



Les risques liés aux périodes de grand froid



L'hiver, soyez vigilants !

Les chutes de température et les intempéries peuvent accroître les risques et être source d'accidents.

Le grand froid est une période de 2 jours minimum avec des températures négatives la journée et comprises entre -5°C et -10°C la nuit.

Vérifiez quotidiennement les conditions météo, surtout en cas de déplacements et de travail en extérieur.

Les symptômes et risques associés à une période de grand froid

- Inconforts / frissons.
- Hypothermie.
- Gelures / engelures / perte de sensibilité des membres inférieurs et supérieurs (pieds, mains, doigts).
- Aggravations des problèmes cardio vasculaires.
- Glissades / chute de plain-pied.
- Accidents de la route.

Les conditions de travail à adapter

- **Privilégiez le travail en équipe.**
- **Limitez si possible le temps d'exposition au froid ou effectuez des rotations** de tâches lorsque des postes moins exposés en donnent la possibilité.
- **Aménagez les horaires de travail** autant que possible avec votre responsable.



Si des symptômes se font sentir, cessez immédiatement toute activité et prévenez votre responsable ou appelez les secours :

- > alertez les secours au **112** (n° européen)
- > alertez les pompiers au **18**
- > alertez le SAMU au **15**



Les risques liés aux **périodes de grand froid**

Les comportements à adopter

- Portez des **vêtements chauds** (plusieurs couches superposées), **couvrez les parties les plus sensibles** (pieds, mains, cou, tête).
- Portez des **chaussures adaptées aux conditions climatiques** (risque de sol glissant).
- **Limitez les efforts physiques** trop importants.
- Faites des **pauses régulières dans un local chauffé** et buvez des **boissons chaudes**.
- **Mangez équilibré, limitez la consommation d'alcool et prévoyez de quoi grignoter** (ex. : biscuits, thermos de café, etc.).
- Redoublez de vigilance en cas de problèmes de santé.

En cas de déplacements (piétons, deux roues, tous véhicules)

- **Limitez les déplacements autant que possible**, surtout en cas d'alerte météorologique et respectez les conseils gouvernementaux.
- **Evitez l'utilisation des deux roues.**
- **Privilégiez les transports en commun** dans la mesure du possible.
- **Préparez votre itinéraire et adaptez votre conduite** (vitesse, distances de sécurité).
- Veillez à ce que votre véhicule soit équipé de **pneumatiques adaptés** et d'un **kit de sécurité** (triangle / gilet jaune / couverture de survie).
- **Rechargez votre téléphone portable** avant tous vos déplacements.

➤ **S'informer sur la météo** : www.meteofrance.com

➤ **S'informer sur l'état des routes** : www.bison-fute.gouv.fr



Manpower
Sécurité