 – starke Wärmebelastung.....	8
Stufe 3 – extreme Wärmebelastung.....	9
5. Maßnahmen für Beschäftigte.....	11
Für Beschäftigte gelten die arbeitsschutzrechtlichen Vorgaben.....	11
Verwaltung und Büroräume.....	11
Besprechungsräume.....	12
Mitarbeitende im Sport-, Kurs- und Fitnessbetrieb.....	12
6. Fitnesscenter.....	13
Maßnahmen im Fitnesscenter.....	13
Sporteinweisungen, Probetrainings und Gesundheitschecks.....	13
Fitnesskurse.....	14
7. Gesundheitssport.....	15
Maßnahmen bei Stufe 1.....	15
Maßnahmen bei Stufe 2.....	15
Maßnahmen bei Stufe 3.....	15
8. Rehasport.....	16
Maßnahmen bei Stufe 1.....	16
Maßnahmen bei Stufe 2.....	16
Maßnahmen bei Stufe 3.....	16
9. Kindersportschule.....	17
Maßnahmen im Unterricht.....	17
Absagekriterien Kindersportschule.....	17
Kommunikation mit Eltern.....	17

10. Außenanlagen.....	19
Volleyballfeld und Basketballfeld.....	19
Tartanbahn.....	19
Terrasse.....	20
Wassersprenkelanlage.....	20
11. Wasser, Getränke und Abkühlung.....	22
12. Erste Hilfe und Warnzeichen.....	23
13. Kommunikation.....	24
Interne Kommunikation.....	24
Kommunikation an Mitglieder und Kursteilnehmende.....	24
Kommunikation bei Kursausfall.....	25
14. Bereichssperrungen.....	26
15. Kostengünstige Sofortmaßnahmen.....	27

1. Ziel des Hitzeschutzkonzepts

Dieses Hitzeschutzkonzept dient dem Schutz von Beschäftigten, Vereinsmitgliedern, Kursteilnehmenden, Kindern, Rehasportteilnehmenden, Fitnesscenter-Nutzern, Gästen, Übungsleitungen und ehrenamtlich Tätigen bei Hitzeperioden.

Ziel ist es, gesundheitliche Risiken durch hohe Außen- und Innentemperaturen zu reduzieren, klare Zuständigkeiten festzulegen und ein einheitliches Vorgehen für alle Vereinsbereiche zu schaffen.

Das Konzept gilt insbesondere für:

- ◆ Büroräume und Besprechungsraum ohne Klimaanlage,
- ◆ Sportzentrum mit Kursräumen ohne Klimaanlage und Terrasse,
- ◆ Fitnesscenter,
- ◆ Probetrainings, Sporteinweisungen und Gesundheitschecks,
- ◆ Gesundheitssportkurse,
- ◆ Rehasport, insbesondere Herzsport,
- ◆ Kindersportschule,
- ◆ Außenanlagen, insbesondere Volleyballfeld, Basketballfeld und Tartanbahn,
- ◆ Veranstaltungen und sonstige Vereinsangebote.

Die Öffnungszeiten des Vereins sollen grundsätzlich beibehalten werden. Einzelne Bereiche, Kurse, Sportflächen oder Angebote können bei Hitze jedoch eingeschränkt, angepasst, gesperrt oder abgesagt werden, wenn dies aus Gesundheits- oder Arbeitsschutzgründen erforderlich ist.

2. Grundsätze

Der Verein verfügt derzeit über keine klimatisierten Räume. In einzelnen Innenräumen können bei Hitzewellen Temperaturen von 35 °C erreicht oder überschritten werden. Deshalb beruht das Hitzeschutzkonzept vor allem auf organisatorischen, technischen und verhaltensbezogenen Maßnahmen.

