

Quiz: Welcher Sommertyp bist du?

Bald ist es wieder soweit: Die Hitzewellen ziehen durchs Land und mit ihnen die Frage „Wie kühle ich mich am besten ab?“

Das folgende Quiz gibt auf humorvolle Art und Weise Ideen, wie man sich am besten gegen die Hitze wappnen kann.

Aber Vorsicht: Nur jeweils eine der Antwortmöglichkeiten bringt echte Abkühlung!

Frage 1	Wann sollte man an heißen Tagen am besten einkaufen gehen?
<input type="checkbox"/>	A Direkt morgens um 8 Uhr
<input type="checkbox"/>	B In der Mittagszeit um 13 Uhr
<input type="checkbox"/>	C Abends nach 17 Uhr

Frage 2	Was ist die ideale Kleidung an einem Sommertag?
<input type="checkbox"/>	A Luftig und dunkel
<input type="checkbox"/>	B Luftig und hell
<input type="checkbox"/>	C Hell und vielschichtig

Frage 3	Wie lange sollte man sich ohne Sonnenschutz in der direkten Sonne aufhalten?
<input type="checkbox"/>	A Gar nicht
<input type="checkbox"/>	B Maximal 30 Minuten
<input type="checkbox"/>	C Den ganzen Tag

Frage 4	Welches Getränk kühlt und tut dem Körper gut?
<input type="checkbox"/>	A Cola und Kaffee
<input type="checkbox"/>	B Ein eiskaltes Bier
<input type="checkbox"/>	C Wasser und ungesüßter Tee

Frage 5	Wie viel sollte man an heißen Tagen trinken?
<input type="checkbox"/>	A Ein Glas am Tag
<input type="checkbox"/>	B 2 bis 4 Liter
<input type="checkbox"/>	C Ein Planschbecken voll

Frage 6 Was isst man am besten an heißen Tagen?

- A Fleisch
- B Eine große Portion Pommes
- C Milchspeisen, Obst und Rohkost

Frage 7 An heißen Tagen packe ich meine Tasche und nehme mit ...

- A Kopfbedeckung, Sonnencreme und Sonnenbrille
- B Mütze, Schal und Regenschirm
- C Hand-Ventilator

Frage 8 Wie kann man sich nachts bei Hitze am besten erholen?

- A Fenster auf und dünne Decke oder Laken zum Schlafen
- B Helle Kleidung anziehen
- C Unter der Decke vor der Wärme verstecken

Frage 9 Was sollte eine Strecke für einen Spaziergang an heißen Tagen beinhalten?

- A Schattige Stellen, grüne Orte wie Parks
- B Halt an der leckeren Eisdiele
- C Egal, nur kurze Wege zählen

Frage 10 Warum lohnt es sich im Hochsommer die Unterarme und Hände unter kaltes Wasser zu halten?

- A Für die Sauberkeit
- B Um sich zu erfrischen und abzukühlen
- C Das ist im Sommer billiger als warmes Wasser

Frage 11 Wie lässt sich die Mittagshitze am besten aushalten?

- A Sightseeing im Auto
- B Joggingrunde in der Stadt
- C Mittagsschlaf im kühlen Haus