

गर्मी

आप इसे देख नहीं सकते।

आप इसे महसूस करते हैं।

निर्माण स्थल पर भी

श्रमिकों की सुरक्षा करना केवल एक कानूनी दायित्व नहीं है।

यह हम सभी का सामूहिक नैतिक कर्तव्य भी है।

लोम्बार्डी क्षेत्र का अध्यादेश
संख्या 484, दिनांक 9/06/2026

10 जून 2026 से
23 सितंबर 2026 तक

दोपहर 12:30 बजे से शाम 4:00 बजे तक
उन दिनों, जब Workclimate उच्च जोखिम
दर्शाता है

लोम्बार्डी क्षेत्र ने आदेश दिया है:
धूप में किए जाने वाले कार्य स्थगित किए जाएँ

श्रमिकों को गर्मी से संबंधित जोखिमों से बचाना

लोम्बार्डी क्षेत्र ने 9/6/2026 को अध्यादेश संख्या 484 जारी किया है, जिसके तहत दोपहर 12:30 बजे से शाम 4:00 बजे के बीच बाहरी निर्माण स्थलों और खदानों में लंबे समय तक धूप के संपर्क में रहकर किए जाने वाले कार्य प्रतिबंधित हैं। यह प्रतिबंध 10 जून 2026 से 23 सितंबर 2026 तक लागू रहेगा, लेकिन केवल उन दिनों, जब <http://www.workclimate.it/scelta-mappa/sole-attivita-fisica-alta> पर प्रकाशित जोखिम मानचित्र में दोपहर 12:00 बजे 'तीव्र शारीरिक गतिविधि' करने वाले 'धूप के संपर्क में आने वाले श्रमिकों' की श्रेणी के लिए जोखिम स्तर उच्च दर्शाया गया हो। प्रत्येक नगरपालिका के विशिष्ट जोखिम स्तर की जाँच <https://app.workclimate.it/ordinanza-caldo-lavoro> पर भी की जा सकती है।

ध्यान दें कि गर्मी से संबंधित जोखिम भी इतालवी विधायी डिक्री 81/2008 के अनुच्छेद 28 में उल्लिखित जोखिम मूल्यांकन के अंतर्गत आते हैं। इसके अनुसार नियोक्ताओं को जोखिम-निवारण और सुरक्षा उपायों की पहचान करके उन्हें अपना आवश्यक है। 'Workclimate 2.0' परियोजना के अंतर्गत INAIL ने ऐसे दिशानिर्देश प्रकाशित किए हैं, जिन्हें नियोक्ता स्वेच्छा से अपना सकते हैं। इन दिशानिर्देशों में धूप के संपर्क और सौर विकिरण, दोनों से संबंधित जोखिम शामिल हैं।

आप Conference of Regions द्वारा जारी दस्तावेज़ का भी संदर्भ ले सकते हैं, जिसमें श्रमिकों को गर्मी और सौर विकिरण से बचाने के लिए [दिशानिर्देश](#) स्वीकृत किए गए हैं।

अंत में, ध्यान दें कि उच्च तापमान के [लिएमानक वेतन अनुपूरण योजना](#) का लाभ लेने का विकल्प INPS की शर्तों के अनुसार, अब भी उपलब्ध है।

Workclimate पर जाँच करें:

गर्मी से बचाव में आपका साथी



उच्च जोखिम की
जाँच करें



अपनी नगरपालिका का
विशिष्ट जोखिम स्तर देखें



दिशानिर्देश

रोकथाम हम सभी की ज़िम्मेदारी है।

मिलकर हम दुर्घटनाओं को रोक सकते हैं।

जोखिम का स्तर

(तीव्र शारीरिक गतिविधि के दौरान धूप के संपर्क में आना)

कम

कोई प्रतिबंध नहीं

मध्यम

सावधानी और
निवारक उपाय

उच्च

काम रोकें
दोपहर 12:30 बजे से
शाम 4:00 बजे तक

ANCE | MILANO
LODI
MONZA E BRIANZA

FENEALUIL

FILCA | CISL
FEDERAZIONE ITALIANA LAVORATORI COSTRUZIONI E AFFINI

CGIL
FILLEA

ESEM | CPT
ENTE UNIFICATO FORMAZIONE E SICUREZZA

CASSA EDILE DI MILANO,
LODI, MONZA E BRIANZA
Ente federale costituito da Adempimenti Area
FENEALUIL, FILCA, CISL, FILLEA, CGIL