Grundsätze sind:

1. Gesundheitsschutz geht vor vollständiger Angebotsdurchführung.
2. Beschäftigte, Kinder, ältere Menschen, Rehasportteilnehmende und Personen mit Vorerkrankungen sind besonders zu schützen.
3. Kurse können angepasst, verlegt, verkürzt oder abgesagt werden.
4. Außenflächen in direkter Sonne können gesperrt werden.
5. Räume mit sehr hoher Innentemperatur dürfen für Beschäftigte nicht ohne zusätzliche Schutzmaßnahmen als regulärer Arbeitsplatz genutzt werden.
6. Fitnesscenter und Kursbereiche können grundsätzlich geöffnet bleiben, solange die Nutzung sicher organisiert wird,
7. Alle Maßnahmen sollen möglichst kostengünstig, praktikabel und kurzfristig umsetzbar sein.

3. Zuständigkeiten

Der Vorstand beschließt das Hitzeschutzkonzept.

Die Geschäftsleitung ist für die Umsetzung im laufenden Betrieb verantwortlich.

Verantwortlich für die Umsetzung im jeweiligen Bereich sind die jeweiligen Bereichsleiter. Diese koordinieren insbesondere:

- ◆ tägliche Prüfung der Wetterlage und DWD-Hitzewarnungen,
- ◆ Temperaturkontrollen in den besonders betroffenen Innenräumen,
- ◆ Information der Mitarbeiter und Nutzer (Vereinsmitglieder),
- ◆ Entscheidungsvorbereitung zu Kursabsagen, Sperrungen und Sondermaßnahmen,
- ◆ Auswertung und Anpassung des Konzepts sofern erforderlich

Übungsleitungen, Trainerinnen und Trainer dürfen Kurse abbrechen, unterbrechen oder in der Intensität reduzieren, wenn sie eine gesundheitliche Gefährdung erkennen.

4. Hitzestufen des Vereins

Der Verein arbeitet mit vier internen Hitzestufen.

Stufe 0 – Normalbetrieb

Gilt bei normalen sommerlichen Bedingungen ohne besondere Hitzebelastung.

Maßnahmen:

- ♦ normale Durchführung des Sport- und Verwaltungsbetriebs,
- ♦ regelmäßiges Lüften,
- ♦ Bereithaltung von Ventilatoren,
- ♦ Wasserzugang sicherstellen,
- ♦ Erste-Hilfe-Material vollständig halten.

Stufe 1 – erhöhte Wärmebelastung

Gilt insbesondere bei:

- ♦ Außenlufttemperaturen ab ca. 28 °C,
- ♦ Innentemperaturen ab 26 °C,
- ♦ absehbarer starker Aufheizung einzelner Räume,
- ♦ schwüler Witterung,
- ♦ erster Belastung nach kühleren Tagen.

Maßnahmen:

- ♦ morgens und abends querlüften,
- ♦ tagsüber Fenster und Jalousien geschlossen halten, soweit sinnvoll,
- ♦ Ventilatoren einsetzen,
- ♦ Beschäftigte und Übungsleitungen sensibilisieren,
- ♦ Trinkpausen in Kursen aktiv einplanen,

- ♦ kostenloses Trinkwasser für Mitglieder zugänglich machen,
- ♦ kostenfreie Getränkeversorgung für Beschäftigte sicherstellen,
- ♦ Hinweise im Fitnesscenter und in Kursräumen aushängen,
- ♦ Trainingsintensität bei Bedarf reduzieren.

Stufe 2 – starke Wärmebelastung

Gilt insbesondere bei:

- ♦ DWD-Hitzewarnung Stufe 1,
- ♦ Außentemperaturen ab ca. 30 °C,
- ♦ Innentemperaturen ab 30 °C,
- ♦ mehreren aufeinanderfolgenden heißen Tagen,
- ♦ unzureichender nächtlicher Abkühlung.

Maßnahmen zusätzlich zu Stufe 1:

- ♦ Kurse mit vulnerablen Gruppen (insb. Kinder, ältere Menschen, Menschen mit Behinderung oder Vorerkrankungen) besonders prüfen,
- ♦ Seniorensport und Gesundheitssport in Intensität deutlich reduzieren,
- ♦ Rehasport ggf. absagen,
- ♦ Trinkpausen verpflichtend einplanen,
- ♦ Kursdauer bei Bedarf verkürzen,
- ♦ hochintensive Inhalte vermeiden,
- ♦ Ausdauerbelastungen durch Koordination, Mobilisation, Technik oder leichte Beweglichkeit ersetzen,
- ♦ Außenflächen in direkter Sonne nur eingeschränkt nutzen,
- ♦ Terrasse nur mit Warnhinweis und ausreichender Verschattung nutzen,
- ♦ Beschäftigte erhalten zusätzliche Pausen,
- ♦ Besprechungen in überhitzten Räumen vermeiden oder verkürzen,

- ◆ Probetrainings und Gesundheitschecks nur bei vertretbarer Raumtemperatur durchführen,
- ◆ tägliche Temperaturdokumentation in kritischen Räumen.

