



Sarnacol® OM Board Adhesive Comp. A

Date de révision 10/07/2024

Date d'impression 10/12/2024

SECTION 1. IDENTIFICATION

Nom du produit	:	Sarnacol® OM Board Adhesive Comp. A
Autres moyens d'identification	:	Donnée non disponible
Nom de la compagnie	:	www.sika.ca Canada Pointe-Claire, QC H9R 4A9 601, avenue Delmar Sika Canada Inc.
Téléphone	:	(514) 697-2610 / 1 (800) 933-7452
Fac-similé	:	(514) 694-2792
Adresse de courrier électronique	:	ehs@ca.sika.com
Numéro de téléphone en cas d'urgence	:	CANUTEC (frais virés) (613) 996-6666 (24 hours)
Utilisation recommandée du produit chimique et restrictions d'utilisation	:	Pour plus d'informations, se référer à la fiche technique du produit.

SECTION 2. IDENTIFICATION DES DANGERS

Classement SGH en conformité avec les règlements sur les produits dangereux

Toxicité aiguë (Inhalation)	:	Catégorie 4
Irritation de la peau	:	Catégorie 2
Irritation oculaire	:	Catégorie 2A
Sensibilisation des voies respiratoires	:	Catégorie 1
Sensibilisation de la peau	:	Catégorie 1
Toxicité systémique sur un organe cible précis - exposition unique	:	Catégorie 3 (Appareil respiratoire)



Sarnacol® OM Board Adhesive Comp. A

Date de révision 10/07/2024

Date d'impression 10/12/2024

Toxicité systémique sur un organe cible précis - exposition répétée (Inhalation) : Catégorie 2

Éléments étiquette SGH

Pictogrammes de danger :



Mot indicateur : Danger

Déclarations sur les risques : H315 Provoque une irritation cutanée.
H317 Peut provoquer une allergie cutanée.
H319 Provoque une sévère irritation des yeux.
H332 Nocif par inhalation.
H334 Peut provoquer des symptômes allergiques ou d'asthme ou des difficultés respiratoires par inhalation.
H335 Peut irriter les voies respiratoires.
H373 Risque présumé d'effets graves pour les organes à la suite d'expositions répétées ou d'une exposition prolongée par inhalation.

Déclarations sur la sécurité : **Prévention:**
P260 Ne pas respirer les brouillards ou les vapeurs.
P264 Se laver la peau soigneusement après manipulation.
P271 Utiliser seulement en plein air ou dans un endroit bien ventilé.
P272 Les vêtements de travail contaminés ne devraient pas sortir du lieu de travail.
P280 Porter des gants de protection/ un équipement de protection des yeux/ du visage.
P284 Lorsque la ventilation du local est insuffisante porter un équipement de protection respiratoire.

Intervention:

P302 + P352 EN CAS DE CONTACT AVEC LA PEAU: Laver abondamment à l'eau.
P304 + P340 + P312 EN CAS D'INHALATION: Transporter la personne à l'extérieur et la maintenir dans une position où elle peut confortablement respirer. Appeler un CENTRE ANTIPOISON/ un médecin en cas de malaise.
P305 + P351 + P338 EN CAS DE CONTACT AVEC LES YEUX: Rincer avec précaution à l'eau pendant plusieurs minutes. Enlever les lentilles de contact si la victime en porte et si elles peuvent être facilement enlevées. Continuer à rincer.
P333 + P313 En cas d'irritation ou d'éruption cutanée: Demander un avis médical/ Consulter un médecin.
P337 + P313 Si l'irritation des yeux persiste: Demander un avis



Sarnacol® OM Board Adhesive Comp. A

Date de révision 10/07/2024

Date d'impression 10/12/2024

médical/ Consulter un médecin.
P342 + P311 En cas de symptômes respiratoires: Appeler un CENTRE ANTIPOISON/ un médecin.
P362 + P364 Enlever les vêtements contaminés et les laver avant réutilisation.

Entreposage:

P403 + P233 Stocker dans un endroit bien ventilé. Maintenir le récipient fermé de manière étanche.
P405 Garder sous clef.

Élimination:

P501 Éliminer le contenu/ récipient dans une installation d'élimination des déchets agréée.

Étiquetage supplémentaire

Il n'y a pas d'ingrédients de toxicité aiguë inconnue utilisée dans un mélange à une concentration \geq 1%.

