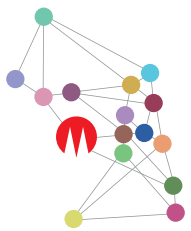


HöVi HITZEPLAN

SOZIALRAUM
KOORDINATION



HOEHENBERG
VINGST

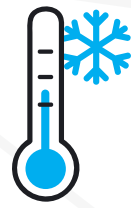
www.hoevi.info

Legende Hitzeplan



Trinkwasser Auffüllstationen

1. Sozialraumkoordination / HöVi-Online, Burgstraße 42, 51103 Köln
2. Paul-Schwellenbach-Haus Weimarer Str. 15, 51103 Köln
3. Jugendbüro evgl. Kirchengemeinde Burgstr. 75, 51103 Köln
4. Bürgerzentrum Vingst - Vingster Treff Würzburger Str. 11a, 51103 Köln
5. SKM Zentrum Würzburger Str Würzburger Str. 7a, 51103 Köln
6. Stadtteilwohnung Passauer Str. Passauer Str. 7, 51103 Köln
7. Veedels Kiosk Lustheider Str. 31, 51103 Köln



Kühle Orte

1. Höhenbergbad
2. Naturfreibad Vingst - Baggerloch
3. Merheimer Heide
4. Gremberger Wäldchen
5. HöViland Gelände
6. U-Bahn Haltestelle Vingst
7. U-Bahn Haltestelle Fuldaer Str.

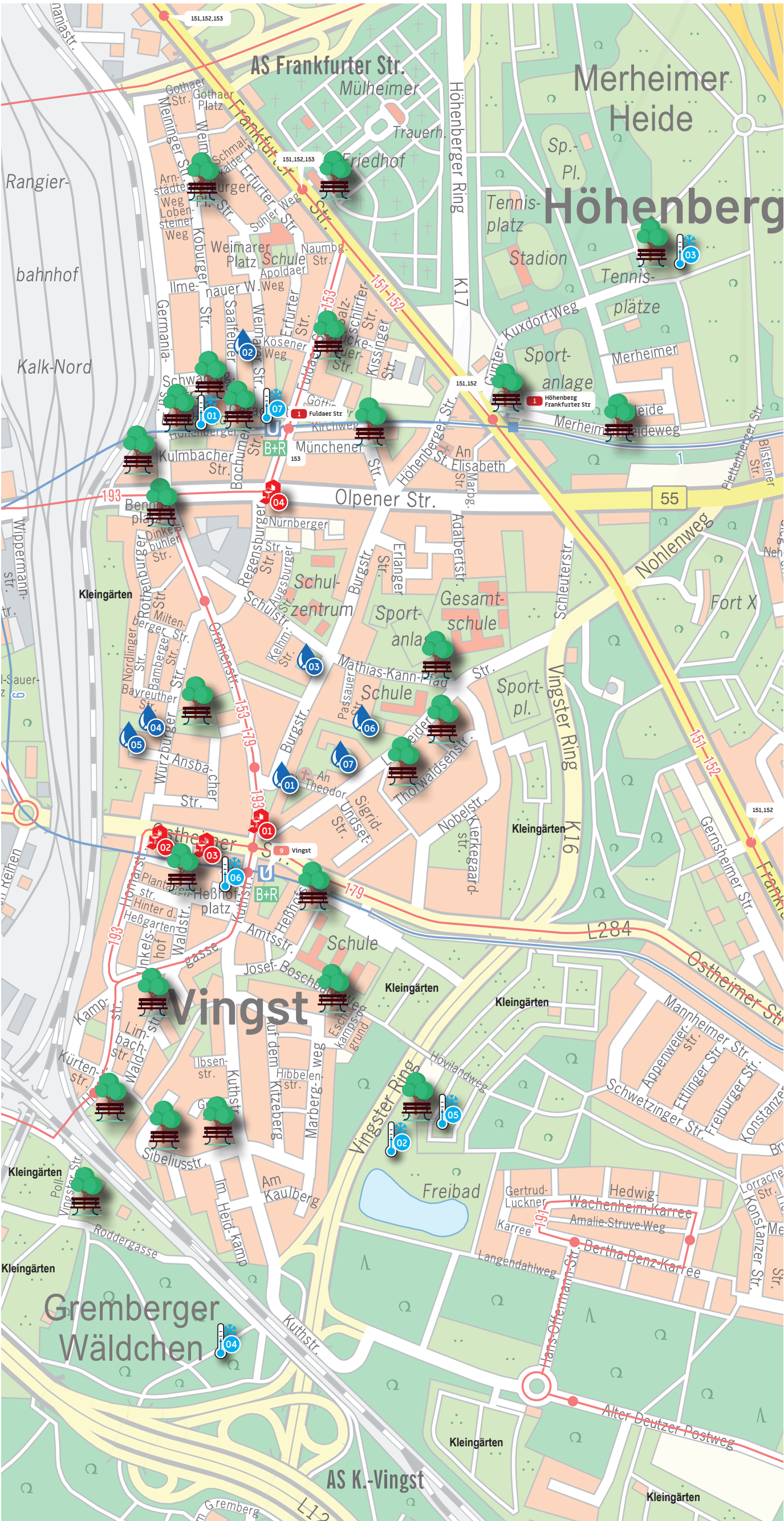
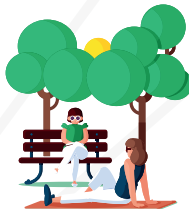
Apotheken



