



## Politique sur la gestion des contraintes thermiques et sur les moyens de contrôle

Certains travaux exécutés par les travailleurs sont effectués à l'extérieur, et ce, parfois dans des conditions de chaleur accablante et de froid extrême.

La Municipalité considère autant que possible les conditions météorologiques dans sa planification des travaux et ajuste ses tâches si nécessaire.

### EXPOSITION À LA CHALEUR

Lorsque la température de l'environnement de travail présente un risque de contrainte thermique, des mesures préventives doivent être mises en œuvre afin d'éviter tout problème de santé :

- **Boire au moins un verre d'eau (250 ml) toutes les 20 minutes même si l'on ne ressent pas la soif.** Ne jamais prendre plus de 1,5 litre d'eau à l'heure ;
- Éviter des boissons diurétiques comme le café ;
- Prendre des pauses régulières à l'ombre ou dans un endroit climatisé ;
- Se couvrir la tête ;
- Porter, si possible, des vêtements légers de couleurs claires ;
- Si possible, réservez les travaux lourds et physiquement exigeants pour les journées plus fraîches ;
- Porter une attention particulière si l'on doit prendre des médicaments.

Chaque employé doit être en mesure de détecter les premiers signes de symptômes d'un coup de chaleur :

- Crampes musculaires ;
- Frissons ;
- Nausées ;
- Maux de ventre ;
- Étourdissements, vertiges ;
- Fatigue inhabituelle ou malaise généralisé ;
- Maux de tête.

Toute personne victime d'un ou des malaises cités précédemment doit se reposer dans un endroit frais, sous surveillance et boire de l'eau jusqu'à récupération complète. S'il n'y a pas récupération complète ou qu'il y a présence d'un des signes d'atteinte grave ci-dessous, **IL Y A URGENCE MÉDICALE :**

- Confusion ;

- Incohérence des propos ;
- Agressivité, comportement bizarre ;
- Perte d'équilibre ;
- Perte de conscience ;
- Vomissement.

## EXPOSITION AU FROID

Lors d'opération en saison hivernale, il est conseillé de porter des vêtements chauds et isolants en fonction du travail effectué. Il est également important d'éviter le port de foulard ou de tout autre vêtement ample qui pourraient s'enchevêtrer dans les équipements. Également, il faut éviter de porter des vêtements sales ou huileux, car ceux-ci perdent beaucoup de leur qualité isolante.

Toute personne exposée au froid doit porter une attention particulière aux premiers signes d'engelure :

- Picotements ;
- Engourdissement ;
- Perte graduelle de sensation ;
- Perte de dextérité ;
- Couleur anormale de la zone atteinte
- Etc.

En cas d'exposition au froid, la personne doit se diriger dans un endroit chauffé jusqu'à récupération complète. Il est recommandé de faire boire à la victime des boissons chaudes et sucrées. En cas de doute, contacter les services d'urgence.

Je comprends et m'engage à me conformer à la présente politique :

---

Directrice générale et  
Greffière-trésorière

---

Date

Avis de motion donné le 13 février 2023

Adoption de la politique 13 mars 2023