TRAVAILLER PAR DE FORTES CHALEURS

SALARIÉS

ASMT - 6/04/2023

Conseils pratiques

Cesser toute activité, dès que des symptômes de malaise se font sentir : s'asseoir au frais, boire et se mouiller la tête et le signaler (encadrement, médecin du travail...)

Diminuer les sources de chaleur et éteindre le matériel électrique lorsqu'il n'est pas utilisé : poste informatique, etc...

Se montrer d'autant plus vigilant en cas de problème de santé et/ou de prise de médicaments (diurétiques, sédatifs, tranquillisants...) : demander notamment conseil à un médecin.

Pour plus d'informations, n'hésitez pas à vous rapprocher de votre **service de santé au travail** ou retrouvez-nous sur **www.asmt65.fr**

Scannez pour rejoindre notre site internet



ASMT
Prévention et Santé

contact@asmt65.fr asmt65 www.asmt65.fr
05 62 93 81 81
Association de Santé et de Médecine au Travail des Hautes-Pyrénées

Conseils pratiques

S'informer des conditions météorologiques

Boire régulièrement de l'eau, même si l'on ne ressent pas la soif (un verre d'eau toutes les 15-20 minutes). **Pas de boissons alcoolisées**

Travailler plus vite pour finir plus tôt **peut s'avérer dangereux**

Adapter les horaires de travail : commencer tôt le matin et travailler "à la fraiche"

Limiter les efforts musculaires intenses : utiliser systématiquement les aides mécaniques à la manutention (chariot, diable, etc...)

Porter de vêtements amples, légers, de couleur claire

Se protéger la tête du soleil



Ce document est une plaquette d'information. Elle revêt à la fois une fonction pédagogique et scientifique. Pour autant elle ne peut être exhaustive et ne saurait être utilisée dans le cadre d'une action de responsabilité quelle qu'elle soit

Imprimé par "Imprimerie Moderne"
Crédit Photos et Illustrations : Freepik.com, Flaticon.com, Pixabay.com

Ne pas jeter sur la voie publique