SERVIZIO SANITARIO REGIONALE
EMILIA-ROMAGNA

COSTRUIAMO SALUTE
IL PIANO DELLA PREVENZIONE DELLA REGIONE EMILIA-ROMAGNA

PREVENȚI INSOLAȚIA!

Urmați aceste indicații când lucrați în aer liber

Folosiți o pălărie cu boruri largi, pe cât posibil **nu lucrați cu capul descoperit**

Purtați îmbrăcăminte lejeră și respirabilă, de culoare deschisă, **nu lucrați cu bustul gol**

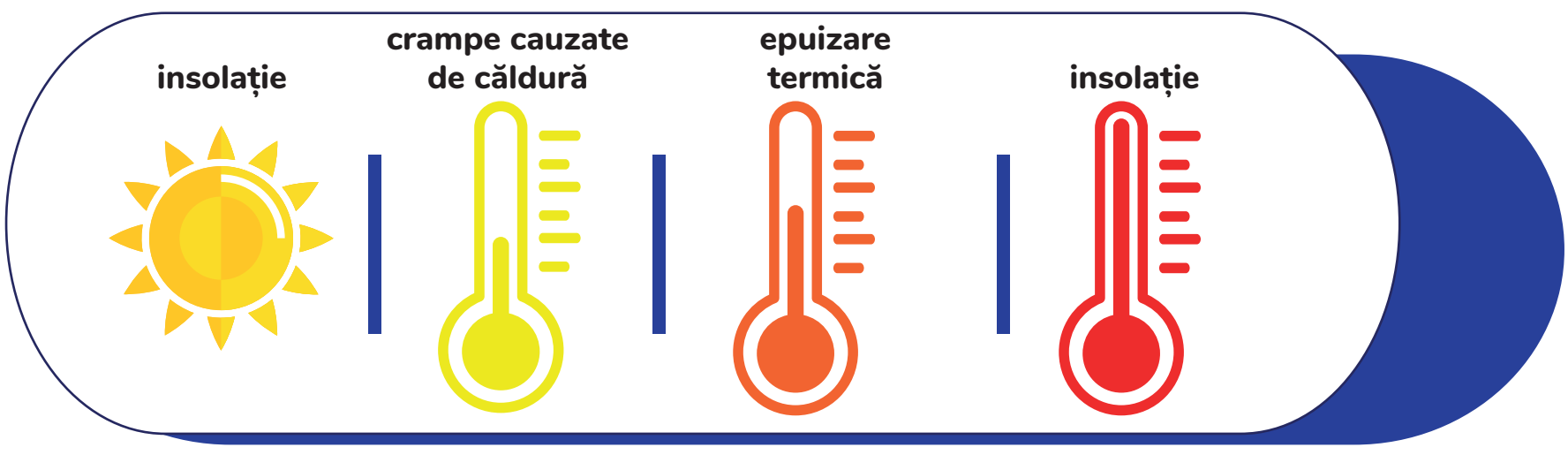
Odihniți-vă în zone umbrite și răcoroase **măriți pauzele, în caz de oboseală**

Răcoriți-vă din când în când udându-vă cu apă

Pe cât posibil, evitați **să rămâneți singuri**

În caz că vă simțiți rău, întrerupeți lucrul, anunțați-vă colegii și duceți-vă într-un loc răcoros

Cereți informații pentru a învăța să recunoașteți simptomele cauzate de expunerea la căldură



Publicat de către Comitetul de Coordonare în baza art. 7 din Decretul Legislativ 81/08

Pentru mai multe informații

WWW.COSTRUIAMOSALUTE.IT