

Il est enfin là, nous l'attendions avec impatience, **l'été est arrivé !**

Avec lui le soleil et la chaleur sont également présents ce qui peut entraîner des situations à risques pour certains salariés :

- Travail en extérieur en plein soleil : salariés du BTP et travaux publics principalement
- Travail en ambiance chaude (atelier mal isolé, opérations de soudage, cuisine)
- Variations importantes de température
- ...

Le SIST Centre Alsace reste à vos côtés durant cette période où les températures grimpent pour vous accompagner sur les mesures à prendre pour continuer de travailler sereinement durant la canicule.

Quels sont les effets de la chaleur ?

- L'exposition à la chaleur peut être à l'origine chez un individu d'effets sur la santé qui peuvent être graves, tels que des **crampes**, maux de tête, **malaises**, la déshydratation ou l'**épuisement**.
- **Déshydratation** : elle est liée à la transpiration. La production horaire de sueur peut atteindre 0,75 litre par heure chez un sujet non acclimaté. Lorsque ces pertes hydriques ne sont pas compensées par un apport en eau équivalent, un état de déshydratation apparaît.
- Le risque le plus grave est le **coup de chaleur** qui peut survenir en cas d'exposition prolongée à des températures élevées et conduire au décès (15 à 25% des cas) par défaillance de la thermorégulation.

Comment reconnaître un coup de chaleur ?

Les signes d'alerte d'un coup de chaleur sont :



Que faire en cas de coup de chaleur ?



Veiller sur ses collègues

Celui qui a un coup de chaleur est rarement en état de le signaler



Ne pas prendre le volant et cesser immédiatement toute activité



Transporter à l'ombre ou dans un endroit frais et lui enlever ses vêtements



Lui verser de l'eau fraîche sur le corps, en commençant par le bas du corps



Appeler les secours selon la procédure habituelle

Salariés, adoptez les bons réflexes

Tête couverte au soleil :
chapeau à bord large,
casque, casquette...



Crème solaire



Vêtements de sécurité :
tee-shirt en coton, pantalon ample ...

Ne pas rester en plein soleil quand
ce n'est pas nécessaire



Eviter la consommation de
boissons alcoolisées

Faire des repas légers



Boire un verre d'eau fraîche
toutes les 15-20 minutes

Covid et canicule

C'est l'été mais le virus de la COVID-19 est toujours là. Il ne faut donc pas oublier les gestes barrières !



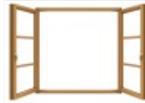
Maintien du port du masque en intérieur

Non obligatoire en extérieur

Le changer plus souvent s'il est humide



Respecter les distances sociales (> 1,5m)



Aérer de façon régulière

5 minutes toutes les heures ou en continu



Eviter l'emploi de ventilateurs dans les espaces clos.

Si indispensable :

- Mettre les ventilateurs au plus près
- Diminuer la vitesse de l'air
- Eviter qu'un salarié se trouve dans le flux d'air du ventilateur d'un autre

La climatisation n'est à utiliser dans des locaux occupés par plusieurs personnes que pour assurer « des conditions de travail acceptables » : en limiter les débits de soufflage



Plateforme téléphonique d'information "canicule"

INFORMATION #CANICULE

La plateforme téléphonique d'information « canicule »

0800 06 66 66

Appel gratuit entre 9h et 19h depuis un poste fixe

Notre dossier canicule

Retrouvez toutes les informations utiles dans notre dossier sur notre site internet



**Vous vous posez encore des questions ?
N'hésitez pas à contacter votre équipe de santé au travail !**

Autres informations



Le **SIST Centre Alsace** poursuit sa **mobilisation pour la vaccination des salariés de + de 18 ans** des entreprises adhérentes .

[Lire la suite](#)



L'assemblée générale ordinaire du **SIST Centre Alsace** se tiendra le :

lundi 5 juillet à 10h15

[Lire la suite](#)

SIST Centre Alsace

Pour vous, aux côtés des entreprises.

20, rue des Trois Châteaux
68000 COLMAR

[03 89 80 67 97](tel:0389806797)

[Nous écrire](#)

Trouver votre SIST

Près de chez vous



Cet e-mail a été envoyé à {{ contact.EMAIL }}

Vous recevez cette lettre, car vous adhérez au SIST Centre Alsace. Si vous ne souhaitez plus recevoir cette newsletter, désabonnez-vous en cliquant sur le lien ci-dessous.

[Mettre à jour vos préférences](#) | [Se désinscrire](#)