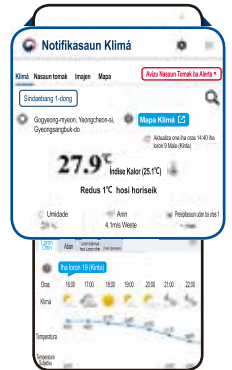


Bee Resguarda Deskansa

Implementasaun Matadalan kona-ba Regras Baziku 3 ba Prevensaun Inzolasau hosi Onda Kalor

✓ Ba Avizu Onda Kalor, Administrasaun Meteorolójika Koreaia (AMK), emite ona alerta/avizu onda kalor mak depende ba temperatura aparente altu liu loro-loron nian.

- Indika ona nu'udar "Aparente (00°C)" iha parte temperatura-nia sorin iha pajina ekran primeiru nian hosi "Sitiu KMA (kma.go.kr/eng/index.jsp) no Aplikasaun Notifikasaun Meteorolójika" hosi AMK
- * Temperatura Aparente ("sente hanesan") (ka Índise Kalor): Signifika ba temperatura mak kuantitavamente espresa kona-ba sensasaun humanu iha ne'ebé temperatura ohin nian sente menus liu hosi umidade limitasaun kraik nian ka aas liu hosi umidade limitasaun altu nian aumenta ho impaktu hosi umidade no anin.



Alerta ba Onda Kalor

- Kuandu espera ona ba **temperatura aparente loro-loron nian mak altu liu iha 33°C ka aas liu tan** atu mantein **ba loron 2 days ka liu tan**;
- Kuandu estraga todan estima ona sei mosu tanba inkresimentu temperatura aparente mak lalais liu ka onda kalor ne'ebé prolongadu;

Avizu ba Onda Kalor

- Kuandu espera ona ba **it is expected for temperatura aparente altu liu loroloron nian to'o 35°C ka liu tan** atu mantein **ba loron ka liutan**;
- Kuandu estraga todan estima ona sei mosu iha kualker rejiaun tanba inkresimentu temperatura subjektivu mak lalais liu ka onda kalor ne'ebé prolongadu;

✓ Bee Resguarda Deskansa sira nu'udar regras baziku atu prevene hosi inzolasaun.

Bee



- ✓ Bee malirin no mós tenke fornese. / Mantein ba hemu bee ho regularmente.

Resguarda



- ✓ Área desguarda (área deskansa) besik lokasaun traballu nian tenke fornese.

- Dossel desguarda nian ka toldu desguarda nian tenke uza materiál mak bele blokuea luz solar direta no lokasaun traballu tenke iha ventilasaun ho ár malirin.
- Instalasaun presija koloka iha kolasaun seguru hosi risiko barulhu, sasaan monu ka trafiku veikulu nian.
- Área deskansa nian tenke suficiente akomoda traballadór sira mak ba buka deskansa ne'ebé fornese propriadu, hanesan kadeira sira, esteira sira no fatin bee hemu nian, fornese ona.

Dekansa



- ✓ Depois de emisaun avizu onda kalor nian, ba deskansa iha tempu minutu 10-15 kada oras ida.

- Depois de emisaun alerta ba onda kalor, ba deskansa iha tempu minutu 10 kada oras ida.

- ✓ Evita traballu iha liur durante oras ho temperatura altu nian (14:00-17:00) ho halo ajustamentu ba oras traballu.

- Redus karga traballu, redus Ita-nia ritmu traballu, no konsentra ba servisu mak ladun ezijente.

- ✓ Foti medidas kedas kuandu traballadór ida husu ba suspensaun hosi operasaun tanba preokupasaun iminente ba moras mak relaciona ho onda kalor.

▲ Ba deskansa laos signifika ba deskansa no hapara operasaun.

▲ Ita mós bele gasta tempu produtivu ho tuir programa treinamentu internu kona-ba seguransa no saúde ka envolve iha servisu ladun todan.

◆ Durante Avizu Onda Kalor, foti medidas ba fatin traballu internu ne'ebé la iha diferensa temperatura entre internu no iha liur tanba temperatura iha liur ka iha ne'ebé temperatura internu nian altu liu duke temperatura iha liur.

