

Valida per i lavoratori del:
SETTORE EDILE
PER I CANTIERI ALL'APERTO
E NELLE CAVE

ONDATE DI CALORE



DIVIETO DI LAVORO

È vietato lo svolgimento delle attività lavorative in condizione di esposizione prolungata al sole



RISCHIO ALTO

Verifica le giornate in cui il sito
WORKCLIMATE
segnala RISCHIO ALTO



ORARIO

Dalle 12.30 alle 16.00



PERIODO

Dal 10 Giugno al 23
Settembre 2026



COSA DEVONO FARE LE IMPRESE

- Garantire acqua fresca
- Organizzare pause in aree ombreggiate
- Rimodulare gli orari di lavoro
- Fornire abbigliamento adeguato
- Valutare il rischio da calore
- Informare e formare i lavoratori

COLPI DI CALORE

Come prevenirli e cosa fare



BEVI SPESSO

Bevi poco, ma spesso anche se non hai sete: almeno 2 litri acqua al giorno



EVITA IL SOLE

Non esporti al sole nelle ore centrali (dalle 11 alle 16).



VESTITI LEGGERO

Indossa abiti chiari, leggeri e traspiranti.



AMBIENTI FRESCI

Fai delle pause in zone fresche ed ombreggiate e rinfrescati bagnandoti con acqua



ALIMENTAZIONE

Preferisci pasti leggeri, frutta e verdura ricche di acqua.



SINTOMI

Mal di testa, nausea, vertigini: spostati al fresco, bagnati con acqua e chiama il 112.



NO ALCOL

Non bere bevande alcoliche: aumentano la disidratazione.



NON LAVORARE DA SOLO

Lavora sempre in coppia per poterti aiutare in caso di malore.

PROTEGGI TE STESSO E CHI TI STA ACCANTO!