

KIT DE L'EMPLOYEUR

Sensibiliser vos salariés en cas de fortes chaleurs

Juillet 2023

Sommaire

Liste des conseils à ses salariés

3

Recommandations en cas de coup de chaleur

4

01

Sensibiliser vos salariés en cas de fortes chaleurs

Liste des conseils à ses salariés

- Boire régulièrement
- Porter des vêtements légers, amples et de couleur claire (si travail en extérieur)
- Signaler à l'employeur si les vêtements et les EPI sont sources d'une gêne supplémentaire, non conformes
- Se protéger du soleil (crème solaire, chapeau...)
- Adapter un rythme de travail en fonction de leur tolérance à la chaleur
- Demander à son employeur d'organiser le travail afin de réduire la cadence, alléger la charge de travail par des cycles courts travail/repos
- Réduire ou différer les efforts physiques intenses et demander à l'employeur le report des tâches ardues à des heures plus fraîches
- Faire des repas légers et fractionnés
- Redoubler de prudence en cas d'antécédents médicaux ou en cas de prise de médicaments

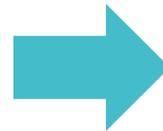
02

Sensibiliser vos salariés en cas de fortes chaleurs

Recommandations en cas de coup de chaleur

Reconnaître les signes d'un coup de chaleur :

- Maux de tête,
- Sensation de fatigue inhabituelle,
- Vertiges, étourdissements,
- Malaise, perte d'équilibre
- Désorientation, propos incohérents
- Perte de connaissance



Les premiers gestes de secours à appliquer :

- Appeler les secours (composer le 15), 🚑
- Alerter l'employeur, 📞
- Faire cesser toute activité au salarié, 🛑
- Rafraichir le salarié en le transportant à l'ombre ou dans un endroit frais, ❄️
- Asperger le corps d'eau et lui donner de l'eau à boire. 💧