

**Das hilft gegen die Hitze**

*Bilden Sie Sätze im Imperativ wie im Beispiel.*

00. Man sollte ausreichend und regelmäßig Wasser trinken.

-> Trinken Sie ausreichend und regelmäßig Wasser.

01. Man sollte nur früh morgens oder in der Nacht lüften.

02. Man sollte in der Mittagshitze alle Aktivitäten vermeiden.

03. Man sollte leichte Speisen zu sich nehmen.

04. Man sollte leichte Baumwollkleidung tragen.

05. Man sollte einen Mittagsschlaf halten.

06. Sport sollte man nur sehr früh morgens treiben.

07. Tagsüber sollte man alle Fenster und Türen geschlossen halten.

08. Zum Schutz vor einem Hitzschlag sollte man den Kopf bedecken.

09. Alkoholische Getränke und Kaffee sollte man meiden.

10. Ab und zu sollte man die Beine hochlegen.

11. Vor einem Sonnenbad sollte man sich mit hohem Sonnenschutzfaktor eincremen.

12. Vor dem Schlafengehen sollte man lauwarm duschen.