Stufe 3 – extreme Wärmebelastung

Gilt insbesondere bei:

- ◆ DWD-Hitzewarnung Stufe 2,
- ◆ Außentemperaturen ab ca. 35 °C,
- ◆ Innentemperaturen ab 35 °C,
- ◆ Kursräumen, Büros oder Fitnessbereichen über 35 °C,
- ◆ mehreren Tagen mit Temperaturen über 30 °C und fehlender nächtlicher Abkühlung,
- ◆ besonderer Betroffenheit von Kindern, Senioren, Rehasport- oder Herzsportgruppen.

Maßnahmen zusätzlich zu Stufe 2:

- ◆ keine Durchführung von Kinderkursen in überhitzten Räumen,
- ◆ Gesundheitssport- und Rehasportkurse werden abgesagt,
- ◆ intensive Fitnesskurse fallen aus oder werden durch niedrigschwellige Bewegungsangebote ersetzt,
- ◆ Außenanlagen in praller Sonne, insbesondere Volleyballfeld, Basketballfeld und Tartanbahn sollen gesperrt werden,
- ◆ Terrasse soll gesperrt werden,
- ◆ Beschäftigte dürfen nicht dauerhaft in Räumen über 35 °C arbeiten. Solange noch keine Klimatisierung oder ein kühlerer Raum vorhanden ist, gilt:
 - Mitarbeitende wechseln sich in kurzen Intervallen ab,
 - Mitarbeitende wechseln ins Homeoffice sofern möglich,
 - nur zwingend notwendige Präsenz wird aufrechterhalten,

- Aufgaben werden reduziert, einzelne Arbeitsplätze werden vorübergehend geschlossen,
- Beschäftigte werden bezahlt freigestellt, wenn keine zumutbare Arbeit möglich ist.
- ◆ Besprechungsräume über 35 °C werden nicht genutzt,
- ◆ Sporteinweisungen, Probetrainings und Gesundheitschecks werden verschoben,
- ◆ sichtbare Warnhinweise im Eingangsbereich, Fitnesscenter und Kursbereich,
- ◆ Nutzung des Fitnesscenters nur mit deutlichem Hinweis auf Eigenverantwortung, reduzierte Belastung und ausreichende Flüssigkeitsaufnahme,
- ◆ bei Anzeichen von Überhitzung wird das Training sofort beendet.

5. Maßnahmen für Beschäftigte

Für Beschäftigte gelten die arbeitsschutzrechtlichen Vorgaben.

Verwaltung und Büroräume

In den Büroräumen werden während Hitzeperioden die Temperaturen regelmäßig gemessen und dokumentiert.

Maßnahmen:

- ◆ frühes Querlüften,
- ◆ Jalousien vor direkter Sonneneinstrahlung schließen,
- ◆ Ventilatoren bereitstellen,
- ◆ Wärmequellen reduzieren, z. B. nicht benötigte Geräte ausschalten,
- ◆ Besprechungen verkürzen oder in kühlere Bereiche verlegen,
- ◆ zusätzliche Kurzpausen ermöglichen,
- ◆ kostenfreie Getränke bereitstellen,
- ◆ körperlich belastende Tätigkeiten in kühlere Tageszeiten legen,
- ◆ nach Möglichkeit temporäres Arbeiten in kühleren Räumen ermöglichen.

Ab 30 °C Raumtemperatur sind zusätzliche Entlastungsmaßnahmen verbindlich umzusetzen.

Ab 35 °C Raumtemperatur darf der Raum nicht mehr als normaler Arbeitsplatz genutzt werden, wenn keine besonderen Schutzmaßnahmen möglich sind. In diesem Fall sind Tätigkeiten zu verlegen, zu unterbrechen, zu reduzieren oder organisatorisch anders zu lösen.