Autres dangers

Inconnu.

SECTION 3. COMPOSITION/INFORMATION SUR LES COMPOSANTS

Substance/mélange : Mélange

Composants

Nom Chimique	No. CAS	Classification	Concentration (% w/w)
Diisocyanate de diphenylméthane, isomères et homologues	9016-87-9	Acute Tox. 4; H332 Skin Irrit. 2; H315 Eye Irrit. 2B; H320 Resp. Sens. 1; H334 Skin Sens. 1; H317 STOT SE 3; H335 STOT RE 2; H373	\geq 30 - < 60
4,4'-diisocyanate de diphenylméthane	101-68-8	Acute Tox. 4; H332 Skin Irrit. 2; H315 Eye Irrit. 2B; H320 Resp. Sens. 1; H334 Skin Sens. 1; H317 STOT SE 3; H335 STOT RE 2; H373	\geq 30 - < 60
diisocyanate de méthylènediphényle	26447-40-5	Acute Tox. 4; H332 Skin Irrit. 2; H315 Eye Irrit. 2B; H320 Resp. Sens. 1; H334 Skin Sens. 1; H317 STOT SE 3; H335 STOT RE 2; H373	\geq 5 - < 10



Sarnacol® OM Board Adhesive Comp. A

Date de révision 10/07/2024

Date d'impression 10/12/2024

La concentration ou la plage de concentration réelle est retenue en tant que secret industriel

SECTION 4. PREMIERS SOINS

- Conseils généraux : S'éloigner de la zone dangereuse.
Consulter un médecin.
Montrer cette fiche technique signalétique au médecin en consultation.
- En cas d'inhalation : Amener la victime à l'air libre.
Consulter un médecin après toute exposition importante.
- En cas de contact avec la peau : Ôter immédiatement les vêtements et les chaussures contaminés.
Laver au savon avec une grande quantité d'eau.
Si les symptômes persistent, consulter un médecin.
- En cas de contact avec les yeux : Rincer immédiatement l'oeil (les yeux) à grande eau.
Retirez les lentilles de contact.
Maintenir l'oeil bien ouvert pendant le rinçage.
Si l'irritation oculaire persiste, consulter un médecin spécialiste.
- En cas d'ingestion : Se rincer la bouche à l'eau puis boire beaucoup d'eau.
Ne pas faire vomir sans l'avis d'un médecin.
Ne pas faire boire de lait ou de boissons alcoolisées.
Ne jamais rien faire avaler à une personne inconsciente.
Appeler un médecin.
- Symptômes et effets les plus importants, aigus et différés : effets irritants
effets sensibilisants
Apparence asthmatique
Toux
Troubles respiratoires
Réactions allergiques
Lacrymation excessive
Erythème
Migraine
Dermatite
Provoque une irritation cutanée.
Peut provoquer une allergie cutanée.
Provoque une sévère irritation des yeux.
Nocif par inhalation.
Peut provoquer des symptômes allergiques ou d'asthme ou des difficultés respiratoires par inhalation.
Peut irriter les voies respiratoires.
Risque présumé d'effets graves pour les organes à la suite d'expositions répétées ou d'une exposition prolongée par inhalation.



Sarnacol® OM Board Adhesive Comp. A

Date de révision 10/07/2024

Date d'impression 10/12/2024

Avis aux médecins : Traiter de façon symptomatique.

SECTION 5. MESURES DE LUTTE CONTRE L'INCENDIE

- Moyen d'extinction approprié : Utiliser des moyens d'extinction appropriés aux conditions locales et à l'environnement immédiat.
- Autres informations : Recueillir séparément l'eau d'extinction contaminée, ne pas la rejeter dans les canalisations. Les résidus d'incendie et l'eau d'extinction contaminée doivent être éliminés conformément à la réglementation locale en vigueur.
- Équipement de protection spécial pour les pompiers : En cas d'incendie, porter un appareil respiratoire autonome.

