

БЕЗБЕДАН И ЗДРАВ РАД

НА ОТВОРЕНОМ ПРИ ВИСОКИМ ТЕМПЕРАТУРАМА



ПРАВИТЕ ЧЕСТЕ ПАУЗЕ
у хладовини или расхлађеним просторијама.



ЗАШТИТИТЕ ГЛАВУ
Носите капу или мараму и наочаре за сунце.



ПИЈТЕ ДОСТА ТЕЧНОСТИ
Унесите најмање два литра воде на дан.
Избегавајте алкохол, кофеин и газирана пића.



ЗАШТИТИТЕ СЕ ОД УВ ЗРАЧЕЊА

Користите крем за сунце заштитног фактора од 30 до 50.



ИЗБЕГАВАЈТЕ РАД НА ДИРЕКТНОМ СУНЦУ

и физички напоран рад у периоду од 11 до 16 часова када је зрачење најјаче.



ПОКРИЈТЕ ТЕЛО

Носите лагану, светлу и комфорну одећу од природних материјала.



СОЦИЈАЛНО ЕКОНОМСКИ САВЕТ
РЕПУБЛИКЕ СРБИЈЕ

2019
ГОДИНА БЕЗБЕДНОСТИ И ЗДРАВЉА НА РАДУ
„БЕЗБЕДАН РАД—ЗДРАВА БУДУЊНОСТ“