

De belangrijkste punten uit de film kort samengevat:

1. de gevoelstemperatuur is de temperatuur zoals je die aan den lijve ondervindt;
2. een winterpak in combinatie met thermokleding geeft een goede bescherming;
3. gebruik bij regen altijd een regenpak en zorg dat natte kleding snel gedroogd wordt;
4. een wollen winterband of een helmkap in combinatie met de bouwhelm geeft warmte én bescherming;
5. gebruik soepele, vochtbestendige, geïsoleerde handschoenen;
6. houd looppaden en bouwwegen goed begaanbaar;
7. dek bouwonderdelen, materieel en materiaal af als je sneeuw of vorst verwacht;
8. controleer bij extreme koude extra de beveiligingen en schakelaars;
9. dicht gevelopeningen af om tocht en koude tegen te gaan;
10. neem geen risico's; luister naar de signalen van je lichaam.