(Ezemplu) Sitiu traballu iha ne'ebé difisil atu realiza ár kondisionadu iha salaun hotu tanba salaun sira-nia karakteriztika, inklui fatin sira mak aloka iha fasilidade temporariu nia laran, p.e. armajen tenda, ka fatin sira ho área rai-simentu mak luan

- Instala dispositivu malirin nian* iha fatin traballu-nia laran atu mantein temperatura sala nian iha nivel adekua.

* Dispositivu malirin prinsipal: dispositivu sirkulasaun ar nian (ventilador), ventilador, ventilador ar malirin, ar kondisionadu móvel, nst.

- Sé dispositivu malirin nian la bele instala, tenta ba ventila espasu traballu nian no prevene akumulasaun ar manas ho loka janela sira ka odamatan sira regularmente, no garantia ba distribui no uza ekipamentu rezerva malirin, p.e. kolete malirin no bolsa malirin, sé possível.

- Kuandu temperatura sala laran sai ho fasil maske iha ventilasaun no instalasaun dispositivu refrijersaun nian, identifika ninia kauza no dezenvolve medidas adisaun*.

* Instalasaun adisaun dispositivu malirin nian no hadia metodu ventilasaun iha fatin traballu □ Sé inevitável, ajusta kuantidade traballu nian, no permite oras deskansa. Ba traballu la urjente nian, muda oráriu traballu nian.

※ Duke hosi medidas mak foti ona hanesan deklarara ona iha leten ne'e, kuandu konsidera ba aplika medidas adisaun hodi prevene problema saúde hosi onda kalor, favor refere ba medidas responsivu sira bazeia ba nivel onda kalor ba traballu iha liur.

✓ Favor foti asaun nesesariu akordu ba medidas responsivu bazeia ba kada nivel hosi onda kalor nian.

※ Ba nivel onda kalor bazeia iha rejiaun sira, favor refere ba 「Weather (kma.go.kr/eng/index.jsp) hosi AMK.」

Atensaun
Temperatura
Aparente iha ka 31°C
altu liu tan

- ✓ Verifika kondisaun klimá liuhosi Sitiu AMK nian hosi NURI Klimá (ka Aplikasaun Notifikasaun Klimá nian), no fornese informasaun onda kalor ba traballadór sira.
- ✓ Prepara bee malirin no mós n mós desguarda (area deskansa) ba traballadór sira atu deskansa.
- ✓ Verifika no klasifika grupo susetível ba moras mak relasiona ho kalor, p.e. inzolasaun, no grupo ho traballu mak ezije fiziku traballu uluk.

- Sa'ida grupo susetível ba moras mak relasiona ho kalor ne'e?
▲ Pasiante sira ho obesidade, tensaun raan altu/baixa, nst. ▲ Ema sira ho historia moras mak relasiona ho kalor
▲ Ema sira ho tinan boot nian ▲ Ema sira mak foin koloka ba servisu ne'ebé espustu ho onda kalor.
- Sa'ida ne'e traballu ho intensidade altu? Ida ne'e signifika katak traballu mak ezije intensidade fiziku luan tan no fasil kona espustu ba estress kalor.
(Ezemplu) Kna'ar mak uza pá/martelu/serra/pikareta/masadu, kna'ar mak presija traballu fiziku ho isin tomak, hanesan traballu kremalheira/barru asu/ konkretajem, ka kna'ar traballu mak repete hiit, sobu ka jere sasaan todan sira iha lokasaun konstrusaun

Atensaun
Temperatura
Aparente iha ka 33°C
aas liu tan

Ka Alerta ba Onda Kalor

- ✓ Prepara bee malirin no mós, desguarda hotu (area deskansa nian) ba traballadór sira atu deskansa.
- ✓ Ba deskansa iha fatin desguarda (area deskansa) iha tempu minutu 10 kada oras.
- Organiza oras deskansa nian ba grupo susetível ho moras mak relasiona ho kalor no traballadór sira mak envolve iha traballu ho intensidade altu.
- ✓ Redus traballu iha liur nian ka ajusta oras traballu nian durante oras ho temperatura altu (14:00-17:00)
- ✓ Uza ekipamentu reserva malirin nian, p.e. kolete malirin no bolsa malirin, sé posivel, durante traballu iha liur.