1. Viktoria Apotheke Ostheimer Str. 83, 51103 Köln
2. Heßhof Apotheke Ostheimer Str. 30, 51103 Köln
3. Röntgen Apotheke Ostheimer Str. 46, 51103 Köln
4. Vital-Apotheke Olpener Str. 120, 51103 Köln

Schattige Bänke

Die schattigen Bänke sind auf dem Plan mit Hilfe der Logos zu finden.



HöVi-Hitzeplan - Ein Plan für alle Menschen im Sozialraum

Im Zuge des Klimawandels nimmt die Häufigkeit der Hitzeperioden stetig zu. Bereits im Frühling gibt es Tage mit einer Temperatur um die 25 Grad. Aufgrund der engen städtischen Bebauung und der vielen Menschen, die hier wohnen, sind Millionenstädte besonders von den Hitzeperioden betroffen.

Unser Hitzeplan soll allen Menschen aus Höhenberg und Vingst unkompliziert aufzeigen, wo sie kostenfrei Trinkwasser, einen kühlen Ort sowie Sitzgelegenheiten im Schatten finden.

Für die Erarbeitung und Beschäftigung mit dem Hitzeplan hat sich eine Kooperation zwischen dem Vingster Treff, dem Seniorennetzwerk Höhenberg/ Vingst, der Nachbarschaftswohnung Passauerstraße sowie der Sozialraumkoordination Höhenberg/ Vingst zusammengefunden.

Leerzeichen und dann Großbuchstabe

Wichtige Adressen:

Notruf Feuerwehr: **112**

Notruf Polizei: **110**

Allgemeinärztlicher
Bereitschaftsdienst: **116 117**

Seniorennetzwerk Höhenberg

Paul-Schwellenbach-Haus
Weimarer Straße 15
51103 Köln
Tel. 0221-872110

Hitzetelefon der Stadt Köln:

...ist im Sommer aktiv. Für weitere Informationen zum gesundheitsförderlichen Verhalten oder eine kostenfreie telefonische Beratung bei Sommerhitze melden Sie sich unter folgender Rufnummer an:

Hitzetelefon: **0221 221-34347**

Montag bis Freitag: 7 bis 18 Uhr

Seniorennetzwerk Vingst

Vingster Treff – Bürgerzentrum Vingst
Würzburger Str. 11a
51103 Köln
Tel. 0221 – 87 54 85

Finde ich unübersichtlich: Wo melde ich mich für Hausbesuche?
DRK Seniorenberatung Höhenberg: Tel. nicht erreichbar?

Seniorenberatung für den Stadtbezirk Kalk

Nach Terminvereinbarung sind Hausbesuche möglich

DRK Seniorenberatung in Höhenberg

2. und 4. Dienstag im Monat,
14.00 - 16.00 Uhr
im Paul-Schwellenbach-Haus

DRK Seniorenberatung im Bezirksrathaus

Kalker Hauptstraße 247-273
50475 Köln
Tel. 0221 / 221-98439
oder Bergisch Gladbacher Straße 609
51067 Köln
Tel. 0221 / 83 00 80 12
beratung.kalk@drk-koeln.de

Johanniter-Unfall-Hilfe e.V.

