

Hitzewelle in Oranienburg: So bleiben Sie kphl bei 37 Grad!

Erfahren Sie, wie die Hitzewelle Oberhavel am 2. Juli 2025 betrifft und wo sich die besten Orte zur Abkphlung finden lassen.



Oranienburg, Deutschland - Die Sommerhitze hat Deutschland fest im Griff, und in Oranienburg stiegen die Temperaturen am Mittwoch, dem 2. Juli, auf bis zu 37 Grad Celsius. Laut [maz-online.de](https://www.maz-online.de) können gefphlt sogar Temperaturen von bis zu 40 Grad erreicht werden. Nahezu jeder sucht nach schattigen Plætzen oder kphlen Rpckzugsorten, um der drpckenden Hitze zu entkommen.

Einkaufslæden in der Stadt bieten eine willkommene Abkphlung, besonders in den Eingangsbereichen und Tiefkphlabteilungen. In der Natur sind der Lehnitzsee und die schattigen Plætze unter Bæumen beliebte Rpckzugsorte. Hier læsst es sich in aller Ruhe entspannen, wæhrend Eisverkæufer groæen Andrang verzeichnen

und mit Sonnenschirmen für ein wenig Schatten sorgen.

Tipps zur Abkühlung

Die extreme Hitze bringt jedoch auch gesundheitliche Risiken mit sich. Ein Hitzeschlag kann durch akute Überhitzung des Körpers verursacht werden, wobei Symptome wie Übelkeit, Kopfschmerzen und Wahrnehmungsstörungen auftreten können. [news.de](#) empfiehlt, bei Hitze unbedingt genügend Flüssigkeit aufzunehmen (mindestens 2-3 Liter pro Tag) und auf leichte Kost wie Obst und Salate zu setzen.

Um unangenehme Folgen der Hitze zu vermeiden, sollten vor allem die heißen Stunden zwischen 14 und 18 Uhr gemieden werden. Das Lüften der Wohnung ist wichtig, jedoch sollte dies frühmorgens oder in den späten Abendstunden geschehen, um die Luftzirkulation zu verbessern und die Wohnung kühl zu halten, wie [ndr.de](#) rät.

- Den heißesten Stunden des Tages entziehen.
- Leichte, luftige Kleidung aus Naturfasern tragen.
- Feuchte Tücher aufhängen, um die Raumtemperatur zu senken.
- Dünne Baumwollpyjamas für eine angenehme Nacht.

Ein besonderer Tipp für Familien: während der Sommerferien wird im Schlosspark ein Wasserbogen aufgebaut, der für Erfrischung sorgt. Entlang der Havel gibt es gemischte Schattenplätze, ideal für ein entspannendes Picknick.

Vorsicht für die Kleinsten und Vierbeiner

Besonders achtsam sollten Eltern bei Kleinkindern sein, die auf Hitze mit schnellem Atem und Unruhe reagieren können. Außerdem gilt es, die kleinen Vierbeiner nicht in überhitzten Autos zurückzulassen – bereits ab 20 Grad können sich gefährliche Temperaturen bilden.

Zusammengefasst bleibt zu sagen: Bei dieser Hitze heißt es, clever bleiben, ausreichend trinken, Schatten suchen und sich nicht zu lange in der prallen Sonne aufhalten. Mit diesen Tipps sollte es gelingen, die Sommerhitze auch in Oranienburg gut zu überstehen.

Details	
Ort	Oranienburg, Deutschland
Quellen	• www.maz-online.de • www.news.de • www.ndr.de

Besuchen Sie uns auf: n-ag.net