Besprechungsräume

Besprechungsräume ohne Klimaanlage werden bei starker Hitze nur kurzzeitig genutzt.

Bei Raumtemperaturen ab 30 °C sollen Besprechungen möglichst verkürzt, digital durchgeführt oder in kühlere Bereiche verlegt werden.

Bei Raumtemperaturen ab 35 °C wird der Besprechungsraum nicht genutzt.

Mitarbeitende im Sport-, Kurs- und Fitnessbetrieb

Für Beschäftigte im Sportbereich gelten zusätzlich:

- ◆ Wechsel zwischen belastenden und weniger belastenden Tätigkeiten,
- ◆ zusätzliche Trink- und Abkühlpausen,
- ◆ keine unnötig langen Aufenthalte in überhitzten Kursräumen,
- ◆ Dienstpläne bei Hitzewellen möglichst so gestalten, dass Belastung verteilt wird,
- ◆ klare Befugnis, Kurse bei Gesundheitsgefahren abubrechen.

6. Fitnesscenter

Das Fitnesscenter soll grundsätzlich geöffnet bleiben, da Mitglieder hierfür Zusatzbeiträge zahlen. Eine Öffnung ist jedoch nur vertretbar, wenn die Nutzung sicher organisiert wird.

Maßnahmen im Fitnesscenter

- ◆ Raumtemperatur regelmäßig messen und dokumentieren,
- ◆ gut sichtbare Temperaturanzeige oder Aushang,
- ◆ kostenlose Trinkwassernutzung ermöglichen,
- ◆ Ventilatoren einsetzen, ohne Stolperstellen oder unsichere Kabelverläufe,
- ◆ Jalousien geschlossen halten,
- ◆ Gerätebereiche regelmäßig kontrollieren,
- ◆ Hinweise zu reduzierter Trainingsintensität aushängen,
- ◆ Nutzer auf Warnzeichen von Überhitzung hinweisen,
- ◆ intensive Belastungen bei Hitze nicht empfehlen,
- ◆ Personal darf bei erkennbarer Überhitzung einschreiten.

Sporteinweisungen, Probetrainings und Gesundheitschecks

Diese Angebote sind besonders sensibel, da Teilnehmende häufig neu, unerfahren oder gesundheitlich nicht vollständig einschätzbar sind.

Bei Raumtemperaturen ab 30 °C:

- ◆ Einweisungen verkürzen,
- ◆ Belastung niedrig halten,
- ◆ längere Erklärphasen im Schatten oder kühleren Bereich durchführen,
- ◆ Gesundheitschecks nur mit ausreichenden Pausen durchführen.

Bei Raumtemperaturen ab 35 °C:

- ♦ keine belastenden Probetrainings,
- ♦ keine leistungsorientierten Tests,
- ♦ Gesundheitschecks nur, wenn sie ohne körperliche Belastung in einem vertretbar temperierten Bereich möglich sind,
- ♦ ansonsten Terminverschiebung anbieten.

Fitnesskurse

Bei Hitze werden Fitnesskurse angepasst:

- ♦ keine hochintensiven Kurse bei sehr hoher Raumtemperatur,
- ♦ keine langen Ausdauerblöcke,
- ♦ mehr Pausen,
- ♦ geringere Intensität,
- ♦ alternative Inhalte wie Mobilisation, Beweglichkeit, Koordination oder Entspannung.

Einzelne Fitnesskurse können ausfallen, wenn die Raumtemperatur oder die Wetterlage dies erforderlich macht. Da ein breites Kursangebot besteht, ist ein gelegentlicher Ausfall einzelner Kurse zum Gesundheitsschutz vertretbar.

7. Gesundheitssport

Gesundheitssport betrifft häufig ältere Menschen, Menschen mit Vorerkrankungen oder Personen mit eingeschränkter Belastbarkeit. Deshalb gelten erhöhte Schutzanforderungen.

Maßnahmen bei Stufe 1

- ◆ Trinkpausen einplanen,
- ◆ Intensität reduzieren,
- ◆ Raumtemperatur beobachten.

