Gesundheits- und Veterinäramt

STADT MÜNSTER



Cooler Stadtplan für heiße Tage

Trinkwasser und Refill-Stationen, kühle Orte, schattige Grünflächen und Spielplätze zur Abkühlung in Münster

Vermessungs- und Katasteramt

Stabsstelle Klima

EIN BEITRAG ZUR Smart City Münster

Wohin an heißen Tagen in Münster?

Dieser Faltplan zeigt Ihnen kühle Orte in Münster, an denen Sie sich abkühlen und erholen können, ohne etwas konsumieren oder bezahlen zu müssen.

Heiße Tage und warme Nächte, in denen es nur wenig abkühlt, sind eine gesundheitliche Belastung. Besonders gefährdet sind ältere Menschen, Kinder und Schwangere sowie Menschen in besonderen Lebenslagen, wie z. B. Personen mit chronischen Erkrankungen, Behinderungen oder ohne Wohnung oder Obdach.

Bitte beachten Sie als Schutz vor Hitze folgende Punkte:

- Trinken Sie ausreichend und regelmäßig Wasser oder andere ungesüßte, alkoholfreie Getränke.
- Bleiben Sie im Schatten oder suchen Sie kühle Räume auf.
- Vermeiden Sie die Mittagssonne und körperliche Anstrengungen.
- Tragen Sie einen Sonnenhut und eine Sonnenbrille.
- Benutzen Sie ein Sonnenschutzmittel mit Lichtschutzfaktor 30 oder höher.

Weitere Hinweise und Hitzetipps finden Sie auf der Internetseite des Gesundheits- und Veterinäramtes der Stadt Münster:

www.stadt-muenster.de/gesundheit/hitzeaktionsplan

Münster bleibt cool



Wasser in Münster

An heißen Tagen bieten Fließgewässer, Wasserspielplätze und Freibäder für Klein und Groß eine willkommene Abkühlung. Im digitalen „Coolen Stadtplan für heiße Tage“ finden Sie auch Informationen zu den Freibädern in Münster.

Ausreichend trinken

Denken Sie auch unterwegs daran, ausreichend zu trinken. Trinken Sie regelmäßig – auch ohne Durstgefühl, um Ihren Flüssigkeitsbedarf zu decken.

Trinkwasser unterwegs

In Münster gibt es unterschiedliche Angebote, unterwegs kostenlos Trinkwasser zu bekommen. Nehmen Sie sich am besten eine Trinkflasche mit, die Sie unterwegs immer wieder auffüllen können.

Refill-Stationen

Überall, wo Sie diesen Refill-Aufkleber mit dem Tropfen-Symbol in Münster sehen, können Sie zu den jeweiligen Öffnungszeiten Ihre Wasserflasche kostenlos mit Trinkwasser auffüllen.

Weitere Informationen zu Refill finden Sie hier:
www.refill-deutschland.de

Information

Diesen Plan erhalten Sie kostenfrei unter anderem in den Bürgerbüros und öffentlichen Gebäuden der Stadt Münster.

Impressum

Herausgegeben von der Stadt Münster:
Gesundheits- und Veterinäramt (Fachstelle Public Health / Klima und Gesundheit), Stabsstelle Smart City, Stabsstelle Klima, Vermessungs- und Katasteramt

Gestaltung
Drees + Riggers GmbH

Datengrundlage
Stadt Münster, Vermessungs- und Katasteramt

Weitere Inhalte
Refill Deutschland, Die Nette Toilette

Bilder
Bei den nachfolgenden Fotos lautet das Copyright © Stadt Münster / Fotograf*in.

Titelbild: Michael Lyra
von oben links: Michael Lyra, Michael Möller, Jan Hullmann, Elena Schneider, Britta Roski, MünsterView

Druck
flyerwire 4.0 GmbH & Co. KG

1. Auflage August 2026



Trinkbrunnen

Trinkwasserqualität

Leitungswasser ist ein kostengünstiges und nachhaltiges Lebensmittel. Durch die Trinkwasserverordnung wird die Qualität des Leitungswassers in Münster streng kontrolliert und unterliegt hohen Standards. Es ist stets frisch, sehr bekömmlich und lecker.

Öffentliche Toiletten

In Münster gibt es öffentliche Toiletten, die Sie aufsuchen können.

Aegidiimarkt:
Mo – Sa 7:00 – 24:00 Uhr + So 9:00 – 24:00 Uhr (barrierefrei)
Domplatz: Mi + Sa 5:00 – 16:00 Uhr
Stadthaus 1: Mo – Sa 10:00 – 18:00 Uhr (barrierefrei)
Schlossplatz: 10:00 – 21:00 Uhr (barrierefrei)
Aasee / Hansahafen: 9:00 – 22:00 Uhr (barrierefrei)

Nette Toilette

„Die nette Toilette“ erkennen Sie u. a. in Cafés und Restaurants, die das dazugehörige Logo im Eingangsbereich angebracht haben. Hier können Sie kostenfrei die Toilette benutzen.





