

PAUSE-SÉCURITÉ

Coup de chaleur

PLANIFICATION/PRÉPARATION

- ✓ Vérifier la température avant de commencer les travaux.
- ✓ Quantités d'eau suffisantes pour les travailleurs ?
- ✓ Registre de vérification disponible ?

Autres :

MESURES PRÉVENTIVES

- Organiser les travaux en fonction de la température (horaire de travail, fréquences de pauses à l'ombre ou dans un endroit sec ou frais, autres).
- Bien s'hydrater en buvant beaucoup d'eau sans attendre d'avoir soif (prévoir de l'eau, de la glace, autres).
- Boire au moins un verre d'eau fraîche toutes les 20 minutes, ou plus fréquemment, même si la soif ne se fait pas sentir.
- Réduire les efforts physiques.
- Protéger sa peau avec de la crème solaire.
- Ajuster son rythme de travail en fonction de son acclimatation à la chaleur et des conditions climatiques (ex. : chaleur, humidité, ensoleillement).
- Porter des vêtements légers, de couleur claire, de préférence en coton, pour favoriser l'évaporation de la sueur.
- Se couvrir la tête pour travailler à l'extérieur.
- Travailler en équipe ou en paire et éviter le travail isolé.
- Remplir le registre de vérification à une fréquence de 3 fois par jour si la température est à plus de 27 degrés Celsius.



Niveaux de risque

LA ZONE VERTE indique que le risque est faible. Mais attention ! Vous et votre employeur devez quand même prendre certaines précautions.

LA ZONE VERT PÂLE indique que le risque est plus grand. Avec votre employeur, déterminez les mesures temporaires à prendre pour rendre vos conditions de travail sécuritaires.

LA ZONE JAUNE indique que le risque est de plus en plus grand. Vous et votre employeur devez prendre différentes mesures de prévention pour rendre les conditions de travail sécuritaires. Soyez vigilant !

LA ZONE ROUGE indique que le risque est très élevé. Votre employeur doit appliquer des mesures de prévention qui vous permettront de poursuivre vos activités en toute sécurité. Soyez TRÈS vigilant !

- Redoubler de prudence en cas de problèmes de santé ou de prise de médicaments.
- Effectuer une rotation des tâches, si nécessaire.
- Être attentif et arrêter les travaux aux symptômes et aux signes de malaise causés par la chaleur et signaler immédiatement aux collègues, aux secouristes et au superviseur tout symptôme ressenti ou les comportements inhabituels d'un autre travailleur.
- Symptômes : crampes musculaires, frissons, mal de cœur, mal de ventre, étourdissements, vertiges, fatigue inhabituelle ou malaise généralisé, mal de tête.

Plus sévère : confusion, incohérence des propos, agressivité, comportement bizarre, perte d'équilibre, perte de conscience, vomissements.

PAUSE-SÉCURITÉ



SIGNATURE DES PARTICIPANTS

Signature

Date : _____

Animé par : _____

AVANTAGES DE FAIRE PARTIE DE L'ACQ

Service

- Services SST
- Services RT
- Formations
- Aide licence RBQ
- Cautionnements de licence
- Salle de plans virtuelle
- Impression de plans et devis
- Services juridiques
- Service de paie construction
- Plans de garantie
- Mutuelles de prévention

Et beaucoup plus...