Maßnahmen bei Stufe 2

- ◆ Kurse deutlich anpassen oder absagen
- ◆ Ausdauerbelastungen vermeiden,
- ◆ mehr Sitz- und Pausenmöglichkeiten schaffen,
- ◆ Teilnehmende aktiv nach Beschwerden fragen,
- ◆ Teilnahme freiwillig halten und auf Eigenverantwortung hinweisen.

Maßnahmen bei Stufe 3

- ◆ Kurse absagen, verlegen oder stark verkürzt und niedrigschwellig durchführen,
- ◆ keine Kurse in Räumen über 35 °C,
- ◆ vulnerable Teilnehmende ausdrücklich warnen,
- ◆ Kursleitung entscheidet im Zweifel zugunsten der Absage.

8. Rehasport

Rehasport ist besonders schutzbedürftig, da Teilnehmende regelmäßig gesundheitliche Einschränkungen haben. Herzsport ist besonders sensibel.

Der Rehasport wird bei Hitze getrennt vom allgemeinen Gesundheitssport bewertet. Maßgeblich sind die gesundheitliche Zusammensetzung der Gruppe, die Raumtemperatur, die Wetterprognose und die Belastung durch mehrere Hitzetage.

Maßnahmen bei Stufe 1

- ♦ Intensität reduzieren,
- ♦ Trinkpausen,
- ♦ Beobachtung der Teilnehmenden,
- ♦ keine neuen belastenden Übungen.

Maßnahmen bei Stufe 2

- ♦ Kurse kritisch prüfen oder ganz absagen,
- ♦ Ausdaueranteile deutlich reduzieren,
- ♦ Übungen im Sitzen oder mit niedriger Intensität bevorzugen,
- ♦ Kursdauer bei Bedarf verkürzen,
- ♦ Warnzeichen aktiv abfragen.

Maßnahmen bei Stufe 3

- ♦ Rehasportkurse grundsätzlich absagen oder verlegen, wenn Raumtemperaturen über 30 °C liegen und eine ausreichende Abkühlung nicht möglich ist,
- ♦ keine Durchführung in Räumen über 35 °C,
- ♦ bei mehrtägiger Hitze besonders vorsorglich entscheiden.

9. Kindersportschule

Für die Kindersportschule gelten besonders klare Regeln, weil Kinder Hitze häufig schlechter einschätzen und sich selbst nicht ausreichend schützen können.

Die bereits eingeführten Maßnahmen werden Bestandteil dieses Hitzeschutzkonzepts:

Maßnahmen im Unterricht

- ♦ Reduktion der körperlichen Belastung,
- ♦ Anpassung der Intensität,
- ♦ regelmäßige und verlängerte Trinkpausen,
- ♦ direkte Integration erfrischender Elemente,
- ♦ spielerische Abkühlung, z. B. „Wasser marsch!“,
- ♦ keine langen Ausdauerbelastungen,
- ♦ Schatten und kühlere Bereiche nutzen.

Absagekriterien Kindersportschule

Kinderkurse fallen aus, wenn folgende Kriterien erfüllt sind:

- ♦ Außentemperatur über 35 °C und
- ♦ Sporthallentemperatur über 30 °C.

Bei besonderen Umständen kann auch früher abgesagt werden, insbesondere bei hoher Luftfeuchtigkeit, fehlender nächtlicher Abkühlung, Warnzeichen bei Kindern oder DWD-Hitzewarnung.

Kommunikation mit Eltern

Die Eltern werden vorab darüber informiert, dass Hitzeschutzmaßnahmen getroffen werden können und dass Absagen dem Schutz der Kinder dienen.



WIR **BEWEGEN** MANNHEIM

Bei absehbarer Hitze erfolgt die Information möglichst frühzeitig. Tagesaktuelle Absagen werden in der Regel zwischen 11:30 Uhr und 12:00 Uhr per E-Mail versendet. Wenn die Wetterlage für die gesamte Woche absehbar ist, kann auch eine wochenbezogene Information erfolgen.

10. Außenanlagen

Zu den Außenanlagen gehören insbesondere Volleyballfeld, Basketballfeld, Tartanbahn, Terrasse und sonstige Außenbereiche.

