



Heute werden im Südwesten Frankreichs höchste Temperaturen erwartet, warnt Météo-France. Insgesamt sind 39 Départements, von Südfrankreich bis Korsika, wegen einer Hitzewelle in Alarmbereitschaft versetzt worden.

Alix Roumagnac, Präsident der Firma Predict, einer Tochtergesellschaft von Météo-France, sagt: „Es ist der Südwesten, der heute die heißesten Temperaturen erleben wird.“ Das lange Warten auf den Sommer ist vorbei – die Temperaturen steigen rapide an. Ursache dafür ist ein Hochdruckgebiet, das aus Nordafrika und Spanien nach Frankreich zieht.

### Extreme Temperaturen im Südwesten

„Die Temperaturen werden meist über 40 Grad liegen, besonders im Südwesten“, so Roumagnac weiter. Auch der Südosten wird von der Hitze nicht verschont bleiben. Die Hitzewelle soll bis Mittwoch andauern.

Wer in den Küstengebieten Urlaub macht, kann auf eine leichte Abkühlung hoffen, aber im Landesinneren steigen die Temperaturen drastisch. Alix Roumagnac erklärt: „Die Temperaturen bleiben auch nachts hoch.“ Am frühen Montagmorgen wurden Temperaturen zwischen 21°C und 24°C im nördlichen Aquitanien, in Okzitanien, vom Gard bis zum Var und auf Korsika gemessen. In anderen Teilen der südlichen Hälfte Frankreichs liegen Nachttemperaturen zwischen 18°C und 21°C.

### Prognose und Auswirkungen der Hitzewelle

Bis Mittwoch bleibt die Hitzewelle bestehen. Eine Wetterfront aus dem Norden wird die Temperaturen gegen Ende der Woche wieder sinken lassen. Die Athleten der Olympischen Spiele in Paris bleiben von dieser extremen Hitze weitgehend verschont, auch wenn die Temperaturen dort ebenfalls steigen könnten.

Diese Hitzewelle erfordert besondere Vorsichtsmaßnahmen, besonders für ältere Menschen und Kinder. Ausreichende Hydrierung und Schatten sind essenziell, um gesundheitliche Risiken zu minimieren. Sollten Sie mit einem Haustier reisen, denken Sie daran: Auch Tiere leiden unter der Hitze und brauchen besonderen Schutz.

### Vorbereitung auf kommende Hitzeperioden

Ist das der neue Standard für Sommer in Frankreich? In den letzten Jahren häufen sich die Hitzewellen. Die Anpassung an solche Extrembedingungen wird immer wichtiger.



Klimatisierte Räume und schattige Plätzchen gewinnen an Bedeutung, ebenso wie bewusster Wasserverbrauch und Kühlstrategien für Gebäude.

Mit der Hitze steigt auch das Risiko für Waldbrände. In den betroffenen Gebieten ist erhöhte Vorsicht geboten. Offenes Feuer und Zigarettenstummel können schnell verheerende Brände auslösen.

## Ratschläge für heiße Tage

- **Trinken Sie viel Wasser:** Auch wenn Sie keinen Durst haben, bleibt Hydratation oberste Priorität.
- **Vermeiden Sie direkte Sonneneinstrahlung:** Besonders in den heißesten Stunden des Tages.
- **Tragen Sie leichte, helle Kleidung:** Diese reflektiert die Sonne besser und hilft, die Körpertemperatur zu regulieren.
- **Kühlen Sie sich ab:** Nutzen Sie Ventilatoren, Klimaanlage oder nehmen Sie kalte Duschen.
- **Achten Sie auf Ihre Mitmenschen:** Insbesondere ältere Menschen und kleine Kinder benötigen besondere Fürsorge.

Diese Maßnahmen helfen, die heißen Tage sicher und gesund zu überstehen.

Schließlich bleibt die Frage: Wie bereiten wir uns langfristig auf immer häufiger werdende Hitzewellen vor? Investitionen in Infrastruktur, Informationen über Hitzeschutz und nachhaltige Stadtplanung werden Schlüsselrollen spielen. Inmitten der aktuellen Hitzewelle(n) ist es wichtig, nach vorne zu blicken und Lösungen zu finden, die langfristig Bestand haben.