



התנהגות בתנאי קור בעבודה סטטית

כרטיס מידע לשומרים, מאבטחים בכניסה או במשרדים, ולעובדים בעבודה סטטית

מידע "חס" על קור:



1. קור פוגע בכושר הפיזי, ביכולת הריכוז ובעירנות.

2. הקור פוגע ביכולת החיסונית וגורם להצטננות ולמחלות ריאה.

3. קור מתמשך בידיים וברגלים עלול לגרום לדלקת.

4. עישון מגביר את הרגישות לקור.

5. אלכוהול נותן תחושת התחממות אך גורם לגוף לאבד חום בקצב מוגבר.

6. רטיבות ורוח מגבירים את תחושת הקור.

7. אנשים רזים סובלים מהקור יותר מבעלי גוף מלא.



● ● אז איך מתמודדים עם הקורר הזה?

זכור: הבערת אש לחימום בשטח מוסדות חנוך - אסורה בהחלט!!!

1. היה מוכן לתנאי קור באמצעות ידע, ביגוד , בידוד וחימום .
2. השתמש במעיל רוח אטום לגשם , כפפות , כובע צמר ונעלים אטומות למים. הצטייד בזוג גרבים יבשים להחלפה.
3. דאג לתקינות הגג, ניקוז, חסימת רוח, סביבה יבשה, בידוד מהקרקע, תאורה, מערכת חימום...
4. שתה מידי פעם משקה חם ואכול חטיפים מתוקים , המסייעים לחימום הגוף.
5. פעילות גופנית מסייעת לחימום הגוף. יש לבצע תנועות והליכות ככל שניתן.
6. בהפעלת תנור חימום – יש להרחיקו מכל חומר דליק ולאפשר אוורור החדר.
7. זכור: אחרי כל חורף מגיע קיץ...

בברכת חורף נעים,
רותם זהבי
מנהל אגף בטיחות ארצי

