

## Scope

### Activiteiten in de zomer op de volgende locaties:

- Kantoor, thuis
- Terras, tuin
- Zembad
- Strand, bergen, bos\*



\*Afhankelijk van de plek vanwaar u naar reist, kunnen restricties bestaan.

## Risico's voor gezondheid en het milieu



### Werk omgeving:

Te veel tijd in de airco kan leiden tot onderkoeling of nog erger cryopreservatie van collega's of familieleden. Pas op dat u geen ruzie krijgt over de thermostaat!



### Psychische en fysieke belasting:

De perfecte vakantie-selfie kan stress of teleurstelling brengen. Wild poseren kan zelfs leiden tot dislocaties, vallen en andere ongelukken.



### Gevaarlijke stoffen:

Voorzichtig met een ijsverslaving. U kunt brandend maagzuur krijgen en in contact komen met biologische gevaren, d.w.z. wespen en bijen die verliefd aanvallen.

## Richtlijnen en veiligheidsmaatregelen



Draag geschikte PBM: zonnebril + slippers buiten het huis, handschoenen + sjaal op kantoor, in supermarkten en in bioscopen.



Als u acuut gevaar en het risico loopt door een bij of wesp te worden gestoken, Freeze! Of ren/zwem alsof je leven ervan afhangt!



Houd u aan veiligheidsregels voor de inhoud van bagage. Zonnebrandcrème kan explosies veroorzaken.



Vermijd een suiker kater door geen limonade en ijs te mengen op een lege maag.

## Gedrag bij aandoeningen



### Hittegolf? Geen fris drankjes bij de hand? Overvolle zwembad?

Haal diep adem, tel tot drie en onthoud hoeveel je de zomer zult missen als het voorbij is.

## Eerste Hulp

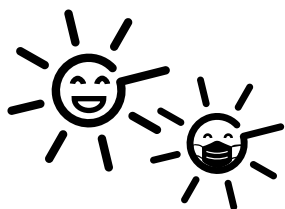


Behandel bijen- en wespensteken met een koud kompres. Soft IJs is zeer geschikt met een goed resultaat.



Als je te maken krijgt met een geval van onderkoeling door de airco dien direct kleine slokjes warme chocolademelk toe. Eet of drink GEEN ijs of limonade.

## Onderhoud, Verzorging en Afvoer



Zorg goed voor jezelf en voor anderen.  
Blijf koel tijdens de warme maanden en COVID19!



Summer 2021 / Sunny Light

Quentic de centrale softwareoplossing EHS en CSR-beheer.  
Veiligheidsinstructies binnen handbereik.  
Meer informatie: [www.quentic.nl](http://www.quentic.nl).