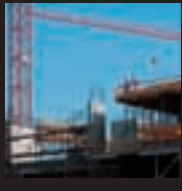


Lavorare sui cantieri quando fa molto caldo



Italiano - IUCSL-Info appare anche in tedesco, francese, spagnolo, portoghese e serbo-croato.

SBV Schweizerischer Baumeisterverband
SSE Société Suisse des Entrepreneurs
SSIC Società Svizzera degli Impresari-Costruttori
Societad Svizra dals Impresaris-Constructurs



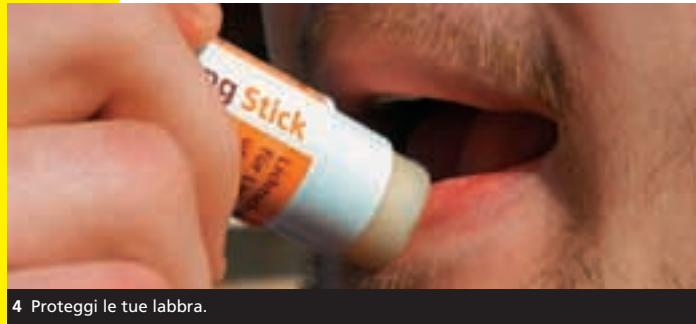
1 Anticipare l'inizio dei lavori.



2 Svolgi i lavori più pesanti alla mattina.



3 Utilizza una crema solare.



4 Proteggi le tue labbra.



5 Proteggi i tuoi occhi.



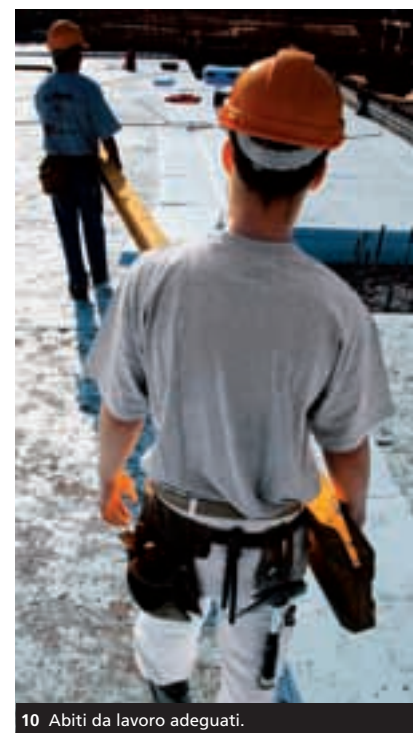
6 Il casco: il mio cappello.



7 Mai senza.



8 Bevi a sufficienza, ma solo bibite senz'alcool.



10 Abiti da lavoro adeguati.



9 Se possibile, fai le tue pause all'ombra.

Informazione

UCSL Ufficio di consulenza per la sicurezza sul lavoro della SSIC

Svizzera italiana

Ufficio di consulenza per la sicurezza sul lavoro della SSIC
Viale Portone 4
6501 Bellinzona
Tel. 091 825 5423
Fax 091 825 7538
E-mail ucsl@ssic-ti.ch
Internet www.b-f-a.ch

Svizzera tedesca

Beratungsstelle für Arbeitssicherheit des SBV
Weinbergstrasse 49
8035 Zürich
Tel. 01 258 82 31
01 258 83 04
Fax 01 258 83 21
E-Mail bfa@baumeister.ch
Internet www.b-f-a.ch

Svizzera romanda

Bureau pour la sécurité au travail de la SSE
Case postale 21
1000 Lausanne 22
Tél. 021 646 1829
Fax 021 646 42 14
E-mail info@sse-srl.ch
Internet www.b-f-a.ch

Servizi

La Società svizzera impresari costruttori (SSIC) gestisce un Ufficio di consulenza per la sicurezza sul lavoro (UCSL) con sede a Zurigo e filiali a Losanna e Bellinzona. Le attività dell'UCSL sono regolate da un contratto di collaborazione stipulato tra la SSIC e la Suva. I servizi dell'UCSL sono concentrati principalmente su tre settori: **consulenza, formazione e pubblicazioni.**

I servizi sono a disposizione di tutte le imprese del Settore principale della costruzione e sono di regola gratuiti.

Pubblicazioni sul tema

«Calore e sole» (Suva). Consultabile su internet all'indirizzo: www.suva.ch/it/hitze_und_ozon

Consigli pratici

- 1 Il carico di ozono è più elevato tra le 16.00 e le 18.00. È quindi raccomandabile, per quanto possibile, anticipare l'inizio dei lavori al mattino, così da poter terminare prima la giornata lavorativa.
- 2 Svolgi i lavori più pesanti, per quanto possibile, al mattino.
- 3 Spalma, almeno al mattino, una crema solare su viso, gambe e braccia. Così proteggerai la tua pelle dai raggi solari.
- 4 Proteggi le tue labbra con un'apposita crema. Così eviterai labbra secche o screpolate. L'utilizzo di una crema per le labbra è da raccomandare anche con il freddo.
- 5 Gli occhiali di protezione con lenti colorate hanno una duplice funzione: impediscono l'entrata di schegge negli occhi e riducono l'abbagliamento solare.
- 6 Indossa il casco anche in estate, proteggerà la tua testa anche dai colpi ... di sole. Valutare con il fornitore che il casco: offra un elevato confort, sia leggero e che permetta una buona circolazione dell'aria tra il casco e la testa.
- 7 Indossa sempre una maglietta, una T-Shirt o una canottiera. Scegli dei tessuti con un alto fattore di protezione solare.
- 8 In presenza di alte temperature il tuo corpo necessita di assorbire diversi litri di liquido al giorno. Evita in qualsiasi caso le bevande alcoliche. Mangia giornalmente frutta e verdura.
- 9 Fai le tue pause, quando possibile, all'ombra. Rinfresca gambe e braccia con un po' d'acqua.
- 10 Gli abiti da lavoro devono essere leggeri e comodi. Nello stesso tempo devono proteggere dal sole e dai ferimenti.