SECTION 6. MESURES À PRENDRE EN CAS DE DÉVERSEMENT ACCIDENTEL

- Précautions individuelles, équipement de protection et procédures d'urgence : Utiliser un équipement de protection personnelle. Refusez l'accès aux personnes non protégées.
- Précautions pour la protection de l'environnement : Ne pas déverser dans des eaux de surface ou dans les égouts. En cas de pollution de cours d'eau, lacs ou égouts, informer les autorités compétentes conformément aux dispositions locales. Prévenir les autorités locales si des fuites significatives ne peuvent pas être contenues.
- Méthodes et matières pour le confinement et le nettoyage : Enlever avec un absorbant inerte (sable, gel de silice, agglomérant pour acide, agglomérant universel, sciure). Conserver dans des récipients adaptés et fermés pour l'élimination.

SECTION 7. MANIPULATION ET ENTREPOSAGE

- Indications pour la protection contre l'incendie et l'explosion : Mesures préventives habituelles pour la protection contre l'incendie.
- Conseils pour une manipulation sans danger : Éviter la formation d'aérosols. Éviter de dépasser les valeurs limites d'exposition professionnelle (voir le chapitre 8). Éviter tout contact avec les yeux, la peau ou les vêtements. Équipement de protection individuelle, voir la section 8. Les personnes qui ont souffert de problèmes de sensibilisation de la peau ou d'asthme, d'allergies, de maladies respiratoires chroniques ou répétées ne devraient jamais être em-



Sarnacol® OM Board Adhesive Comp. A

Date de révision 10/07/2024

Date d'impression 10/12/2024

ployées lors d'opérations dans lesquelles ce mélange est utilisé.
Ne pas manger, fumer ou boire dans la zone où se fait l'application.
Fournir un renouvellement d'air et/ou une ventilation aspirante suffisante dans les ateliers.
Suivez les mesures d'hygiène standards lors de la manipulation des produits chimiques.

Conditions de stockage sûres : Garder dans le contenant original.
Conserver dans un endroit bien ventilé.
Refermer soigneusement tout récipient entamé et l'entreposer verticalement afin d'éviter tout écoulement.
Respecter les mises-en-garde de l'étiquette.
Stocker conformément à la réglementation locale.

SECTION 8. MESURES DE CONTRÔLE DE L'EXPOSITION/PROTECTION INDIVIDUELLE

Composants avec valeurs limites d'exposition professionnelle

Composants	No. CAS	Type de valeur (Type d'exposition)	Paramètres de contrôle / Concentration admissible	Base
Diisocyanate de diphenylméthane, isomères et homologues	9016-87-9	TWA	0.005 ppm 0.07 mg/m ³	CA AB OEL
		TWA	0.005 ppm	CA BC OEL
		C	0.01 ppm	CA BC OEL
		VEMP	0.005 ppm 0.051 mg/m ³	CA QC OEL
4,4'-diisocyanate de diphenylméthane	101-68-8	TWA	0.005 ppm	ACGIH
		TWA	0.005 ppm	CA BC OEL
		C	0.01 ppm	CA BC OEL
		LMPT	0.005 ppm	CA ON OEL
		C	0.02 ppm	CA ON OEL
diisocyanate de méthylène-diphényle	26447-40-5	VEMP	0.005 ppm 0.051 mg/m ³	CA QC OEL
		TWA	0.005 ppm	ACGIH
		TWA	0.005 ppm	CA BC OEL
		C	0.01 ppm	CA BC OEL
		TWA	0.005 ppm	ACGIH

Mesures d'ordre technique : L'utilisation d'une ventilation adéquate devrait suffire pour limiter l'exposition des travailleurs aux contaminants atmosphériques. Si l'utilisation de ce produit génère de la poussière, des émanations, des gaz, des vapeurs ou une suspen-



Sarnacol® OM Board Adhesive Comp. A

Date de révision 10/07/2024

Date d'impression 10/12/2024

sion dans l'atmosphère de gouttelettes microscopiques, utilisez une enceinte d'isolement, un système de ventilation par aspiration à la source ou toute autre mesure d'ingénierie convenable pour limiter l'exposition des travailleurs aux limites obligatoires de dose.