Frankfurter Straße 666
51107 Köln
Tel. 0221 89009-310

Caritasverband für die Stadt Köln e.V.

Bertramstr. 12-22
51103 Köln
Tel. 0221 98577672
Seniorenberatung-kalk@caritas-koeln.de

Seniorenvertretung Kalk

Kalker Hauptstraße 247-273
(Bezirksrathaus)
51103 Köln
Tel. 0221 / 221-98305
Svk.kalk@stadt-koeln.de

Bürgertelefon der Stadt Köln

Tel. 0221/221-0

Radeln ohne Alter Ostheim-Neubrück

Kostenlose Ausflugsfahrten mit der Veedelsrikscha
Tel. 0177 5127143

Klein
Leerzeichen

Kostenloses Einkaufstaxi für GAG Bewohner*innen in Vingst Süd

Jeden 1. Und 3. Mittwoch, Abfahrt 14 Uhr, Ecke Sibeliusstraße

Nur mit Anmeldung unter:

Vingster Treff, Julia Althof
Tel. 0221 87 54 85
Mobil 0157 50 494 039

Verbraucherberatung im Quartier

Termine nach Vereinbarung jeden Mittwoch im Vingster Treff

Würzburger Straße 11a
51063 Köln
Tel. 0211-91380 5013

vingst@verbraucherzentrale.nrw

Einheitliche Telefonnummern-Schreibweise!!!!

Der Plan bildet die aktuelle Situation in Bezug auf den Hitzeschutz im Sozialraum ab. Die Arbeitsgruppe wird weiterhin bestehen bleiben und beschäftigt sich fortlaufend mit allen Themen rund um den Hitzeschutz.

Weitere Infos und nützliche Hinweise finden Sie auch auf unserer Website: **www.hoevi.info**

1. Auflage 2026

© Kath. Jugendagentur Köln gGmbH – Sozialraumkoordination Höhenberg/ Vingst Nutzung der Geodaten mit freundlicher Genehmigung der Stadt Köln

„Kartendaten: © Stadt Köln, CC-BY 4.0“

Nachdruck und Vervielfältigung sind nicht gestattet. Irrtümer vorbehalten.

Zeilenumbruch

SOZIALRAUM
KOORDINATION

HOEHENBERG
VINGST

Bürgerzentrum
Vingst
förderungs- & bildungsgemeinschaft
jugend- und alterarbeit vingst/ostheim e.V.

katholische
jugendagentur
Gutes verlässlich tun
in Köln und Rhein-Erft

Senioren
Netzwerke
Köln



Tipps bei Hitze



1. Trinken Sie jede Stunde ein Glas Wasser, auch wenn Sie keinen Durst haben.
2. Bleiben Sie in kühlen Räumen. Lüften Sie nur morgens und nachts. Tagsüber sollten Fenster und Vorhänge geschlossen bleiben.
3. Denken Sie an Kopfbedeckung und Sonnenschutz.
4. Tragen Sie luftig, helle und bequeme Kleidung z.B. aus Baumwolle.
5. Achten Sie auf leichtes, frisches und kühles Essen z. B. Obst, Gemüse und Salat. Essen Sie mehrere kleine Mahlzeiten.
6. Fußbäder oder feuchte Tücher für Gesicht, Nacken, Arme und Beine sind eine gute Abkühlung.
7. Machen Sie Pause. Vermeiden Sie Anstrengung und ruhen Sie sich öfter aus.
8. Medikamente kühl lagern. Fragen Sie in Ihrer Arztpraxis oder Apotheke.
9. Informieren Sie sich über Lieferservice für Medikamente und Lebensmittel.



Was ist Refill?

Refill ist eine deutschlandweite Initiative. Der Refill-Aufkleber zeigt, dass Sie in diesem Geschäft oder Einrichtung kostenfreies Leitungswasser bekommen, wenn Sie ein eigenes Trinkgefäß mitbringen.

Das bedeutet:

- ✓ Leitungswasser trinken
- ✓ Plastikmüll vermeiden und die Umwelt schützen
- ✓ einfach die Wasserflasche kostenlos auffüllen *

Unter <https://refill-deutschland.de/> sind alle Stationen in Deutschland zu finden.



* Zitat von irgendwo? Dann lassen, ansonsten entweder "Einfach" groß schreiben oder Stichwort kürzen (mein Favorit)