



## Minute sécurité

### Fortes chaleurs : les bons réflexes à adopter








**Avant et pendant les vagues de chaleur, il est indispensable d'adopter 3 facteurs fondamentaux de protection :**

- L'anticipation
- La préparation
- L'implication

Des gestes simples permettent d'éviter les accidents. En effet, il faut se préparer avant les 1ers signes de souffrance corporelle, même si ces signes paraissent souvent insignifiants.

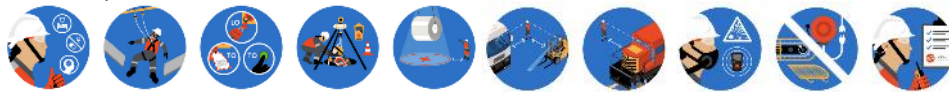
**Les bons réflexes à adopter durant les périodes à forte chaleur :**

-  Buvez régulièrement de l'eau sans attendre d'avoir soif (recommandation : 3 litres par personnes et par jour pour les postes exposés à la chaleur)
-  Rafraîchissez-vous le corps (visage et bras, plusieurs fois par jour) avec de l'eau ou l'aide d'un brumisateur
-  Limitez tout effort physique en plein air et évitez de vous déplacer aux heures les plus chaudes
-  Prenez régulièrement des nouvelles de vos collègues et de votre entourage
-  Demandez conseil à votre médecin traitant ou à la médecine du travail, en cas de problème de santé ou traitement médicamenteux régulier (ex. : adaptation de doses)

En cas de signaux d'alerte (crampes, vertiges,...), n'hésitez pas à informer vos collègues ou à alerter les secours selon les procédures sites habituelles.



Règle d'or n° 1  
Je suis en bonne forme pour  
prendre mon travail



## Gestion des vagues de chaleur

### Nouveau décret relatif à la protection des travailleurs contre les risques liés à la chaleur applicable le 1<sup>er</sup> Juillet 2025 (applicable du 1<sup>er</sup> Juin jusqu'au 15 Septembre)



#### **A partir de la vigilance jaune, pour le personnel AMF et Ent. Ext.**

- S'assurer de fournir au moins 3 litres d'eau par personne et par jour, celle-ci doit être fraîche (aux environs de la température de l'eau du robinet)
- Pour les postes exposés à la chaleur et en fonction des alertes de vigilance
  - si besoin, prévoir une annexe au Mode Opératoire des travaux (si possible la veille), pour définir les mesures de prévention qui sont à mettre en place en fonction du travail demandé, du niveau et de la durée de l'exposition à la chaleur, du niveau de vigilance annoncée.
- Cette annexe au mode opératoire en sécurité intègrerait les mesures de prévention du type :
  - eau à disposition : quantité, maintien au frais et localisation du point d'eau
  - l'organisation de pause : durée / fréquence, endroit de pause
  - éventuellement des mesures de protection contre la chaleur : écrans, bâches...
- Si dans les équipes le manager connaît l'existence de personnel à risque, dans ce cas il se rapproche du service santé au travail pour définir des mesures éventuelles spécifique à mettre en œuvre
- Informer le personnel (flash, brief de début de poste...) des mesures de prévention à mettre en oeuvre