

**Προστασία
από τη θερμική
καταπόνηση**

**Συχνή
κατανάλωση
δροσερού
νερού**



ΕΛΙΝΥΑΕ

ΕΛΛΗΝΙΚΟ ΙΝΣΤΙΤΟΥΤΟ ΥΓΕΙΑΣ ΚΑΙ ΑΣΦΑΛΕΙΑΣ ΣΤΗΝ ΕΡΓΑΣΙΑ

1

**Προστασία
από τη θερμική
καταπόνηση**

**Προσαρμογή
των εργασιών
εκτός των
θερμοκρασιακών
αιχμών**



ΕΛΙΝΥΑΕ

ΕΛΛΗΝΙΚΟ ΙΝΣΤΙΤΟΥΤΟ ΥΓΕΙΑΣ ΚΑΙ ΑΣΦΑΛΕΙΑΣ ΣΤΗΝ ΕΡΓΑΣΙΑ

2

**Προστασία
από τη θερμική
καταπόνηση**

**Ελαφρύς και
ανοιχτόχρωμος
ρουχισμός**



ΕΛΙΝΥΔΕ

ΕΛΛΗΝΙΚΟ ΙΝΣΤΙΤΟΥΤΟ ΥΓΕΙΑΣ ΚΑΙ ΑΣΦΑΛΕΙΑΣ ΣΤΗΝ ΕΡΓΑΣΙΑ

3

Προστασία από τη θερμική καταπόνηση

Συχνά
διαλείμματα σε
κλιματιζόμενο ή
σκιερό χώρο



ΕΛΙΝΥΔΕ

ΕΛΛΗΝΙΚΟ ΙΝΣΤΙΤΟΥΤΟ ΥΓΕΙΑΣ ΚΑΙ ΑΣΦΑΛΕΙΑΣ ΣΤΗΝ ΕΡΓΑΣΙΑ

4

Προστασία από τη θερμική καταπόνηση

**Άμεση
ενημέρωση όταν
ο εργαζόμενος
αισθάνεται
άσχημα**



ΕΛΙΝΥΑΕ

ΕΛΛΗΝΙΚΟ ΙΝΣΤΙΤΟΥΤΟ ΥΓΕΙΑΣ ΚΑΙ ΑΣΦΑΛΕΙΑΣ ΣΤΗΝ ΕΡΓΑΣΙΑ

5

Προστασία από τη θερμική καταπόνηση

Όλες οι εργασίες
να γίνονται με
την παρουσία
τουλάχιστον δύο
ατόμων



ΕΛΙΝΥΔΕ

ΕΛΛΗΝΙΚΟ ΙΝΣΤΙΤΟΥΤΟ ΥΓΕΙΑΣ ΚΑΙ ΑΣΦΑΛΕΙΑΣ ΣΤΗΝ ΕΡΓΑΣΙΑ

6