Kreis Mettmann
Der Landrat

Hitzeschutz in der Sekundarstufe II

Neben den realen Gesundheitsproblemen, welche durch hohe Temperaturen für jeden Menschen (altersbedingt allerdings unterschiedlich) entstehen können, beeinflussen diese gleichzeitig negativ die didaktischen Grundaufgaben des Schulwesens.

Schulkinder sind unter Hitzestress weniger leistungsfähig, dies trifft auch auf Lehrpersonen zu.

Hitzefrei gibt es für die Schüler der weiterführenden Schulen (Sekundarstufe II) nicht; laut Runderlass des Ministeriums für Schule und Weiterbildung vom 29. Mai 2015 (ABl. NRW. S. 354).

Lediglich wenn bei einer Schülerin/einem Schüler im Einzelfall die Gefahr einer gesundheitlichen Schädigung droht (Kreislaufbeschwerden, Hitzestau), so ist sie oder er vom Unterricht zu befreien. **Dem Lehrpersonal kommt damit eine besondere Verantwortung zu.**

Wichtig: informieren und vorbereiten

Informationsquellen zu aktuellem Wettergeschehen nutzen

Abonnieren Sie den Newsletter des Deutschen Wetterdienstes (DWD). Damit werden Sie immer über eine bevorstehende Hitzewelle informiert.

Alternativ: Nutzen Sie die WarnWetter-App des DWD.

Informationen zu hitzebedingten Symptomen streuen

Im Rahmen der Gefährdungsbeurteilung empfiehlt sich ein Aushang zu den wichtigsten Symptomen in jedem Klassen- und Arbeitsraum. Informationen hierzu finden Sie

- in der Veröffentlichung Hitzebedingte Erkrankungen (1) vom Landeszentrum Gesundheit NRW
- unter Gesundheitsrisiken von Hitze (2) beim Bundesinstitut für Öffentliche Gesundheit
- im Merkblatt Hitzesymptomatiken (3) des Kreisgesundheitsamtes Mettmann

(1) (2) (3)

Aufnahme „Hitzeschutz“ in interne Arbeitsabläufe

- Erstellen Sie im Rahmen Ihrer Arbeitsschutz-Konzepte entsprechendes Informationsmaterial zum Umgang mit Hitze in Ihrer Einrichtung.
- Viele der notwendigen Arbeitsschritte sind arbeits- und zeitintensiv. Planen Sie entsprechende Zeitpuffer in Ihre Arbeitsabläufe ein.
- Video: Vorsicht Hitze: So kommen Lehrer und Schüler gesund durch den Tag

Schutz der Mitarbeitenden und des Kollegiums

- besprechen der kommenden Hitzewelle im Team
- die Dienstzimmer kühl halten (Ziel: < 26°C)
- Versorgung zumindest mit Trinkwasser sicherstellen
- Anpassung der Tätigkeiten, wenn möglich: anstrengende Tätigkeiten auf kühlere Tageszeiten verlegen oder in kühleren Räumen durchführen
- gegenseitige Unterstützung und aufeinander achtgeben,
- insbesondere ältere Kolleginnen und Kollegen schützen
- achten Sie ebenfalls auf Symptome

Schutz der Schülerinnen und Schüler

- Prinzipiell gelten die zuvor genannten Empfehlungen auch für die Schülerinnen und Schüler. Auf die Erlasslage wird hingewiesen.
- prüfen der Kriterien für „Hitzefrei“, gegebenenfalls unter Einbeziehung des Elternbeirats
- Versorgung zumindest mit Trinkwasser sicherstellen
- den Unterrichtsverlauf an die Temperaturentwicklung anpassen
- wenn möglich, den Unterricht in kühlere Räume verlegen (z. B. Untergeschosse oder Räume auf der sonnenabgewandten Seite)
- wenn möglich, flexiblere Pausenzeiten anbieten, gegebenenfalls Verlängerung der Pausenzeiten
- Der Einsatz von Ventilatoren kann sinnvoll/notwendig sein.

