



# Fiche prévention

## Canicule et fortes chaleurs

Les conditions climatiques estivales peuvent avoir un impact non négligeable sur les agents et l'organisation du travail au sein des collectivités et des établissements publics.

Il convient donc d'anticiper au mieux ces épisodes en prenant des mesures adaptées visant à veiller à la sécurité et à la protection de la santé des agents.

Des températures avoisinant les 30°C sur plusieurs jours et qui ne descendent que très peu la nuit ?

**soyez vigilants !!**

Votre santé est en danger

**Adopter les bons réflexes !**

Source : INRS



### Bon à savoir

Une période d'acclimatation de 10 jours environ est nécessaire pour permettre à l'individu de s'habituer à la chaleur.

### CONTACT

Laëtitia BERGER  
Laurent BOUQUET  
Tél. : 05 49 49 12 10  
Fax : 05 49 49 10 53  
[prevention@cdg86.fr](mailto:prevention@cdg86.fr)  
[www.cdg86.fr](http://www.cdg86.fr)

mise à jour : juillet 2023

## Les signes d'alerte

Fatigue inhabituelle

Maux de tête, Nausées, Vertiges

Crampes musculaires

Fièvre > 38°C ...

Tous ces symptômes peuvent être le signe de troubles plus importants : déshydratation, coup de chaleur ...

Si ces maux se font sentir, arrêter son activité et faire une pause de récupération dans un endroit frais.

Si les symptômes persistent, suivre la procédure de secours en place dans votre collectivité ou établissement public.

## Les mesures de prévention

En période de fortes chaleurs, les organismes sont fortement sollicités.

Il devient donc essentiel de modifier son comportement et d'adopter certains réflexes pour préserver sa santé et limiter les risques d'accident.

### 1) Organisation du travail

Aménager les horaires de travail afin de travailler de préférence aux heures les moins chaudes

Effectuer si possible une rotation des tâches avec des postes moins exposés

Augmenter la fréquence des pauses de récupération qui se feront de préférence à l'ombre ou dans des locaux climatisés selon les tâches réalisées

Organiser le travail de manière à limiter le travail physique soit en le reportant à plus tard soit en le réalisant aux heures moins chaudes.

Éviter le travail isolé en privilégiant le travail d'équipe

Utiliser les aides à la manutention à disposition

Mettre des sources d'eau fraîche à disposition à proximité des lieux de travail.

Éteindre toute source inutile de chaleur (lampe, ...)

Dans les bureaux, baisser les stores, utiliser un ventilateur, brumisateur...

Informez les agents des risques liés à la chaleur et des consignes de premiers secours

## Bons réflexes

Organisation du travail

Pauses plus fréquentes

Limitation des efforts physiques

Habillement adapté

Alimentation légère

Hydratation régulière

Pas d'alcool

Source : INRS / INPES

## 2) Mesures d'hygiène individuelles

Porter des vêtements légers, de préférence de couleur claire, amples mais compatibles avec les règles de sécurité en vigueur sur le poste de travail.

Protéger la tête du soleil

Adapter son alimentation en consommant plutôt des plats froids et légers

Manger en quantité suffisante

Boire régulièrement de l'eau sans attendre d'avoir une sensation de soif

Éviter la consommation d'alcool qui augmente les risques de déshydratation.

## Les premiers secours

En cas de situation d'urgence vitale il conviendra d'agir pour venir en aide à la victime dans les meilleurs délais selon les étapes suivantes :

1. Alerter ou faire alerter les secours (POMPIERS 18 / SAMU 15)
2. Extraire la victime de la situation dangereuse dans un endroit frais et aéré
3. Rafraichir la victime ou placer des linges humides sur la plus grande surface corporelle afin de baisser la température corporelle
4. Si la victime est consciente, lui faire boire de l'eau fraîche par petites quantités
5. Si la victime est inconsciente, rester auprès d'elle et attendre les secours. Si un Sauveteur Secouriste du Travail est présent, mettre la personne en position latérale de sécurité (PLS).

### En conclusion...

Au même titre que le bruit ou l'électricité, les fortes chaleurs font parties des dangers que l'on retrouve sur le lieu de travail.

De ce fait, les risques induits par ces conditions climatiques autrement appelés **risques liés à l'ambiance thermique** devront être intégrés au **Document Unique** et des mesures adaptées devront être planifiées pour en prévenir les effets.