

## LE PLAN CANICULE

La canicule se définit comme un niveau de très fortes chaleurs le jour et la nuit pendant au moins trois jours consécutifs. La définition de la canicule repose donc sur deux paramètres : la chaleur et la durée.

### LES RISQUES

L'exposition d'une personne à une température extérieure élevée, pendant une période prolongée, sans période de fraîcheur suffisante pour permettre à l'organisme de récupérer, est susceptible d'entraîner de graves complications en fonction de l'âge, de l'état de santé, de la dépense physique ...



### SYMPTOMES ET NIVEAUX DE GRAVITÉ



- 1 : coup de soleil : rougeurs, fièvre, œdème.
- 2 : crampes : spasmes douloureux, transpiration.
- 3 : épuisement : forte transpiration, nausées, pouls faible...
- 4 : coup de chaleur : maux de tête, fatigue inhabituelle, importante faiblesse, vertiges, étourdissements, somnolence, désorientation, propos incohérents, perte de connaissance.

### FACTEURS ENVIRONNEMENTAUX

- Ensoleillement intense
- Température ambiante élevée (supérieure à 30°C)
- Humidité élevée (supérieure à 80%)
- Peu de circulation d'air ou circulation d'air très chaud
- Pollution atmosphérique

### FACTEURS LIÉS AU TRAVAIL

- Travail dans des bureaux et espaces installés dans des bâtiments à forte inertie thermique.
- Travail physique exigeant (manutentions lourdes et/ou très rapides).
- Pausages de récupération insuffisantes.
- Port de vêtements de travail empêchant l'évaporation de la sueur.
- Chaleur dégagée par les machines, les produits et les procédés de travail.
- Utilisation de produits chimiques (solvants, peintures...)

### FACTEURS PERSONNELS

- Acclimatation à la chaleur insuffisante (processus d'adaptation lorsqu'une personne est exposée à une ambiance chaude pendant une période de sept à douze jours).
- Méconnaissance du danger relié au coup de chaleur.
- Mauvaise condition physique.
- Insuffisance de consommation d'eau.
- Manque de sommeil.
- Consommation excessive d'une alimentation trop riche, d'alcool, de tabac ou drogues illicites, caféine.
- Port de vêtements trop serrés et trop chauds.
- Pathologies préexistantes (pathologies cardio-respiratoires, troubles métaboliques, pathologies neuro-psychiatriques, etc.) et/ou prise de médicaments.

## LA RÉGLEMENTATION

**BOISSON** : (R-4225-2 du Code du travail) l'employeur doit mettre à disposition des salariés de l'eau potable et fraîche pour la boisson. Pour les travaux de BTP, cette mise à disposition est de 3 litres d'eau minimum par jour et par opérateur.

**AÉRATION DES LOCAUX** : (R 4222-1 du Code du travail) l'air des locaux de travail doit être renouvelé en évitant les élévations exagérées de températures. Dans les locaux à pollutions non spécifiques, c'est-à-dire ne faisant pas l'objet d'une réglementation spécifique (tels les bureaux), le renouvellement de l'air doit avoir lieu soit par ventilation mécanique, soit par ventilation naturelle permanente.

**AMÉNAGEMENT EXCEPTIONNEL D'HORAIRE**S : Décret 2011-184 du 15 février 2011—art 55 (V) II b) : lorsque des circonstances exceptionnelles le justifient et pour une période limitée, par décision du chef de service qui en informe immédiatement les représentants du personnel au comité technique compétent.

**DOCUMENT UNIQUE D'ÉVALUATION DES RISQUES** : avant l'été, les employeurs sont tenus, en l'application des articles L.4121-1 et suivants du code du travail, de prendre les mesures nécessaires pour assurer la sécurité et protéger la santé des travailleurs de leurs établissements, en tenant compte des conditions climatiques ; évaluer le risque « fortes chaleurs » lié aux ambiances thermiques (température, hygrométrie...), actualiser le document unique (article R.4121-1 du code du travail) et établir un plan d'action de prévention de ce risque.

## LES MESURES DE PRÉVENTION

- ◇ **BOIRE RÉGULIÈREMENT DE L'EAU FRAÎCHE**, même si l'on ne ressent pas la soif (l'équivalent d'un verre d'eau toutes les quinze – vingt minutes).
- ◇ **LIMITER LE TEMPS D'EXPOSITION AU SOLEIL** et prendre des pauses régulières dans un endroit frais.
- ◇ Privilégier le travail d'équipe, **ÉVITER LE TRAVAIL ISOLÉ**.
- ◇ **LIMITER LES EFFORTS PHYSIQUES** trop importants :
  - Reporter les tâches lourdes
  - Utiliser les moyens de manutention mécaniques mis à disposition
  - Effectuer une rotation des tâches.
  - Prévoir une organisation de travail adaptée à l'activité (réduire les cadences si nécessaire, privilégier le travail matinal, aménagement d'horaires...)
- ◇ **ÊTRE VIGILANT LORS DES TRAVAUX** en hauteur, enceinte ou local clos, tâche sur surfaces réfléchissantes.
- ◇ **ÉQUIPER LES LIEUX DE VENTILATEURS**, stores, volets, abris extérieurs, ventilation forcée la nuit...
- ◇ **CESSER IMMÉDIATEMENT TOUTE ACTIVITÉ DÈS QU'APPARAISSENT LES PREMIERS SYMPTÔMES** ☞ prévenir les collègues, l'encadrement et appeler le numéro d'urgence si nécessaire.



## HYGIÈNE DE VIE

- **Se montrer vigilant** en cas de problème de santé et/ou de prise de médicaments (diurétiques, sédatifs, tranquillisants...), consulter son médecin.
- **Ne pas consommer d'alcool**, limiter les boissons riches en caféine.
- **Limiter sa consommation** de tabac.
- **Éviter les repas** trop copieux.

## LES ÉQUIPEMENTS DE PROTECTION INDIVIDUELLE

- ▶ **Le port** DES ÉQUIPEMENTS DE PROTECTION INDIVIDUELLE **RESTE OBLIGATOIRE**.
- ▶ **Porter des VÊTEMENTS AMPLES** qui couvrent bras et jambes, légers, de couleur claire, particulièrement pour les travaux en extérieur.
- ▶ **Se couvrir la tête (casquette, chapeau)**
- ▶ Appliquer de la crème solaire pour les agents travaillant en extérieur.



En cas de malaise, composer le 15, le 18 ou le 112 sur un portable

☞ **Rafrâchir la victime** (par exemple, passer de l'eau sur la peau)

☞ **Transporter la personne dans un endroit frais et ventiler le plus possible**

La plate-forme téléphonique « canicule info service » (21/06/14 au 31/08/2014) est accessible au 0 800 06 66 66 (appel gratuit depuis un poste fixe)