Équipement de protection individuelle

- Protection respiratoire : Porter un appareil de protection respiratoire muni d'un purificateur d'air ou à adduction d'air approuvée par NIOSH, parfaitement ajusté et conforme à une norme en vigueur si une évaluation du risque indique que cela est nécessaire.
- La classe de filtre de l'appareil respiratoire doit convenir à la concentration maximale prévue du contaminant (gaz/vapeur/aérosols/particules) pouvant se dégager lors de la manipulation du produit. Si cette concentration est dépassée, utiliser un appareil autonome de protection respiratoire.
- Protection des mains : Si une évaluation des risques en indique la nécessité, des gants résistants aux produits chimiques conformes aux normes et règles approuvées doivent être portés en tout temps lorsqu'on manipule les produits chimiques.
- Protection des yeux : Si une évaluation des risques en indique la nécessité, des lunettes protectrices conformes aux normes et règles approuvées doivent être portées.
- Protection de la peau et du corps : Choisir un protecteur corporel selon son type, la concentration et les quantités de substances dangereuses, et les spécificités du poste de travail.
- Mesures d'hygiène : Éviter le contact avec la peau, les yeux et les vêtements. Se laver les mains avant les pauses et immédiatement après la manipulation du produit. Enlever les vêtements contaminés et l'équipement de protection avant d'entrer dans les zones à manger. Se laver à fond après manipulation.

SECTION 9. PROPRIETES PHYSIQUES ET CHIMIQUES

- Aspect : liquide
- Couleur : brun foncé
- Odeur : aromatique



Sarnacol® OM Board Adhesive Comp. A

Date de révision 10/07/2024

Date d'impression 10/12/2024

Seuil de l'odeur	:	Donnée non disponible
pH	:	Sans objet
Point/ intervalle de fusion / Point de congélation	:	Donnée non disponible
Point/intervalle d'ébullition	:	env. 93 °C (199 °F)
Point d'éclair	:	env. 220 °C (428 °F) (Méthode: vase clos)
Taux d'évaporation	:	Donnée non disponible
Inflammabilité (solide, gaz)	:	Donnée non disponible
Limite d'explosivité, supé- rieure / Limite d'inflammabilité supérieure	:	Donnée non disponible
Limite d'explosivité, inférieure / Limite d'inflammabilité infé- rieure	:	Donnée non disponible
Pression de vapeur	:	0.01 hPa
Densité de vapeur relative	:	Donnée non disponible
Densité	:	env. 1.22 g/cm ³ (23 °C (73 °F))
Solubilité		
Solubilité dans l'eau	:	soluble
Solubilité dans d'autres solvants	:	Donnée non disponible
Coefficient de partage (n- octanol/eau)	:	Donnée non disponible
Température d'auto- inflammation	:	Donnée non disponible
Température de décomposi- tion	:	Donnée non disponible
Viscosité		
Viscosité, dynamique	:	Donnée non disponible
Viscosité, cinématique	:	env. > 20.5 mm ² /s (40 °C (104 °F))



Sarnacol® OM Board Adhesive Comp. A

Date de révision 10/07/2024

Date d'impression 10/12/2024

Propriétés explosives	:	Donnée non disponible
Propriétés comburantes	:	Donnée non disponible
Teneur en COV (Composés organiques Volatils)	:	11 g/l A+B combinés

SECTION 10. STABILITÉ ET RÉACTIVITÉ

Réactivité	:	Pas de réactions dangereuses connues dans les conditions normales d'utilisation.
Stabilité chimique	:	Ce produit est chimiquement stable.
Possibilité de réactions dangereuses	:	Stable dans les conditions recommandées de stockage.
Conditions à éviter	:	Donnée non disponible
Produits incompatibles	:	substances réactives à l'eau Acides Amines Donnée non disponible
Produits de décomposition dangereux	:	Monoxyde de carbone Dioxyde de carbone (CO ₂) Oxydes d'azote (NO _x) Isocyanates

SECTION 11. INFORMATIONS TOXICOLOGIQUES

Toxicité aiguë

Nocif par inhalation.

Composants:

Diisocyanate de diphenylméthane, isomères et homologues:

Toxicité aiguë par voie orale	:	DL50 orale (Rat): > 10,000 mg/kg
Toxicité aiguë par inhalation	:	CL50: 1.5 mg/l Durée d'exposition: 4 h Atmosphère d'essai: poussières/brouillard Méthode: Jugement d'expert Évaluation: Ce composant/mélange est modérément toxique après une inhalation à court terme.
Toxicité cutanée aiguë	:	DL50 épidermique (Lapin): > 9,400 mg/kg



Sarnacol® OM Board Adhesive Comp. A

Date de révision 10/07/2024

Date d'impression 10/12/2024

4,4'-diisocyanate de diphenylméthane:

Toxicité aiguë par voie orale : DL50 orale (Rat): > 5,000 mg/kg
Méthode: Directives du test 401 de l'OECD

Toxicité aiguë par inhalation : CL50: 1.5 mg/l
Durée d'exposition: 4 h
Atmosphère d'essai: poussières/brouillard
Méthode: Jugement d'expert

Corrosion et/ou irritation de la peau

Provoque une irritation cutanée.