Volleyballfeld und Basketballfeld

Diese Flächen liegen vollständig in der Sonne und können sich stark aufheizen.

Bei Stufe 2:

- ♦ Nutzung nur mit Warnhinweis,
- ♦ keine intensive Nutzung in der Mittagshitze,
- ♦ Nutzung bevorzugt morgens oder abends,
- ♦ Trinkpausen und Schattenpausen erforderlich.

Bei Stufe 3:

- ♦ Sperrung möglich und empfohlen,
- ♦ keine organisierten Kurse oder Trainings auf diesen Flächen,
- ♦ Nutzung nur, wenn die verantwortliche Leitung die Bedingungen als vertretbar einstuft.

Tartanbahn

Die Tartanbahn kann sich bei Sonneneinstrahlung stark erhitzen.

Bei Stufe 2:

- ♦ keine langen Ausdauerbelastungen,
- ♦ Nutzung nur reduziert,
- ♦ Pausen im Schatten.

Bei Stufe 3:

- ♦ keine intensiven Einheiten,
- ♦ keine Kinder-, Senioren-, Reha- oder Gesundheitssportangebote auf der Tartanbahn,
- ♦ Sperrung bei starker Oberflächenhitze empfohlen

Terrasse

Die Terrasse kann trotz Sonnenschirmen Temperaturen von 30 bis 40 °C erreichen.

Bei Stufe 2:

- ♦ Nutzung nur mit Sonnenschirmen,
- ♦ Warnhinweise,
- ♦ Getränke bereitstellen,
- ♦ keine längeren Aufenthalte für Beschäftigte.

Bei Stufe 3:

- ♦ Terrasse kann gesperrt werden und wird empfohlen,
- ♦ keine Veranstaltungen oder längeren Aufenthalte auf der Terrasse,

Wassersprenkelanlage

Die Wassersprenkelanlage vor dem Gebäude kann bei Hitze unterstützend eingesetzt werden.

Sie dient der punktuellen Abkühlung und kann insbesondere bei Kinderangeboten oder Veranstaltungen niedrigschwellig genutzt werden, sofern keine Rutsch- oder Unfallgefahr entsteht.

Wichtig:

- ♦ keine Pfützenbildung auf Laufwegen,
- ♦ keine Nutzung auf rutschgefährlichen Flächen,
- ♦ keine Kabel oder Elektrogeräte im Spritzbereich,
- ♦ Aufsicht bei Kindern.

11. Wasser, Getränke und Abkühlung

Der Verein stellt folgende Möglichkeiten bereit:

- ♦ kostenloses gefiltertes Leitungswasser für Mitglieder,
- ♦ kostenfreie Kaltgetränke für Beschäftigte,
- ♦ Hinweise auf Wasserstellen,
- ♦ regelmäßige Trinkpausen in Kursen,
- ♦ bei Bedarf Kühlpads oder feuchte Tücher im Erste-Hilfe-Bereich,
- ♦ Möglichkeit zur Nutzung der Wassersprenkelanlage im Außenbereich.

Mitglieder und Kursteilnehmende werden zusätzlich darauf hingewiesen, eigene Getränke mitzubringen.

Bei Hitze wird empfohlen:

- ♦ vor, während und nach dem Sport trinken,
- ♦ bei Hitze keine sehr intensiven Belastungen,
- ♦ leichte Kleidung,
- ♦ Training abbrechen bei Schwindel, Kopfschmerz, Übelkeit, ungewöhnlicher Schwäche oder Herzrasen.

12. Erste Hilfe und Warnzeichen

Alle Übungsleitungen, Trainerinnen und Trainer sowie Beschäftigte mit Kundenkontakt sollen die wichtigsten Warnzeichen hitzebedingter Erkrankungen kennen.

Warnzeichen sind insbesondere:

- ◆ Schwindel,
- ◆ Kopfschmerzen,
- ◆ Übelkeit,
- ◆ Erbrechen,
- ◆ starke Erschöpfung,
- ◆ Muskelkrämpfe,
- ◆ Verwirrtheit,
- ◆ auffällige Blässe oder starke Rötung,
- ◆ sehr schneller Puls,
- ◆ Atemnot,
- ◆ Brustschmerzen,
- ◆ Bewusstseinsstörungen.

