



Kanton Zürich
Bildungsdirektion

Schulbetrieb bei Hitze

**Massnahmen und Hinweise im Um-
gang mit hohen Temperaturen**





Viele Menschen freuen sich über sommerlich-heisse Tage. In der Regel stellen sie für die meisten Leute keine besondere gesundheitliche Gefahr dar. Dauert die Hitze allerdings länger an, kann dies insbesondere auch in Schulen und im Unterricht belastend werden. Im Kanton Zürich gibt es keine gesetzlichen Grundlagen für Hitzeferien – Schule findet auch bei Hitze statt. Kinder und Jugendliche sind dann unter der Obhut von Lehrpersonen. Das ist besser, als wenn sie unbeaufsichtigt schulfrei hätten.

Schulleitungen und Lehrpersonen haben indessen die Kompetenz, die Situation zu beurteilen und den Umständen entsprechend anzupassen.

Nachfolgende Hinweise sollen helfen, den Schultag hitzeangepasst zu gestalten.

Hinweise allgemein

- Absehbare Hitzetage und mögliche Massnahmen im Kollegium besprechen
- Gefährdeten Schülerinnen und Schülern besondere Aufmerksamkeit schenken
- Schulzimmer frühmorgens lüften, Fenster danach schliessen und Storen herunterlassen
- Genügend Flüssigkeiten bereitstellen (Wasser, Tee, elektrolythaltige Getränke wie mit Wasser verdünnter Apfelsaft oder Sportgetränke)
- Schattenplätze auf dem Pausenplatz einrichten (bspw. Sonnensegel, Sonnenschirme, Pavillons, etc.)

Hinweise für den Unterricht

- Unterricht in kühlere Räume (z.B. Kellergeschoss) oder wenn möglich nach draussen verlegen
- Wärmequellen abschalten (elektrische Geräte, z.B. PCs und Beamer etc.)
- Keine langen Konzentrationsaufgaben
- auf unteren Stufen: Unterrichtszeiten anpassen (kognitiv anstrengende Aufgaben, wie Prüfungen, auf kühlere Morgenstunden, Sportunterricht auf den Vormittag legen, Sportveranstaltungen evtl. absagen)
- Prüfungen an Hitzetagen nach Möglichkeit vermeiden (Ausnahme Aufnahme- oder Abschlussprüfungen)
- Leistungseinheiten rhythmisieren und Pausen einplanen

Hitzebedingte Symptome

Hitzebedingte Symptome, welche bei erwachsenen Mitarbeitern im schulischen Umfeld oder bei Schulkindern auftreten können, sind beispielsweise:

- Schwäche und Müdigkeit
- Verwirrtheit, Schwindel, Bewusstseinsstörungen
- Kopfschmerzen
- Muskelkrämpfe
- Trockener Mund
- Übelkeit, Erbrechen, Durchfall
- Hohe Körpertemperatur
- Starkes Schwitzen
- Erhöhter Puls

Falls Sie oder jemand anderer die obengenannten Symptome erleben, handeln Sie wie folgt:

- Einen kühlen oder schattigen Ort aufsuchen
- Sich hinlegen
- Den Körper mit feuchten Tüchern kühlen
- Frisches Wasser trinken
- Ein elektrolythaltiges Getränk zu sich nehmen (dies sind Getränke, die Natrium, Kalium, Magnesium und Glucose enthalten (wie mit Wasser verdünnter Apfelsaft oder Sportgetränke).

Bei medizinischen Fragen wenden sich die Schulen an ihren zuständigen Schularzt oder Schulärztin.

Weitere Informationen



Schulärztlicher Dienst Kanton Zürich Häufige Gesundheitsthemen | Kanton Zürich



Kantonsärztlicher Dienst Kanton Zürich Empfehlungen bei Hitze | Kanton Zürich



Hitze | Schweizerische Eidgenossenschaft