

Das hilft gegen die Hitze

Bilden Sie Sätze im Imperativ wie im Beispiel.

Lösung:

01. Lüften Sie nur früh morgens oder in der Nacht.
02. Vermeiden Sie in der Mittagshitze alle Aktivitäten.
03. Nehmen Sie leichte Speisen zu sich.
04. Tragen Sie leichte Baumwollkleidung.
05. Halten Sie einen Mittagsschlaf.
06. Treiben Sie Sport nur sehr früh morgens.
07. Halten Sie tagsüber alle Fenster und Türen geschlossen.
08. Bedecken Sie zum Schutz vor einem Hitzschlag den Kopf.
09. Meiden Sie alkoholische Getränke und Kaffee.
10. Legen Sie ab und zu die Beine hoch.
11. Cremen Sie sich vor einem Sonnenbad mit hohem Sonnenschutzfaktor ein.
12. Duschen Sie vor dem Schlafengehen lauwarm.