Lésion/irritation grave des yeux

Provoque une sévère irritation des yeux.

Sensibilisation cutanée ou respiratoire

Sensibilisation de la peau

Peut provoquer une allergie cutanée.

Sensibilisation des voies respiratoires

Peut provoquer des symptômes allergiques ou d'asthme ou des difficultés respiratoires par inhalation.

Mutagénéicité de la cellule germinale

Non répertorié selon les informations disponibles.

Cancérogénicité

Non répertorié selon les informations disponibles.

IARC Sans objet

OSHA Sans objet

NTP Sans objet

Toxicité pour la reproduction

Non répertorié selon les informations disponibles.

STOT - exposition unique

Peut irriter les voies respiratoires.

STOT - exposition répétée

Risque présumé d'effets graves pour les organes à la suite d'expositions répétées ou d'une exposition prolongée par inhalation.

Une fois sensibilisé, une réaction allergique grave peut survenir même lors d'une exposition de faible niveau.

Toxicité par aspiration

Non répertorié selon les informations disponibles.



Sarnacol® OM Board Adhesive Comp. A

Date de révision 10/07/2024

Date d'impression 10/12/2024

SECTION 12. INFORMATIONS ÉCOLOGIQUES

Écotoxicité

Composants:

Diisocyanate de diphenylméthane, isomères et homologues:

Toxicité pour les poissons : CL50 (Brachydanio rerio (poisson zèbre)): > 1,000 mg/l
Durée d'exposition: 96 h

Toxicité pour les algues/plantes aquatiques : CE50 (Desmodesmus subspicatus (Algues vertes)): > 1,640 mg/l

Persistence et dégradabilité

Donnée non disponible

Potentiel bioaccumulatif

Donnée non disponible

Mobilité dans le sol

Donnée non disponible

Autres effets néfastes

Produit:

Information écologique supplémentaire : Ne pas jeter les résidus à l'égout; ne se débarrasser de ce produit et de son récipient qu'en prenant toutes les précautions d'usage.
Évitez la dispersion des matériaux déversés, ainsi que leur écoulement et tout contact avec le sol, les cours d'eau, les égouts et cet conduits d'évacuation.

SECTION 13. CONSIDERATIONS RELATIVES À L'ÉLIMINATION

Méthodes d'élimination

Déchets de résidus : La mise au rebut de ce produit, des solutions et des sous-produits devra en permanence respecter les exigences légales en matière de protection de l'environnement et de mise au rebut des déchets ainsi que les exigences de toutes les autorités locales.

Emballages contaminés : Les contenants vides doivent être acheminés vers une installation certifiée de traitement des déchets en vue de leur élimination ou recyclage.

SECTION 14. INFORMATIONS RELATIVES AU TRANSPORT

Réglementations internationales



Sarnacol® OM Board Adhesive Comp. A

Date de révision 10/07/2024

Date d'impression 10/12/2024

IATA-DGR

Non réglementé comme étant une marchandise dangereuse

Code IMDG

Non réglementé comme étant une marchandise dangereuse

Transport en vrac en vertu de l'Annexe II des règles MARPOL 73/78 et du code IBC

Non applicable pour le produit tel qu'il est fourni.

Réglementation nationale

TDG

Non réglementé comme étant une marchandise dangereuse

SECTION 15. INFORMATIONS RÉGLEMENTAIRES

Liste canadiennes

Aucune substance n'est assujettie à une déclaration de nouvelle activité importante.