Bei Warnzeichen gilt:

1. Belastung sofort beenden.
2. Person in den Schatten oder kühleren Bereich bringen.
3. Kleidung lockern.
4. Wasser anbieten, wenn die Person wach und schluckfähig ist.
5. Kühlen mit feuchten Tüchern, Kühlpads oder Luftbewegung.
6. Bei starken Symptomen, Brustschmerz, Atemnot, Verwirrtheit oder Bewusstseinsstörung sofort Notruf 112.

Bei Reha- und Herzsportgruppen wird besonders vorsichtig gehandelt.

13. Kommunikation

Interne Kommunikation

Bei angekündigter Hitze informieren die Bereichsleiter:

- ◆ Geschäftsleitung,
- ◆ Übungsleitungen,
- ◆ Mitarbeiter-Team,
- ◆ Verwaltung.

Die Information enthält:

- ◆ erwartete Wetterlage,
- ◆ Hitzestufe,
- ◆ betroffene Bereiche,
- ◆ besondere Maßnahmen,
- ◆ mögliche Kursabsagen,

Kommunikation an Mitglieder und Kursteilnehmende

Die Mitglieder werden allgemein über das Hitzeschutzkonzept informiert.

Bei akuter Hitze erfolgen Hinweise über:

- ◆ Aushang im Eingangsbereich,
- ◆ Aushang im Fitnesscenter,
- ◆ Website und allgemeine Hinweise in den Newslettern

Möglicher Hinweistext:

„Aufgrund der aktuellen Hitzebelastung kann es zu Anpassungen, Verkürzungen oder Absagen einzelner Kurse kommen. Diese Maßnahmen dienen dem Schutz unserer Mitglieder, Teilnehmenden und Beschäftigten. Bitte achten Sie auf ausreichende

Flüssigkeitszufuhr, reduzieren Sie Ihre Trainingsintensität und beachten Sie die Hinweise des Personals.“

Kommunikation bei Kursausfall

Kursabsagen werden möglichst frühzeitig kommuniziert.

Für die Kindersportschule gilt die bestehende Praxis: Information an die Eltern nach Möglichkeit täglich zwischen 11:30 Uhr und 12:00 Uhr oder bei absehbarer Hitzelage für die ganze Woche.

Für Reha-, Gesundheits- und Fitnesskurse erfolgt die Information über die üblichen Kommunikationswege.

14. Bereichssperrungen

Der Verein kann bei Hitze einzelne Bereiche sperren, insbesondere:

- ◆ Volleyballfeld,
- ◆ Basketballfeld,
- ◆ Tartanbahn,
- ◆ Terrasse,
- ◆ einzelne Kursräume,
- ◆ Besprechungsräume,
- ◆ Teilbereiche des Fitnesscenters.

Sperrungen werden durch Aushang, Absperrband, Schilder oder persönliche Information kenntlich gemacht.

Die Entscheidung trifft die Geschäftsleitung oder die jeweils verantwortliche Bereichsleitung. Bei Gefahr im Verzug dürfen auch Übungsleitungen, Trainerinnen und Trainer oder diensthabende Mitarbeitende eine sofortige Sperrung veranlassen.

15. Kostengünstige Sofortmaßnahmen

Kurzfristig und mit geringen Kosten umsetzbar sind:

- ♦ tägliche Prüfung der DWD-Hitzewarnungen,
- ♦ Temperaturmessung in kritischen Räumen,
- ♦ Aushänge mit Verhaltenstipps,
- ♦ Trinkwasserhinweise,
- ♦ Kursanpassungen,
- ♦ Sperrkonzept für Außenflächen,
- ♦ Elternkommunikation in der Kindersportschule,
- ♦ klare Absageregeln für Reha-, Herz- und Gesundheitssport,
- ♦ Ventilatoren sicher platzieren,
- ♦ Jalousien konsequent nutzen,
- ♦ frühes Querlüften,
- ♦ **zusätzliche Pausen für Beschäftigte**