Sonnenschutz

Wenn man im Sommer draußen unterwegs ist, ist es wichtig, ein Sonnenschutzmittel mit mindestens Lichtschutzfaktor 30 aufzutragen. Viel hilft viel – verwenden Sie jeweils ca. zwei Finger voll Creme für Gesicht / Hals und für alle Körperteile, die Sie eincremen, und verteilen Sie diese gleichmäßig.

An heißen Tagen hilft helle, luftige Kleidung aus atmungsaktiven Stoffen wie Baumwolle oder Lyocell, die möglichst viel Haut bedeckt, um den Körper kühl zu halten. Auch Kopfbedeckungen sind ein guter Hitzeschutz. Schützen Sie Ihre Augen mit einer Sonnenbrille (UV400-Schutz und CE-Zeichen beachten). Meiden Sie, so gut es geht, direkte Sonnenstrahlung und halten Sie sich im Schatten auf.

Schattige Orte

In Münster finden Sie zahlreiche Grünflächen, Parks und Spielplätze zum Verweilen im Schatten. Hier können Sie sich abkühlen und sich unter Bäumen erholen. Bäume können einen Teil der direkten Sonnenstrahlung abfangen und sorgen über ihre Blätter und die Verdunstung für eine natürliche Kühlung.



Kühle Räume

Wenn Sie unterwegs sind und sich eine Abkühlung wünschen, besuchen Sie einen der kühlen Räume in Münster und erholen Sie sich dort von der Hitze. Diese Räume finden Sie z. B. in Museen, Verwaltungsgebäuden oder auch in Kirchen.

Erste Hilfe bei Hitze

Hitze kann besonders für ältere Menschen, Kinder, Schwangere, chronisch erkrankte oder obdach- oder wohnungslose Menschen gefährlich werden. Achten Sie an Hitzetagen bei sich und anderen auf folgende Symptome:

- Schwindel
- plötzliche Verwirrtheit
- starke Kopfschmerzen
- Bewusstlosigkeit
- Übelkeit / Erbrechen
- Kreislaufschock

Wenn Sie eins oder mehrere dieser Symptome bei sich oder anderen beobachten, holen Sie bitte umgehend Hilfe. Sollte keine Besserung eintreten, nehmen Sie Kontakt auf mit Ihrer hausärztlichen Praxis oder dem ärztlichen **Bereitschaftsdienst unter 116 117**. Im Notfall wählen Sie die **Notrufnummer 112**.

Wetterwarnung

Informieren Sie sich frühzeitig über bevorstehende Hitzewellen, um vorzubeugen und Ihren Tagesablauf anzupassen. Registrieren Sie sich dazu für den Newsletter des Deutschen Wetterdienstes (DWD) oder bei der Warn-App NINA, um DWD-Hitzewarnungen zu erhalten.

Hitzeaktionsplan für Münster

Mit dem Hitzeaktionsplan stärkt Münster den Schutz der Bevölkerung an heißen Tagen. Er bündelt wichtige Informationen, Maßnahmen und Angebote, die dabei helfen, gesund durch Hitzeperioden zu kommen. Im Mittelpunkt stehen der Schutz besonders gefährdeter Menschen, verständliche Tipps zum Umgang mit Hitze sowie Maßnahmen für mehr Abkühlung und Hitzeschutz im Stadtgebiet. So trägt der Hitzeaktionsplan dazu bei, Münster auch bei hohen Temperaturen lebenswert, gesund und klimaangepasst zu gestalten.

www.stadt-muenster.de/gesundheit/hitzeaktionsplan



Klimaschutz und Klimaanpassung in Münster

Um sich zukünftig besser auf die Folgen des Klimawandels vorzubereiten und die bestehenden Aktivitäten zu bündeln, hat die Stadt Münster ein Klimaanpassungskonzept erstellt. Der Hitzeaktionsplan für Münster stellt eine bedeutende Maßnahme im Handlungskonzept Klimaanpassung 2030 der Stadt Münster dar. Er zielt darauf ab, Maßnahmen zur gesundheitlichen Prävention für den Umgang mit Hitzeperioden festzulegen und umzusetzen. Der „Coole Stadtplan für heiße Tage“ ist eine der 12 Maßnahmen des Hitzeaktionsplans.

Weitere Informationen rund um das Thema Klima bei der Stadt Münster finden Sie hier:
www.klima.muenster.de

www.klimastadt.ms
EIN BEITRAG ZUR KLIMASTADT Münster

Der „Coole Stadtplan für heiße Tage“ digital

Den „Coolen Stadtplan für heiße Tage“ finden Sie auch online. Auf der digitalen Karte finden Sie zu allen eingezeichneten Orten weitere Informationen wie Öffnungszeiten, Adressen und Beschreibungen. Der Plan wird fortlaufend aktualisiert und überarbeitet, sodass Sie stets Zugang zu aktuellen Informationen haben.

Der digitale „Coole Stadtplan für heiße Tage“ zeigt außerdem die Temperaturmessdaten der Wetterstationen in Münster an. Dort finden Sie die genauen Daten zu Temperatur (in °C) sowie die Luftfeuchte (in %).

https://geo.stadt-muenster.de/coolerstadtplan

Cooler Stadtplan für heiße Tage

