Erreichbarkeit

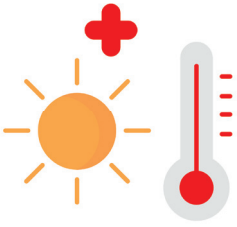
24 Stunden täglich – 7 Tage die Woche

Während der gesamten Hitzesaison

(Juni bis September)

Besonderer Hinweis

Vertraulich, kostenfrei, menschlich
Schnelle Hilfe – ein Anruf genügt!



Impressum

Weitere Informationen unter:
www.drk-berlin-nordost.de

in Kooperation mit

BERLIN
Bezirksamt
Marzahn-Hellersdorf

DRK-Kreisverband Berlin-Nordost e.V.

Stand Mai 2025

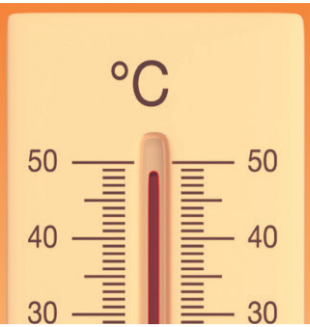
Deutsches Rotes Kreuz
DRK-Kreisverband Berlin-Nordost e.V.

Hitzeschutztelefon für Marzahn-Hellersdorf Wir sind für Sie da!

030 8093319-14

Sicher durch heiße Tage
24 Stunden erreichbar!

www.drk-berlin-nordost.de



Liebe Bürgerinnen und Bürger,

die Sommer in Berlin werden heißer – und mit der Hitze wachsen auch die Sorgen vieler Menschen. Im vergangenen Jahr haben wir über unser Hitzeschutz-Telefon fast **300 Menschen helfen können**, die dringend Rat, Unterstützung oder einfach ein offenes Ohr brauchten.
Gerade für ältere Menschen, Menschen mit Vorerkrankungen, aber auch für Familien oder Alleinlebende kann extreme Hitze schnell zur Gefahr werden.
Deshalb sind wir auch in diesem Jahr wieder für Sie da – **vom 01.06. - 30.09.2025 rund um die Uhr, 7 Tage die Woche**, während der gesamten Hitzesaison.
Ob es um Tipps zum richtigen Verhalten bei Hitze geht, um konkrete Hilfe im Alltag oder einfach um eine Stimme, die zuhört – unser Team ist jederzeit erreichbar.
Denn: **Hitzeschutz ist Lebensschutz.**
Scheuen Sie sich nicht, uns zu kontaktieren – wir helfen schnell, unkompliziert und vertraulich.

Angebot des Hitzeschutz-Telefons

- Tipps zum richtigen Verhalten bei Hitze (Trinken, Kühlen, Lüften etc.).
- Erste Hinweise bei hitzebedingten Beschwerden (z.B. Schwindel, Kreislaufprobleme).
- Informationen zu kühlen Orten, Schutzmaßnahmen und Entlastung im Alltag.
- Ansprechpartner für Sorgen und Fragen rund um die heißen Tage.
- Vermittlung an weiterführende Hilfsangebote (z.B. soziale Dienste, Nachbarschaftshilfe).

Zielgruppen

- Ältere Menschen.
- Menschen mit chronischen Erkrankungen.
- Familien mit kleinen Kindern.
- Alle Bürgerinnen und Bürger, die sich unsicher fühlen oder Rat suchen.