Empfehlungen zum Hitzeschutz

Allgemeine Empfehlungen

- leichte, luftige Kleidung wählen
- körperliche Anstrengung vermeiden
- Mittagssonne (11 Uhr bis 16 Uhr) meiden

Empfehlungen für das Raumklima

- Arbeits- und Klassenräume möglichst kühl halten (Ziel: < 26°C)
- lüften in den frühen Morgenstunden oder nachts
- Fenster tagsüber geschlossen halten und – wenn möglich – abdunkeln

Aufenthalt im Freien

- Mindestens eine halbe Stunde vor dem Aufenthalt im Freien sollte Sonnenschutzmittel mit einem Lichtschutzfaktor (LSF) von mindestens 30 aufgetragen werden.
- direkte Sonneneinstrahlung vermeiden
- Sonnenbrille und Kopfbedeckung nutzen
- Aktivitäten (z. B. Sport, Ausflüge, etc.) auf den Vormittag oder die Abendstunden legen
- Sportfeste, wie Bundesjugendspiele, im Frühling oder im Frühsommer planen
- Bei einer Hitzewarnung sollten Sportveranstaltungen abgesagt werden.

Für Abkühlung sorgen

- Arme, Beine, Gesicht, Nacken mit feuchten Tüchern kühlen
- Wassersprays nutzen => Behälter nur mit frischem Trinkwasser füllen
- Ventilatoren einsetzen

Tipps zum Trinken

- auf ausreichende Flüssigkeitszufuhr achten, regelmäßig und über den Tag verteilt trinken
- geeignete Getränke: Wasser, ungesüßte Kräuter- oder Früchtetees sowie Fruchtsaftschorlen (1 Teil Saft auf 3 Teile Wasser)
- Das Trinkwasser im Kreis Mettmann ist in aller Regel hervorragend und kann zur Deckung des Wasserbedarfs und des Durstgefühls genutzt werden.
- wird Heilwasser genutzt, Lagerungstemperatur von max. 25°C beachten
- auf eine ausreichende Elektrolytzufuhr achten (z. B. mithilfe von Saftschorlen, Brühe)
- ausreichenden Vorrat an Getränken sicherstellen
- religiöse Einschränkungen (Ramadan, u. a.) separat klären

Tipps zum Essen

- grundsätzlich leichte Kost bevorzugen
- falls Schulmensa vorhanden: Küchenmitarbeitende entsprechend sensibilisieren
- wasserreiche Nahrungsmittel, wie Obst und Gemüse, anbieten (z. B. Melone, Gurke, Tomaten …)
- Kaltschalen in den Speiseplan integrieren
- religiöse Einschränkungen (Ramadan, u. a.) separat klären

Medikamente

Sind Sie selbst oder Schülerinnen/Schüler medikamentenpflichtig:

- Achten Sie auf eine korrekte Lagerung der Medikamente (Verpackungshinweise beachten).
- Medikamente trocken lagern und direkte Sonneneinstrahlung vermeiden.
- Wenden Sie sich bei Fragen zu einzelnen Medikamenten an die Apotheke.
- Die Medikamentenliste sollte vor dem Sommer vom behandelnden Hausarzt/von der behandelnden Hausärztin überprüft werden.
- Besprechen Sie, wie eine eventuelle Anpassung der Medikamente bei Hitze gehandhabt werden soll.

Umsetzung baulich/technischer Konzepte

Klären Sie mit den Klimafachleuten Ihrer Kommune, ob Ihre Einrichtung in einem temperatursensiblen Bereich liegt („hot-spot“).

Schulische Einrichtungen haben in aller Regel wenig direkten Einfluss auf die baulichen Strukturen. Gegebenenfalls lassen sich recht einfach Verschattungsmöglichkeiten im Außenbereich mittels Tarps/Planen realisieren. Hier sind allerdings baurechtliche Vorgaben der Kommune/des Kreises und z. B. auch Wind-/Sturmfestigkeit zu gewährleisten.

Sie haben bereits ein Konzept zum Hitzeschutz in ihrer Einrichtung oder würden gerne eines etablieren? Wir freuen uns, wenn Sie uns Ihren Entwurf oder Ihre Fragen zum Thema per Mail an hitze@kreis-mettmann.de senden.

Viele weitere Informationen

www.hitze.me

Bei folgenden hitzebedingten Warnsignalen bitte einen Arzt/eine Ärztin kontaktieren:

Appetitlosigkeit, Blässe oder Röte, Kopfschmerzen, Schwindel, Übelkeit,
Unruhe, Verwirrtheit, erhöhte Temperatur oder Fieber

In folgenden Situationen unverzüglich den Rettungsdienst (112) alarmieren:

Vorfinden einer bewusstlosen Person,
Anzeichen einer ausgeprägten Verwirrtheit,
hoher Puls oder niedriger Blutdruck