SECTION 16. AUTRES INFORMATIONS

Texte complet d'autres abréviations

ACGIH	:	États-Unis. ACGIH, valeurs limites d'exposition (TLV)
CA AB OEL	:	Canada. Alberta, Code de santé et de sécurité au travail (tableau 2: VLE)
CA BC OEL	:	Canada. LEP Colombie Britannique
CA ON OEL	:	Tableau de l'Ontario: Limites d'exposition professionnelle pris en vertu de la loi sur la santé et la sécurité au travail.
CA QC OEL	:	Québec. Règlement sur la santé et la sécurité du travail, Annexe 1 Partie 1: Valeurs d'exposition admissibles des contaminants de l'air
ACGIH / TWA	:	Moyenne pondérée dans le temps de 8 h
CA AB OEL / TWA	:	Limite d'exposition professionnelle de 8 heures
CA BC OEL / TWA	:	Moyenne pondérée dans le temps de 8 h
CA BC OEL / C	:	limite du plafond
CA ON OEL / C	:	Valeur plafond (C)
CA ON OEL / LMPT	:	Limite moyenne pondérée dans le temps (LMPT)
CA QC OEL / VEMP	:	Valeur d'exposition moyenne pondérée
ADR	:	Accord européen relatif au transport international des marchandises Dangereuses par Route
CAS	:	Chemical Abstracts Service
DNEL	:	Derived no-effect level
EC50	:	Half maximal effective concentration
GHS	:	Globally Harmonized System
IATA	:	International Air Transport Association
IMDG	:	International Maritime Code for Dangerous Goods
LD50	:	Median lethal dosis (the amount of a material, given all at



Sarnacol® OM Board Adhesive Comp. A

Date de révision 10/07/2024

Date d'impression 10/12/2024

	once, which causes the death of 50% (one half) of a group of test animals)
LC50	: Median lethal concentration (concentrations of the chemical in air that kills 50% of the test animals during the observation period)
MARPOL	: International Convention for the Prevention of Pollution from Ships, 1973 as modified by the Protocol of 1978
OEL	: Occupational Exposure Limit
PBT	: Persistent, bioaccumulative and toxic
PNEC	: Predicted no effect concentration
REACH	: Regulation (EC) No 1907/2006 of the European Parliament and of the Council of 18 December 2006 concerning the Registration, Evaluation, Authorisation and Restriction of Chemicals (REACH), establishing a European Chemicals Agency
SVHC	: Substances of Very High Concern
vPvB	: Very persistent and very bioaccumulative

Avis au lecteur:

Les renseignements contenus dans la fiche signalétique s'appliquent seulement au produit particulier de Sika Canada, identifié et décrit aux présentes. Ces renseignements ne sont pas destinés à traiter, ni ne traitent l'utilisation ou l'application du produit identifié de Sika, en combinaison avec aucun autre matériel, produit ou processus. Tous les renseignements énoncés aux présentes sont fondés sur les données techniques relatives au produit identifié, que Sika croit fiables à la date des présentes. Avant d'utiliser un produit quelconque de Sika, l'utilisateur doit toujours lire et suivre les avertissements et instructions de la plus récente fiche technique du produit, l'étiquette du produit et la fiche signalétique du produit particulier de Sika, disponibles sur notre site Internet et/ou au numéro de téléphone ci-inclus.

SIKA N'OFFRE AUCUNE GARANTIE EXPRESSE OU IMPLICITE, NI N'ASSUME AUCUNE RESPONSABILITÉ DÉCOULANT DESDITS RENSEIGNEMENTS OU DE LEUR UTILISATION. SIKA NE PEUT ÊTRE TENUE RESPONSABLE DES DOMMAGES PARTICULIERS OU CONSÉCUTIFS EN VERTU DE QUELQUE THÉORIE JURIDIQUE QUE CE SOIT. SIKA DÉCLINE ÉGALEMENT TOUTE RESPONSABILITÉ QUANT À L'UTILISATION DE CE PRODUIT D'UNE MANIÈRE QUI VIOLE UN QUELCONQUE BREVET OU QUI CONTREVIENT AUX DROITS DE PROPRIÉTÉ INTELLECTUELLE DES TIERS.

Toutes les ventes de produits Sika sont sous réserve de ses modalités de vente courantes disponibles sur le site Internet www.sika.ca ou en téléphonant au 514-697-2610.

Date de révision	: 10/07/2024
Format de la date	: mm/jj/aaaa
Préparé par	: R & D de Sika Canada Inc.
Numéro de produit	: 441,646



Sarnacol® OM Board Adhesive Comp. A

Date de révision 10/07/2024

Date d'impression 10/12/2024

CA / 3F