

## LANA ETA TENPERATURA BAXUAK. ENPRESAK HARTU BEHARREKO NEURRIAK.



**Ziurtatzea** betetzen direla tenperatura baxuen ondoriozko arriskuak (hotzogatiko estres termikoa) kontrolatzeko planifikatu diren prebentzio neurriak.



Lana **antolatzea**:

- ✓ Aire zabaleko jarduerak planifikatzea, iragarpen meteorologikoak kontuan hartuta.
- ✓ Eguneroko zereginak antolatzea, giro hotzean egin beharreko lan arinaren denbora mugatuz.
- ✓ Ahal dela, egun horietarako ez programatzea bakarka edo isolatuta egin beharreko lanik.



Hotzetik babesteko neurriak **hartzea**:

- ✓ Ingurumen baldintzak eta egin beharreko lana kontuan hartuz, isolamendu hoberena ematen duten arropak eta oinetakoak ematea langileei; adibidez, haize-babesak, txanoak, eskularruak eta abar.
- ✓ Haizearen aurkako pantailak eta bestelako gailuak edukitzea, aire zabalean egin beharreko lanetarako.
- ✓ Instalazio klimatizatuak eskaintzea; horietan berotzeko geldialdiak egin daitezela sustatzea eta arropa hezea edo bustia aldatzen uztea.
- ✓ Erraztea edari beroak har daitezela, bero-energiaren galerak berreskuratzen laguntzeko.



Langileei **prestakuntza eta informazioa** ematea hotzogatiko estresaren gainean:

- ✓ Osasunerako dituen ondorioak, lehen sintomak atzematea, eta berriazko prebentzio neurriak.



**Osasunaren zaintza espezifiko**a bermatzea, hotzak eragindako estres termikoaren arriskuari dagokionez, eta arreta berezia ematea langile kalteberei.

**Aurrea hartzea**:

- ✓ **Jarduketa protokolo** bat prestatzea, hotzogatiko estres termikoari aurre egiteko.
- ✓ Langileak trebatzea protokoloa betetzen, jakin dezaten nahitaezkoa izan daitekeela:



- ✓ Lana **GELDIARAZTEA** langile batek dardarak baditu, eskuak baldarturik, larruazala hozmintzen edo sorgortzen bazaio, eta nekatuta badago edo nahastuta.

- ✓ Giro hotzetik aldendu eta egoeraren berri ematea lankide bati edo nagusi bati..



- ✓ **112ra deitzea** sintomek bere horretan badiraute.