

VADEMECUM PER IL CALDO NEGLI EDIFICI SCOLASTICI

1) Prima dell'arrivo in classe

- Arieggiare l'aula nelle ore più fresche e poi tenere chiuse finestre e serrande nelle ore di picco solare, soprattutto se la classe è esposta al sole diretto.
- Se possibile, usare l'aula meno esposta al sole o più fresca dell'edificio, e verificare in anticipo la presenza di acqua, ventilazione e punti d'ombra.
- Predisporre banchi e materiali in modo da ridurre i movimenti inutili e limitare il disordine, che aumenta fatica e disagio nelle ore calde.
- Privilegiare, ove possibile, le aule seminterrate e quelle maggiormente ombreggiate o meno esposte all'irraggiamento solare.

2) Durante le lezioni

- Bere acqua regolarmente, anche senza sete, e incoraggiare tutti a farlo con brevi pause organizzate.
- Evitare attività fisiche non necessarie e contenere gli spostamenti degli alunni nelle ore più calde.
- Ridurre il più possibile lo sforzo vocale dei docenti e mantenere toni di voce moderati per non aggravare la sensazione di affaticamento.
- Favorire una ventilazione ragionata, evitando però correnti d'aria eccessive che possano creare disagio; se ci sono tende o oscuranti, usarli per limitare l'irraggiamento diretto.

3) Comportamenti consigliati per gli alunni

- Indossare abiti leggeri, traspiranti e di colore chiaro.
- Portare una borraccia o bottiglietta d'acqua e bere a intervalli regolari.
- Evitare giochi, corse o uscite inutili nei momenti più caldi, soprattutto se si percepisce stanchezza o mal di testa.
- Segnalare subito al docente qualunque fastidio: nausea, giramenti di testa, crampi, debolezza o forte sudorazione.

4) Comportamenti consigliati per i docenti

- Sorvegliare con attenzione gli alunni più piccoli o più fragili e organizzare pause brevi ma frequenti.
- Ridurre al minimo gli spostamenti di materiale e persone, distribuendo con calma le operazioni di voto e le eventuali verifiche organizzative.
- Tenere sotto controllo i segnali di stress da caldo e attivare subito misure di alleggerimento se qualcuno manifesta malessere.
- In caso di aula molto calda, segnalare tempestivamente la criticità alla dirigenza per valutare eventuale trasferimento in locale più fresco o rimodulazione delle attività.

5) Se qualcuno sta male

- Portare la persona in un ambiente più fresco e ventilato, allentare indumenti stretti e farla sedere o sdraiare in sicurezza.
- Somministrare acqua a piccoli sorsi, se la persona è vigile e non ha nausea o vomito.

Vi allego tabella per verificare l'oggettivo malessere (Valutazione del microclima INAIL 2018)

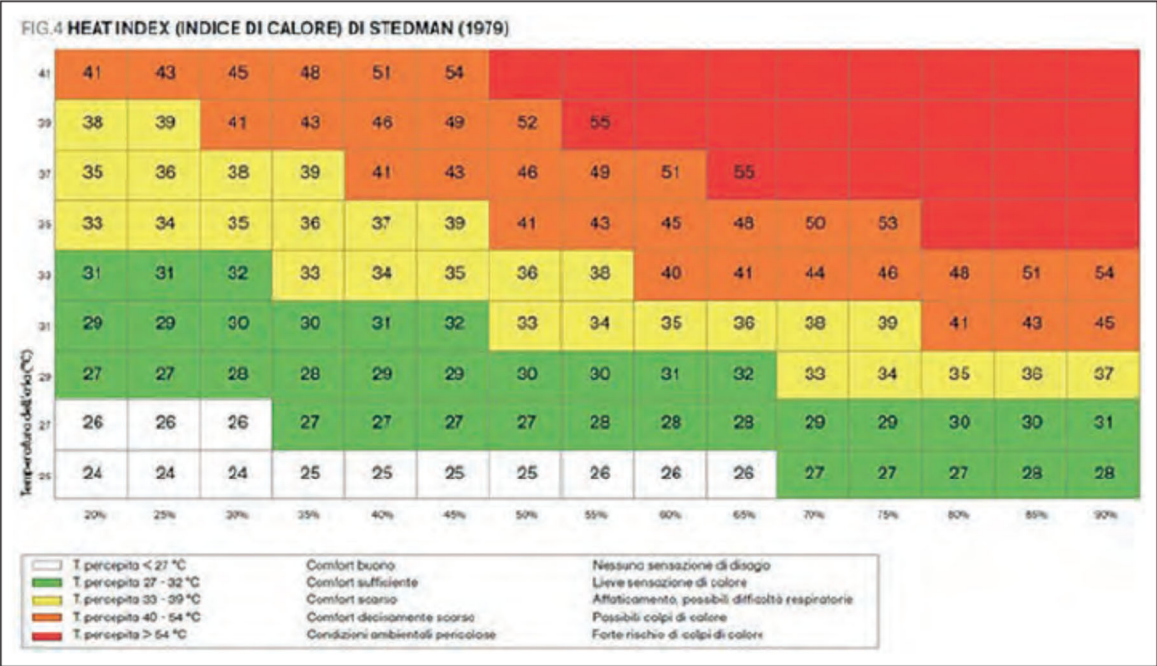


Figura 3.13 - Classificazione di un ambiente moderabile secondo l'indice Heat Index