

TRAVAIL ET CHALEUR : COMMENT GARDER LA TÊTE FROIDE

Lors de **forte chaleur**, l'**effort physique** est le principal **facteur de risque** d'incident ou d'accident.

Pour se prémunir des conséquences néfastes de la canicule, il existe des **mesures** de prévention **simples** et **efficaces** :



S'INFORMER...

- ... des **risques** encourus et des **mesures** préventives,
- Consulter quotidiennement le bulletin **météo**,



ADAPTER SON TRAVAIL

- Adapter les **horaires** de travail dans la mesure du possible,
- Favoriser les travaux les plus rudes en **début de journée**,
- Travailler autant que possible à l'**ombre**,



FAVORISER LE TRAVAIL EN ÉQUIPE

- Éviter le **travail isolé**,
- Se **surveiller mutuellement**,



LIMITER LES EFFETS DE LA CHALEUR

- Prévoir des zones d'**ombres**,
- Mettre à disposition de l'**eau** potable et fraîche.



SE PROTÉGER...

- ... la **tête** (Port du casque),
- ... la **peau** (crème solaire, tenue de travail),



Malgré les fortes chaleurs, **il ne faut pas** :

- **Se dévêtir** pour rester protégé contre les coups de soleil, les accidents...

Et

- **Garder** les gants, le casque et les lunettes de sécurité,

S'HYDRATER ET SE RAFRAÎCHIR



- Boire régulièrement de l'eau même si l'on ne ressent pas le besoin,
- Manger suffisamment, même si l'appétit est diminué.

Vous disposez de plusieurs supports pour sensibiliser...

Vidéos



Intitulé : Travail et fortes chaleurs / Durée : 2,19min / Réf. SeRIV006 / Source : INRS

Affiches



Intitulé : Au travail quand il fait chaud... / Réf. SeRIA010 / Format A4 / Source : INRS



Intitulé : Protégez-vous / Réf. SeRIA011 / Format A4 / Source : INRS

Divers



Intitulé : Coup de chaleur au travail / Réf. SeRID012 / Format A4 / Source : INRS



Intitulé : Canicule et travail / Réf. SeRID011 / Format A4 / Source : INRS

Retrouvez-les sur www.cote-qhse.com