

PROTEGEIX LA TEVA PELL DEL SOL



CONSELLS DE PREVENCIÓ DURANT L'ESTIU

UGT.cat

Estem immersos en un procés ja no de canvi climàtic, sinó de veritable emergència climàtica. Els impactes derivats de l'augment de la temperatura i les consegüents onades de calor, **posen en risc la salut de treballadors i treballadores.**

En l'àmbit laboral, afecta principalment les persones que desenvolupen la seva jornada a la intempèrie (jardineria, neteja, construcció, etc.) i les que duen a terme la feina en llocs tancats sotmesos a altes temperatures.



Si treballes a l'aire lliure, et donem uns consells per protegir-te del sol i la radiació UV!



1

COBREIX-TE

**Amb roba
llarga i ampla
per protegir
la pell del sol.**



2

PROTEGEIX-TE

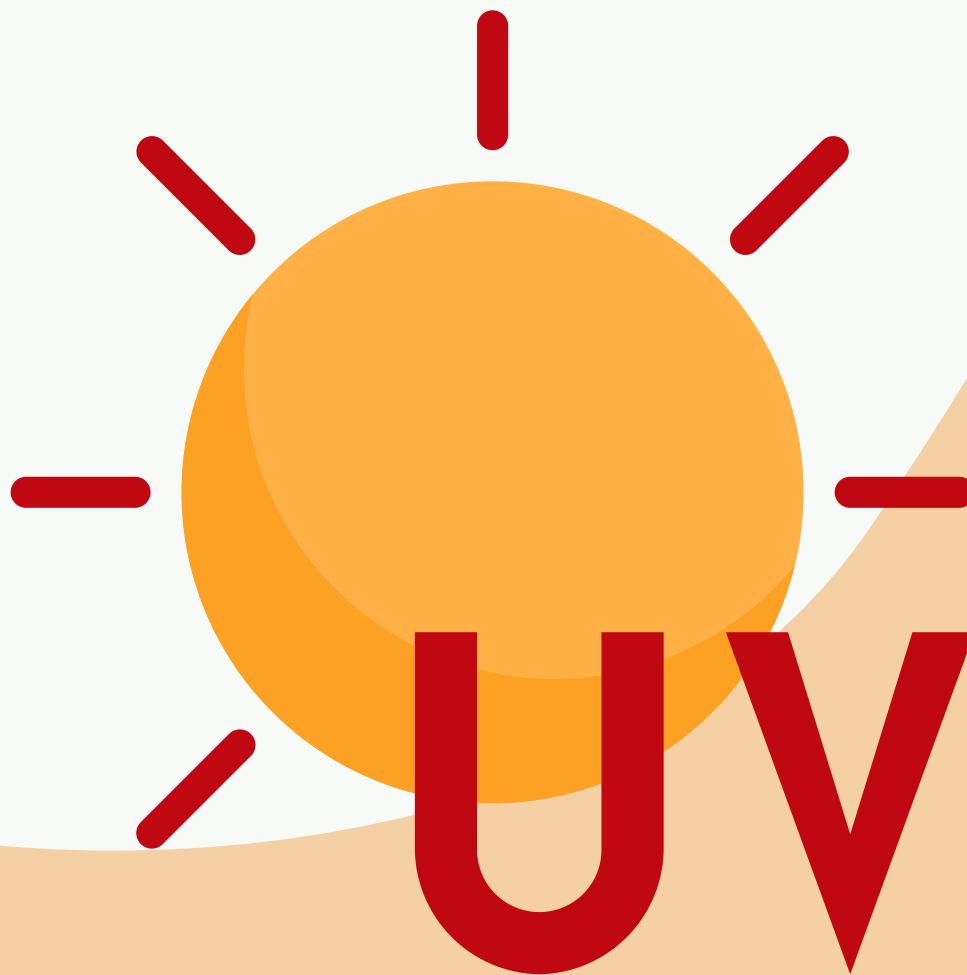
**El cap, la cara
les orelles i el coll,
amb un barret
d'ala ampla circular
o lateral.**



CONSULTA

3.

la radiació UV.



4.

FES ÚS DE

**protecció solar
SPF 30 o més.**



5.

BUSCA L'OMBRA

**No et quedis al sol
sempre que sigui possible,
durant els períodes amb
més radiacions UV**

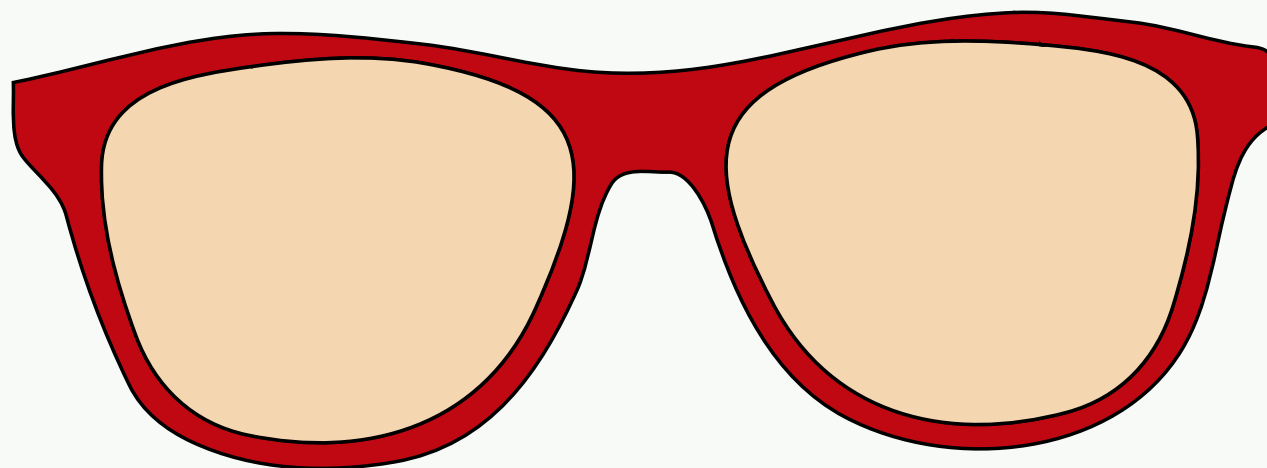
(10 am - 3 pm)



6.

UTILITZA

**ulleres de sol
amb protecció UV.**



7.

HIDRATA'T

**No esperis
a tenir sed,
beu aigua.**



**Si necessites més informació
sobre les condicions
ambientals a la feina i la
prevenció de riscos laborals,
escriu-nos a**

otpri@catalunya.ugt.org

UGT.cat



Generalitat de Catalunya
Departament d'Empresa i Treball

a la feina cap risc

