

FORTES CHALEURS

LES BONS RÉFLEXES

SALARIÉS | EMPLOYEURS

AYEZ LES BONS RÉFLEXES POUR VOTRE SANTÉ !

Quelques précautions à prendre

AVEC L'ARRIVÉE DE L'ÉTÉ ET DES FORTES CHALEURS, IL EST NÉCESSAIRE DE :

- Renouveler l'**air des locaux**
- Avoir à disposition des travailleurs de l'**eau potable et fraîche**
- Avoir des **moyens de protection** contre les fortes chaleurs
- Réexaminer la mise en place du **télétravail** notamment aux femmes enceintes, aux personnes souffrant de pathologies chroniques ou en situation de handicap,...

Vigilance rouge [Météo France]

Ces mesures sont à intensifier en cas d'alerte de vigilance rouge (Météo France).

En fonction :



- de la température et de son évolution,
- de la nature des travaux,
- de l'âge et de l'état de santé des travailleurs,
- la **charge de travail**,
- les **horaires**,
- et plus généralement l'**organisation du travail**, doivent être ajustés.

Si les mesures prises sont insuffisantes, notamment pour les travaux accomplis à une température très élevée et comportant une charge physique importante, **l'arrêt de l'activité devrait être décidé.**

Mesures simples à adopter

Boire de l'eau
régulièrement



Protéger sa tête
du soleil



Porter des
vêtements légers



Adapter son
rythme de travail



Réduire ou différer les
efforts physiques intenses

Reconnaître un coup de chaleur



LES SIGNES D'ALERTE

- Maux de tête, sensation de fatigue inhabituelle,
- Vertiges, étourdissements, malaise, perte d'équilibre,
- Désorientation, propos incohérents, perte de connaissance...



VOUS IDENTIFIEZ CES SIGNES ?

- Appelez les secours 15
- Faire cesser toute activité à la personne, la rafraîchir en la transportant à l'ombre ou dans un endroit frais, lui asperger le corps d'eau, lui donner de l'eau
- Alerter l'employeur

