

## Prévention des effets du FROID chez le personnel : Employeur et travailleurs ont chacun leurs responsabilités !

**Dans des conditions de froid intense, l'employeur doit mettre en place des mesures préventives afin de s'assurer que son équipe travaille dans des conditions sécuritaires.**

Mesures de prévention de l'employeur	Comme travailleur, vous devez :
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Informer les travailleurs et les gestionnaires des conditions propices aux engelures, des mesures préventives, des symptômes et des signes à surveiller ainsi que la conduite à adopter en cas de malaises.</li> <li>• Réorganiser le travail pour accomplir les tâches prévues à l'extérieur durant les périodes les plus chaudes de la journée ou reporter les activités, services ou travaux extérieurs non urgents.</li> <li>• Ajuster le rythme de travail en fonction des conditions météorologiques, en tenant compte des capacités des travailleurs et de leur degré d'acclimatation au froid. Favoriser le travail en équipe et effectuer des rotations de tâches.</li> <li>• S'assurer que les travailleurs portent des vêtements en fonction de la température et de la nature des tâches à exécuter (par exemple, porter plusieurs épaisseurs et se couvrir la tête, port des crampons).</li> <li>• Alternier les périodes de travail et de réchauffement en accordant des pauses plus fréquentes dans un local chaud et ventilé. Augmenter la durée des pauses à mesure que le froid augmente.</li> <li>• Inviter les travailleurs à être attentifs aux symptômes et aux signes de malaises causés par le froid.</li> <li>• Informer les travailleurs, stagiaires et bénévoles lorsque les critères de froid intense sont atteints.</li> <li>• Diffuser aux travailleurs, stagiaires et bénévoles les outils de prévention.</li> <li>• Reporter toute activité, service ou travail extérieur non urgent.</li> <li>• Prioriser le télétravail lorsque possible.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Prendre des pauses, si possible dans un endroit chaud et ventilé.</li> <li>• Rapporter immédiatement à votre supérieur immédiat tout comportement anormal d'un collègue (ex. : propos incohérents, perte d'équilibre ou de conscience, vertiges).</li> <li>• Redoubler de prudence si vous prenez des médicaments, si vous avez des problèmes de santé ou si vous avez été malade récemment.</li> <li>• Adopter des déplacements sécuritaires : se renseigner sur les conditions routières, charger le téléphone cellulaire à 100 %, faire le plein avant de partir.</li> <li>• Assurez-vous d'avoir une trousse d'urgence dans votre auto.</li> <li>• De leur côté, les travailleuses et les travailleurs doivent appliquer ces mesures, surveiller les signes de gelures ou d'hypothermie (sensation de picotement, engourdissement progressif, perte graduelle de la sensibilité, rougeurs avec plaques blanches inégales, peau blanche, glacée, creuse et parfois dure), baisse de vigilance et manque de concentration, une fatigue inhabituelle, des propos incohérents, et porter une attention constante aux signes d'intoxication au monoxyde de carbone (maux de tête, nausées et vomissements, étourdissements, troubles de la vision et du jugement, sensation de sommeil et confusion). Si ces symptômes surviennent, cessez de travailler et avisez votre supérieur immédiat.</li> </ul> <div data-bbox="889 2153 1511 2349" style="background-color: #f4a460; padding: 10px; margin-top: 20px;"> <p><b>Pour joindre une ressource en prévention et gestion des risques :</b></p> <p><a href="mailto:pgr.ciusscn@ssss.gouv.qc.ca">pgr.ciusscn@ssss.gouv.qc.ca</a></p> </div>

**Des travailleurs peuvent être plus incommodés que d'autres par l'exposition au froid !**

**Ce sont ceux qui :**

- Ne sont pas acclimaté au froid ou en mauvaise condition physique ;
- Ont connu des problèmes de santé récents (ex. : diarrhée, fièvre, grippe) ;
- Consomment des boissons alcoolisées, des drogues ;
- Prennent des médicaments ;
- Ont un problème de santé chronique.

Consulter le site web de la CNESST pour en savoir plus :

<https://www.cnesst.gouv.qc.ca/fr/prevention-securite/identifier-corriger-risques/liste-informations-prevention/travail-au-froid>