

SALARIÉS TRAVAILLANT EN EXTÉRIEUR (HIVER)



Sécurité d'hiver

Pour limiter les risques d'accidents du travail liés aux températures particulièrement basses en période hivernale et supporter les conditions climatiques difficiles qui en découlent, quelques mesures et beaucoup de bon sens doivent être appliqués.

Évaluez les risques

Dans le cadre de sa démarche d'**évaluation des risques**, l'**employeur** doit prendre en compte la situation de grand froid. Le Code du travail ne donne pas de valeur de température froide. On considère toutefois que **les personnes travaillent au froid lorsque les températures sont inférieures à 10°C**.

Le Code du travail prévoit que des dispositions doivent être mises en œuvre avec avis du médecin du travail. Il crée également une obligation générale pour l'employeur de prendre « *toutes les dispositions nécessaires pour assurer la protection des travailleurs contre le froid et les intempéries* ».

Sensibilisez les équipes

En amont des premiers froids, sensibilisez les équipes aux risques et aux règles de prévention de base via des quarts d'heure sécurité particuliers et des affiches.

Consultez la météo

Suivre les prévisions météorologiques au jour le jour permet d'adapter le chantier aux intempéries ou même de cesser l'activité si les risques encourus sont trop importants (vent violent, orages...). Le service Météo Consult Pro offre une tendance à 14 jours, heure par heure, ainsi qu'un ensemble de paramètres (pluviométrie, vent, humidité, pression...). Il dispose également d'un **service d'alerte** par SMS en cas de conditions météorologiques particulières.

Surveillez le vent

N'oubliez pas que **des précautions doivent être prises pour les opérations de levage et l'utilisation de matériels de travaux en hauteur** : vérifiez les vitesses limites d'emploi et mesurez la vitesse du vent à l'aide d'un **anémomètre**.

Le vent accentue la perception du froid et déshydrate : buvez encore plus et protégez votre peau quand le vent souffle. Associé au froid, il accroît le risque d'atteinte oculaire : pensez à protéger vos yeux.

Adaptez les postes de travail

Favorisez la **rotation des tâches** pour profiter au maximum des heures les plus chaudes et des travaux abrités du vent. Essayez de diminuer les contraintes : installez des bâches ou des écrans permettant d'isoler de l'air froid certaines zones, utilisez des matériels pouvant être utilisés avec des gants, installez des appareils soufflant de l'air chaud dans les bases-vie, accédez facilement à des boissons chaudes et à des moyens de séchage et/ou de stockage de vêtements de rechange...

Équipez-vous en conséquence

Habillez-vous **chaudement**, en privilégiant l'empilage de différentes couches et en évitant le coton qui conserve l'humidité. Il existe aujourd'hui des textiles techniques qui maintiennent la chaleur du corps et favorisent l'évacuation de la sueur tout en étant très fins.

Portez un bonnet en polaire adapté au casque, des gants et des chaussettes en laine. En revanche, **évitez les écharpes**, elles peuvent entraîner des accidents si elles sont happées par un outil rotatif ou un engin.

Évitez les activités physiques trop intenses

Les efforts physiques importants amènent les travailleurs à inspirer de façon trop vigoureuse ce qui refroidit l'organisme de l'intérieur et favorise les spasmes bronchiques. Mettez à disposition des outils d'**aide à la manutention**, allégez les charges de travail, évitez les travaux isolés.

Buvez et mangez régulièrement

L'idéal est de rentrer dans un lieu abrité ou chauffé toutes les deux heures et de prendre une **boisson chaude** (chocolat chaud ou tisane de préférence). Il est également important de bien s'alimenter. Le corps doit recevoir du glucose en quantité : c'est en brûlant des sucres que les cellules fabriquent de la chaleur. Optez donc pour des **repas riches en glucides** lents (pain complet, pâtes, légumes secs...).

Bannissez alcool et cigarettes

Ne vous fiez pas aux apparences, **l'alcool et les cigarettes ne vous réchaufferont pas!** Le tabac entraîne un rétrécissement des vaisseaux sanguins (vasoconstriction) qui, loin de favoriser le réchauffement, provoque l'effet contraire. Quant à l'alcool, il donne une fausse sensation de chaud et déshydrate.

Remuez les pieds et les mains

Pour vous réchauffer, **tapez des pieds et frottez-vous les mains.** Frapper le sol avec les pieds stimule la plante des pieds riche en vaisseaux sanguins et active efficacement la circulation dans l'ensemble de l'organisme. Se frotter les mains active la circulation au niveau des doigts qui sont souvent les premiers à souffrir du froid. Pensez également aux sachets auto-chauffants qui maintiennent pendant plusieurs heures de la chaleur dans les gants ou les chaussettes.

