**Maatregelenpakket binnen werken bij warm weer**

In onderstaand overzicht wordt per temperatuurgebied (warmteklasse) een set aan maatregelen beschreven en in kleur weergegeven. Bij oplopende temperaturen gelden bovenop de maatregen voor een lager temperatuurgebied aanvullende maatregelen. Vanwege de leesbaarheid zijn bij het hogere temperatuurgebied de maatregelen uit het lagere temperatuurgebied herhaald.

Bij hogere luchtvochtigheid (klam weer) geldt het pakket maatregelen uit een hogere klasse.

Maatregelen binnen werken bij warm weer

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **25 – 30 graden Celsius:** | **30 – 35 graden Celsius** | **> 35 graden Celsius (tropisch)** |
| 1) Zonwering laten zakken voordat de zon op het raam gaat staan.  | 1) Zonwering laten zakken voordat de zon op het raam gaat staan.  | 1) Zonwering laten zakken voordat de zon op het raam gaat staan.  |
| 2) Als het binnen koeler is dan buiten, dan de ramen gesloten houden.  | 2) Als het binnen koeler is dan buiten, dan de ramen gesloten houden.  | 2) Als het binnen koeler is dan buiten, dan de ramen gesloten houden.  |
| 3) Als binnen een airco of een mechanisch ventilatiesysteem (incl. koeling) aanwezig is, dan altijd de ramen (en deuren) gesloten houden.  | 3) Als binnen een airco of een mechanisch ventilatiesysteem (incl. koeling) aanwezig is, dan altijd de ramen (en deuren) gesloten houden.  | 3) Als binnen een airco of een mechanisch ventilatiesysteem (incl. koeling) aanwezig is, dan altijd de ramen (en deuren) gesloten houden.  |
| 4) Warmteproducerende apparatuur (PC’s en monitoren) zoveel mogelijk uitzetten wanneer deze enige tijd niet worden gebruikt.  | 4) Warmteproducerende apparatuur (PC’s en monitoren) zoveel mogelijk uitzetten wanneer deze enige tijd niet worden gebruikt.  | 4) Warmteproducerende apparatuur (PC’s en monitoren) zoveel mogelijk uitzetten wanneer deze enige tijd niet worden gebruikt.  |
| 5) Meer drinken.  | 5) Meer drinken.  | 5) Meer drinken.  |
| 6) Lichtere kleding dragen.  | 6) Lichtere kleding dragen.  | 6) Lichtere kleding dragen.  |
|  | 7) Zwaar fysiek werk vermijden en uitstellen tot koelere periodes.  | 7) Zwaar fysiek werk vermijden en uitstellen tot koelere periodes.  |
|  | 8) Eventueel extra ventilatoren plaatsen.  | 8) Eventueel extra ventilatoren plaatsen. Deze ventilatoren alléén gebruiken als de omgevingslucht lager is dan de lichaamstemperatuur.  |
|  | 9) Meer drinken. Het verstrekken van ijsjes is een aardig gebaar, maar versterkt de dorst door het zoutgehalte in het ijs.  | 9) Meer drinken. Het verstrekken van ijsjes is een aardig gebaar, maar versterkt de dorst door het zoutgehalte in het ijs.  |
|  | 10) Aangepast rooster (‘tropenrooster’)\* eventueel tijdelijk korter werken.  | 10) Aangepast rooster (‘tropenrooster’)\* eventueel tijdelijk korter werken.  |
|  | 11) Pauzeren in koelere ruimtes.  | 11) Pauzeren in koelere ruimtes.  |
|  |  | 12) Platte daken nathouden (alleen als er niet plaatselijk een drinkwater tekort is).  |
|  |  | 13) Wanneer de temperaturen zeer hoog oplopen heeft het gebruik van ventilatoren geen verkoelend effect meer, maar doet geforceerde ventilatie de temperatuur van het lichaam nog verder oplopen.  |
|  |  | 14) Eventueel tijdelijk mobiele airco´s plaatsen.  |