

Cette fiche technique contient des suggestions qui servent de "bonnes pratiques" pour réduire autant que possible les vagues de chaleur dans les écoles et atténuer leurs effets négatifs sur les élèves.

Les enseignants et les concierges jouent un rôle clé dans la mise en œuvre de ces pratiques. Ce document leur est destiné.

Ventiler les classes

Pourquoi ? La ventilation permet de rafraîchir les salles, mais aussi de faire diminuer la concentration de CO₂ et des polluants en général. Un air plus frais permet aux élèves de mieux se concentrer.

Comment ? Dans les bâtiments où la ventilation ne se fait pas de manière automatique, la seule façon d'obtenir un changement d'air satisfaisant est d'**ouvrir les fenêtres**. Afin d'optimiser l'efficacité du changement d'air, il est conseillé de **créer un courant d'air** en ouvrant les fenêtres des salles de classe, les portes qui les séparent des couloirs et les ouvertures vers l'extérieur des couloirs eux-mêmes s'il y en a.

Trucs et astuces :

- Créer des courants d'air dans les salles de classe lorsque les élèves sont absents, par exemple pendant la récréation, ou l'heure d'éducation physique.
- Éviter d'ouvrir les fenêtres pendant les heures les plus chaudes de la journée, sauf si un courant d'air peut être créé.
- Ouvrir les fenêtres **la nuit et tôt le matin**, lorsque la température extérieure est plus basse et que les salles de classe sont vides. Cela permet de refroidir de manière significative la température en classe. La création d'un courant d'air la nuit atténuera les désagréments causés par la chaleur, au moins pendant les premières heures de la journée.



Contrôler le rayonnement solaire

Pourquoi ? En plus de la ventilation des pièces, il est important d'**éviter autant que possible le rayonnement solaire direct à l'intérieur des bâtiments**, car il augmente la température des salles de classe.

Comment ? en utilisant correctement les **protections solaires** disponibles (les stores extérieurs, volets, rideaux, etc.) afin de bloquer autant que possible les rayonnements solaires. Les protections solaires installées à l'extérieur des fenêtres sont plus efficaces car elles absorbent le rayonnement avant qu'il ne pénètre à travers les vitres. Si la protection solaire extérieure n'est pas suffisante, il est conseillé d'utiliser des stores intérieurs, si possible blancs, pour réfléchir le rayonnement direct. Les stores intérieurs n'empêchent pas l'augmentation de la température ambiante (puisque le rayonnement solaire a déjà pénétré dans la pièce), mais ils peuvent faire en sorte qu'aucune partie de la pièce ne soit sensiblement plus chaude que les autres et que personne ne soit directement exposé aux rayons du soleil.



Réduire les sources de chaleur internes

→ Chaleur corporelle

Pourquoi ? La majorité de la chaleur générée à l'intérieur des salles de classe provient des personnes qui les occupent. La chaleur produite est liée à l'intensité de l'activité : la chaleur émise par le corps lors d'un cours de gymnastique ou de jeux de plein air est jusqu'à cinq fois plus importante que celle émise en position assise.

Comment ? Il est conseillé de laisser les enfants prendre une petite pause après des activités physiques avant qu'ils ne retournent en classe. Pour cela, ces activités peuvent par exemple être terminées quelques minutes plus tôt.

→ Équipement électronique

Pourquoi ? Les ordinateurs et les machines (photocopieurs, vidéoprojecteurs, etc.) ainsi que les lampes dissipent de la chaleur à l'intérieur des salles. Généralement les classes d'école primaire ne sont pas très informatisées, et l'apport de chaleur des machines et appareils électroniques est ainsi bien plus faible que celui d'origine humaine. Mais certaines précautions doivent quand même être prises

Comment ?

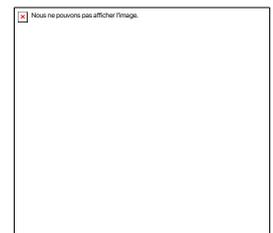
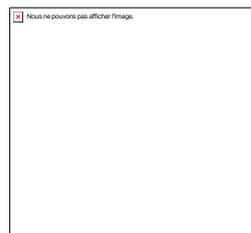
- N'utilisez les ordinateurs et les appareils électriques qu'en cas de stricte nécessité et si possible **pas aux heures les plus chaudes de la journée**.
- Lorsqu'ils ne sont pas utilisés, les équipements électroniques doivent **rester éteints**. Débrancher les appareils qui sont inutilisés (de nombreux transformateurs continuent de fonctionner et dissipent inutilement de la chaleur).
- Éteindre les lumières lorsqu'elles ne sont pas nécessaires.

S'hydrater et se rafraîchir avec de l'eau

Pourquoi ? En plus des mesures qui peuvent être prises par les enseignants et les concierges, il existe quelques habitudes simples que les élèves peuvent adopter afin de mieux supporter les fortes chaleurs, et d'éviter une baisse de la concentration pendant les cours.

Comment ?

- Il est essentiel de rester hydraté, c'est pourquoi il faut **boire beaucoup d'eau** tout au long de la journée. Permettre aux élèves de boire régulièrement, p.ex. en leur demandant d'amener une gourde.
- Pendant les heures les plus chaudes de la journée, la température corporelle doit être maintenue sous contrôle. Il suffit de se mouiller le visage, le front, les bras et les poignets avec de l'eau fraîche pour obtenir un soulagement immédiat (mais pas spécialement durable).



Vérifier les alertes météo

MétéoSuisse émet des **alertes** en prévision des vagues de chaleur particulièrement intenses, quelques jours avant leur arrivée. Cela permet d'organiser les mesures susmentionnées en temps utile.