

# **Wat kan ik doen tegen hitte?**

Als het heet is, is het belangrijk dat u voldoende drinkt en uw woning koel houdt. Als het langere tijd heet is, wordt het Nationaal Hitteplan actief.

## **Kwetsbare groepen**

Als het erg warm is, hebben kwetsbare mensen meer kans op gezondheidsrisico's. Denk bijvoorbeeld aan ouderen, baby's, chronisch zieken, mensen met overgewicht en mensen in verzorgingshuizen. Let daarom goed op deze mensen in uw omgeving.

## **Nationaal Hitteplan**

Als het langere tijd warmer gaat worden dan 27 graden, kan het Nationaal Hitteplan in werking treden. Het Nationaal Hitteplan is een waarschuwingssysteem om via de regionale contacten (o.a. GGD en Rode Kruis) extra aandacht te vragen voor de risico's van warm weer (met de nadruk op de risicogroepen).

Wanneer het KNMI een periode met aanhoudende hitte ziet aankomen, neemt het contact op met het RIVM. Als blijkt dat de periode aan de criteria voldoen, wordt het Nationaal Hitteplan geactiveerd. Het RIVM zal dan contact opnemen met de (landelijke) organisaties in de zorg.

## **KNMI waarschuwt bij extreme hitte**

U vindt [weerswaarschuwingen per provincie op de website van het KNMI](#). Als het hitteplan niet actief is in een regio, dan is die regio

groen gekleurd. Als het hitteplan wel actief is in een regio, dan is die regio geel gekleurd.

## **Organisaties in het Nationaal Hitteplan**

Het Nationaal Hitteplan is een samenwerking tussen de volgende organisaties en beroepsgroepen:

Ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport (VWS);

RIVM;

KNMI;

TNO;

GGD en GHOR Nederland;

Het Nederlandse Rode Kruis;

ActiZ;

Landelijke Huisartsen Vereniging (LHV);

Verpleegkundigen & Verzorgenden Nederland (V&VN);

Algemene Nederlandse Bond voor Ouderen (ANBO);

Koninklijke Nederlandse Maatschappij ter bevordering der Pharmacie (KNMP).