Alerta
Temperatura
Aparente iha ka 35°C
aas liu tan

Ka Avizu ba Onda Kalor

- ✓ Prepara bee malirin no mós, desguarda hotu (area deskansa nian) ba traballadór sira atu deskansa.
- ✓ Ba deskansa iha fatin desguarda (area deskansa) iha tempu minutu 15 kada oras.
- Organiza oras deskansa nian ba grupo susetível ho moras mak relasiona ho kalor no traballadór sira mak envolve iha traballu ho intensidade altu.
- ✓ Suspende traballu iha liur nian ka ajusta oras traballu nian durante oras ho temperatura altu (14:00-17:00) só inevitável.
- Fó oras deskansa suficiente ba traballu iha liur mak inevitável.
- ✓ Uza ekipamentu reserva malirin nian, p.e. kolete malirin no bolsa malirin, sé posivel, durante traballu iha liur.
- ✓ Limita traballu iha liur ba grupo susetível ba moras mak relasiona ho kalor, p.e. inzolasaun.



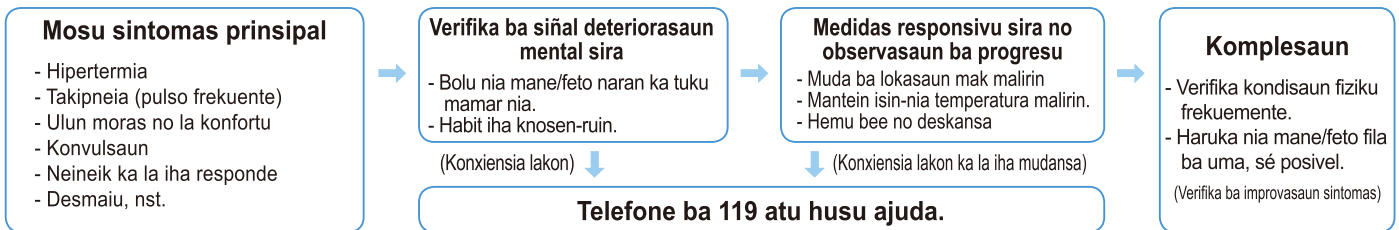
Sériu
Temperatura
Aparente iha ka 38°C
aas liu tan

- ✓ Prepara bee malirin no mós, desguarda hotu (area deskansa nian) ba traballadór sira atu deskansa.
- ✓ Ba deskansa iha fatin desguarda (area deskansa) iha tempu minutu 15 ka liutan kada oras.
- Organiza oras deskansa adisaun ba grupo susetível ho moras mak relasiona ho kalor no traballadór sira mak envolve iha traballu ho intensidade altu.
- ✓ Suspende traballu iha liur nian ka ajusta oras traballu nian durante oras ho temperatura altu (14:00-17:00) eksepsaun ba medidas emerjênsia mak neessáriu ba jerensiamentu dezastre no seguransa.
- Fó oras deskansa suficiente kuandu traballu emerjênsia realiza ona.
- ✓ Uza ekipamentu reserva malirin nian, p.e. kolete malirin no bolsa malirin, sé posivel, durante traballu iha liur.
- ✓ Limita traballu iha liur ba grupo susetível ba moras mak relasiona ho kalor, p.e. inzolasaun.

✓ Responde ba Situasaun Emerjênsia (Depois de mosu sintomas prinsipal)

Ezpozisaun estensivu ba **onda calor** bele kauza ba **moras mak relasiona ho kalor, hanesan inzolasaun no kole demais tanba calor**, no ida ne'e mós bele kauza ba **fatalidade la ho medidas prevensaun kedas**.

※ Grupo mak susetível ba moras mak relasiona ho kalor no traballadór sira envolve iha traballu ho intensidade altu, presija ba verifika sira-nia kondisaun saúde molok no depois de envolve ona iha sira-nia knaar.



Kuidadu ba Asidente Seguransa durante Onda Kalor!!

- Asegura ba uza ekipamentu protesaun individual, p.e. Kapaseti no sintu seguransa nian, dook hosi ignorânsia.
- Kuidadu hasoru asidente seguransa, inklui monu no monu-tuun tanba deteriorasaun ba konsentrasaun.

