

Ci-dessous, la communication du SG du Ministère sur les attitudes à adopter en cas de fortes chaleurs ... En matière d'enfoncement de portes ouvertes, le MINEFI se pose là !

La CGT se permet de rappeler la réalité du terrain en espérant être entendue par l'administration ...

La chaleur fatigue !

La vigilance s'impose dès que la température ambiante dépasse un niveau élevé pendant la période estivale. Il faut régulièrement suivre les bulletins météorologiques de votre département

Le risque est accru par une humidité relative de l'air élevée (supérieure à 70 %), par des températures nocturnes qui ne baissent pas (inconfort thermique et sommeil de mauvaise qualité) et par la pollution de l'air.

En cas de fortes chaleurs on observe un risque accru de perte de capacité physique ou cognitive. Le risque s'accroît avec l'élévation des efforts physiques. Les fortes chaleurs peuvent entraîner des accidents graves, comme la déshydratation ou le coup de chaleur.

Une personne accroît sa tolérance à la chaleur à l'issue d'une période d'adaptation qui varie de 7 à 12 jours

COMMENT PREVENIR CES RISQUES ?

Ces risques peuvent survenir dès le premier jour de chaleur. Des gestes simples permettent d'éviter les accidents. Il faut se préparer **AVANT** les premiers signes de souffrance corporelle même s'ils paraissent insignifiants. Pour être efficace, cette préparation doit se poursuivre tout au long de la journée et donc même (et surtout) au cours de l'activité professionnelle.

■ AVANT LA PERIODE ESTIVALE

- Se renseigner sur ce qu'il faut faire pour se protéger. S'informer des préconisations préparées par l'administration en concertation avec le médecin du travail et la formation spécialisée du CSA ;
- Se familiariser avec les signaux devant alerter et les gestes à effectuer si besoin ;
- En cas de problèmes de santé ou de traitements médicamenteux (diurétiques, antidépresseurs, neuroleptiques...), **se renseigner auprès de son médecin traitant.**

Est ce que celui ou celle qui a rédigé ce texte sait combien de temps il faut pour avoir un rdv chez son médecin traitant ?

Les personnes présentant des maladies cardiaques, respiratoires, rénales, des troubles métaboliques comme le diabète, une obésité, des pathologies neuropsychiatriques, ainsi que les femmes enceintes sont particulièrement concernées.

Contactez en cas de besoin

le médecin du travail sur les précautions

complémentaires à observer ou des aménagements du poste de travail.

S'il faut voir le médecin du travail pour ça aussi, il va falloir recruter !

■ Lors d'une vague de chaleur

S'INFORMER ET SE PROTEGER

- S'informer sur les prévisions météorologiques (dispositif de vigilance météorologique mis en place par Météo France)
- **Porter des vêtements légers et respirants (coton), de couleur claire si l'on travaille en extérieur**

De couleur claire si on travaille en extérieur ? Nous espérons que nos collègues du ministère savent que les collègues de la Surveillance portent des uniformes bleu marine ...

- En extérieur: protéger sa tête du soleil (couvre-chefs), ses yeux (lunettes de soleil) et sa peau
- **Éteindre le matériel électrique en veille de façon à éliminer toute source additionnelle de chaleur (imprimante, photocopieur, lampe, ordinateurs s'ils ne sont pas utilisés) ;**

On travaille tous sur ordinateur...On fait comment ? On arrête de travailler ?

- Reste prudent en cas de problème de santé ou de prise de médicaments ;
- **Aérer longuement les locaux tôt le matin si la température extérieure est inférieure à la température intérieure ;**

Merci d'aménager nos horaires pour commencer plus tôt afin de pouvoir aérer à la « fraîche » !

- Fermer les fenêtres, les stores, les volets sur les façades exposées au soleil et les maintenir fermés tant que la température extérieure est supérieure à la température intérieure ;

Posez des volets sur TOUTES les façades extérieures en particulier celles exposées au sud !

- Rejoindre éventuellement les espaces de travail partagés qui sont mis à disposition et qui sont davantage protégés de la chaleur.
- Se rafraîchir et se mouiller le corps (au moins le visage et les avants bras) avec un brumisateuseur plusieurs fois par jour

Dotez nous de brumisateurs et faites des douches dans les locaux comme la CGT vous le réclame depuis longtemps !

- S'hydrater sans attendre la sensation de soif : boire au minimum l'équivalent d'un verre d'eau toutes les 15-20 minutes, même si l'on n'a pas soif
- Boire une quantité minimale de 1,5 litre d'eau par jour. L'eau sodée peut être recommandée en alternance avec de l'eau plate
- **Attention** : ne pas boire sur son poste de travail quand celui-ci comporte des risques d'exposition (chimiques, biologiques...). Il faut dans ce cas s'hydrater dans un local annexe après s'être lavé des mains
- Éviter toute consommation de boisson alcoolisée (y compris la bière et le vin)
- Éviter les boissons riches en caféine
- Faire des repas adaptés : éviter les repas trop gras et trop copieux, privilégier les fruits et légumes riches en eau. Il est important de continuer à manger car c'est l'association eau-apports salés et sucrés qui assurent une bonne hydratation

LIMITER LES EFFORTS PHYSIQUES ET LES SITUATIONS A RISQUE

- Adapter son rythme de travail selon sa tolérance à la chaleur et organiser son travail de façon à réduire la cadence. Opter pour des cycles courts travail/repos . Faire des pauses régulières.

C'est gentil de nous le conseiller mais c'est l'administration qui décide des horaires de travail ! Du coup, elle attend quoi ?

- Respecter les règles de sécurité
- Réduire ou différer les efforts physiques intenses et reporter les tâches ardues aux heures les plus fraîches de la journée
- **Adapter le travail : par exemple grâce à l'utilisation d'aides mécaniques à la manutention**

**Espérons que l'administration
réponde positivement à nos demandes
lors des prochaines FS ...**



Ya pas que la chaleur qui nous fatigue !

L'infantilisation ! Ca suffit !

Il fait chaud ... Bois de l'eau, portes des vêtements légers ...

Ah bon ? Nous, on pensait manger une raclette en combinaison de ski !

Merci d'adapter vos communications à la réalité et surtout d'anticiper les prochaines vagues de canicules car, si on considère les priorités de nos hommes politiques, nous ne sommes pas prêts de voir des améliorations concernant le dérèglement climatique !

Espérons que l'administration tiendra compte de nos remarques et sera capable de faire des propositions concrètes la prochaine fois ...