ASLE-RLST

con il patrocinio di

con il patrocinio di

in collaborazione con

con il patrocinio di

in collaborazione con

con il patrocinio di

con il patrocinio di

PATROCINIO

con il patrocinio di

con il patrocinio di



अपनी सुरक्षा करें। हर दिन।

गर्मी

आप इसे देख नहीं सकते। आप इसे महसूस करते हैं।

निर्माण स्थल पर भी

लक्षणों को पहचानें



चेतावनी

कुछ ही मिनटों में हीट स्ट्रोक हो सकता है



सिरदर्द



मांसपेशियों में ऐंठन



चक्कर आना



अचानक थकान



जी मिचलाना



भ्रम की स्थिति

उन्हें अनदेखा न करें

रुकें।
छाँव में जाएँ।
पानी पिएँ। मदद माँगें।



अपनी सुरक्षा करें। हर दिन

कर्मचारियों के लिए दिशानिर्देश



सुरक्षा हम सभी की
ज़िम्मेदारी है

कर्मचारियों के लिए दिशानिर्देश

- ✓ बार-बार पानी पिएँ, भले ही आपको प्यास न लगी हो। प्यास महसूस होने तक आपके शरीर में पहले ही पानी की कमी हो चुकी होती है!
- ✓ काम करते समय शर्ट पहनें
- ✓ काम से पहले और काम के दौरान भारी भोजन से बचें। मौसमी फलों और सब्जियों से भरपूर हल्का आहार चुनें
- ✓ बहुत अधिक मीठे पेय या एनर्जी ड्रिंक न पिएँ (इनसे रक्त शर्करा का स्तर बढ़ता है और हृदय गति तेज़ होती है)
- ✓ कॉफी सीमित मात्रा में पिएँ और शराब का सेवन न करें।
- ✓ दोनों से शरीर में पानी की कमी होती है! दोनों से शरीर में पानी की कमी होती है!
- ✓ यदि आपको कोई लक्षण महसूस हो, तो तुरंत काम बंद करें और अपने पर्यवेक्षक को सूचित करें
- ✓ अपने सिर को बार-बार गीला करें
- ✓ अपने शरीर के संकेतों पर ध्यान दें और अपनी सीमाओं को पहचानें अपने काम के लिए आवश्यक पोशाक को ध्यान में रखते हुए हल्के रंग के, हवादार कपड़े—जैसे सूती कपड़े—पहनें।

- ✓ अकेले काम करने से बचें। जोड़ी में काम करें, ताकि किसी श्रमिक की तबीयत खराब होने पर सहायता उपलब्ध हो
- ✓ कार्य गतिविधियों को पुनर्व्यवस्थित करें (जैसे शिफ्टों में बदलाव और बार-बार विश्राम)
- ✓ शिफ्टों की व्यवस्था इस तरह करें कि प्राथमिक उपचार और आपातकालीन सहायता कर्मी हर समय कार्यस्थल पर मौजूद रहें
- ✓ सुनिश्चित करें कि जोखिम मूल्यांकन दस्तावेज़ में निर्धारित सुरक्षात्मक उपाय कार्यस्थल पर वास्तव में लागू किए जाएँ
- ✓ हल्के और हवादार व्यक्तिगत सुरक्षा उपकरण (PPE) चुनें, जो गर्मी में उपयोग के लिए प्रमाणित और संबंधित कार्य के लिए उपयुक्त हों
- ✓ श्रमिकों को पर्याप्त सूर्य संरक्षण कारक (SPF) वाला सनस्क्रीन उपलब्ध कराएँ
- ✓ ताज़ा पेयजल, खनिज लवण और पूरक पदार्थ उपलब्ध कराएँ
- ✓ कंपनी के चिकित्सक द्वारा निर्धारित सभी प्रतिबंधों का पालन करें
- ✓ विश्राम के लिए कैनोपी, शामियानों या वातानुकूलित कंटेनरों की सहायता से छायादार क्षेत्र बनाएँ।

माइक्रोक्लाइमेट
सह. मार्गदर्शिका
ASLE-RLST द्वारा



बहुभाषी 'गर्मी' अवतार
ESEM-CPT द्वारा



अनुप्रासा संख्या 303/60, दिनांक 10/6/2026
Assimpredil Ance Milan, Lodi, Monza and Brianza द्वारा



ANCE
MILANO
LODI
MONZA E BRIANZA

FENEALUIL

FILCA CISL
FEDERAZIONE ITALIANA LAVORATORI COSTRUZIONI E AFFINI

CGIL
FILLEA

ESEM CPT
ENTE UNIFICATO FORMAZIONE E SICUREZZA

CASSA EDILE DI MILANO,
LODI, MONZA E BRIANZA
Ente Unificato costituito da Assimpredil Ance
FENEALUIL, FILCA, CISL, FILLEA, CGIL

ASLE-RLST