



Zürich-Wipkingen, 29. Juli 2020

## Medienmitteilung

### **Aktion Sommerhitze - Apotheken des Kantons Zürich stehen der Bevölkerung mit Rat und Tat zur Seite**

In den nächsten Tagen erreicht uns gemäss Wetterprognose eine erste Hitzewelle mit Temperaturen über 30 Grad. Aufgrund der Erfahrungen der letzten Jahre stellt dies besonders ältere Menschen vor gesundheitliche Probleme. Die Apotheken des Kantons Zürich lancieren deshalb in Zusammenarbeit mit den Gesundheitsdiensten der Stadt Zürich, der Gesundheitsdirektion des Kantons Zürich und dem Apothekennetz der Stadt Zürich nach 2019 zum zweiten Mal die Aktion Sommerhitze. Alle wichtigen Tipps und Informationen zum Thema Hitze sind ab sofort in den Apotheken erhältlich (Flyer im Anhang). Kurz zusammengefasst sind dies: Regelmässig trinken und leicht essen; Körper kühlen und erfrischen; Räume kühlen. Die Stadt Zürich betreibt zudem bis im September unter 044 412 00 60 ein Beratungstelefon zum Thema Hitze.



**Flasche leer?  
Hier H<sub>2</sub>O tanken**

#### **Kostenlos Trinkflasche mit Wasser nachfüllen**

Die wichtigste Massnahme ist, regelmässig und genug zu trinken. Die Apotheken füllen deshalb gemäss dem Motto „Flasche leer? Hier H<sub>2</sub>O tanken“ während der Sommermonate auf Nachfrage leere

Trinkbehältnisse kostenlos mit Wasser auf. Dies hilft nicht nur gegen die Hitze, sondern leistet zudem einen Beitrag zum Umweltschutz, indem die Menge an Einwegflaschen und -behältnissen reduziert wird. Für Dr. Lorenz Schmid, Präsident Apothekerverband Kanton Zürich, ist die Aktion Sommerhitze eine typische Dienstleistung der Apotheken: „Leicht erreichbar und mit hoher Qualität helfen wir der Bevölkerung gerne bei Fragen zu Gesundheit, Krankheit und Prävention.“

Bund, Kanton, Stadt Zürich und der Apothekerverband des Kantons Zürich (AVKZ) haben ihre Hitzinformationen aktualisiert, diese finden sich unter den Adressen:

Kanton Zürich: [www.gesundheitsfoerderung-zh.ch](http://www.gesundheitsfoerderung-zh.ch)

Stadt Zürich: [www.stadt-zuerich.ch/hitze](http://www.stadt-zuerich.ch/hitze)

Bund: [www.hitzewelle.ch](http://www.hitzewelle.ch)

Apothekerverband ZH: [www.avkz.ch](http://www.avkz.ch)

### **Für weitere Auskünfte stehen Ihnen zur Verfügung:**

Dr. Lorenz Schmid  
Präsident AVKZ  
Telefon 079 923 13 10

Dr. Valeria Dora  
Präsidentin Apothekennetz Zürich  
Telefon 076 321 48 35

### **Bildlegenden:**

Bild1: Die wichtigsten Hitzetipps auf einen Blick: Regelmässig trinken und leicht essen; Körper kühlen und erfrischen; Räume kühlen, Fachinformationen beachten.

Bild2: Unter dem Motto „Flasche leer? Hier H<sub>2</sub>O tanken“ füllen die Apotheken des Kantons Zürich in den Sommermonaten auf Nachfrage kostenlos leere Wasserbehältnisse auf.

*Beilage: Flyer Aktion Sommerhitze als Pdf*