

## Période de chaleur



### Recommandations pour un meilleur confort !

- ▶ Appliquer les meilleures pratiques visant à conserver la fraîcheur dans l'école :
  - Maintenir les stores baissés des fenêtres de classes et des corridors exposés au soleil;
  - Maintenir les fenêtres et les portes ouvertes jusqu'à 10 h le matin ou jusqu'à ce que la température extérieure soit supérieure à la température intérieure pour assurer une bonne ventilation. Ensuite, minimiser l'ouverture des fenêtres et maintenir les portes de classes ouvertes pour assurer une circulation d'air;
  - Laisser les fenêtres de corridor qui font face au nord ouvertes en tout temps.
- ▶ Adapter sa tenue vestimentaire à la température.
- ▶ Adapter les activités à la température.
- ▶ S'hydrater régulièrement.
- ▶ Utiliser un ventilateur sur pied.

