



RESTEZ AU CHAUD. RESTEZ EN SÉCURITÉ.

Travailler en extérieur par temps froid demande des efforts et de la détermination. Cela exige aussi une bonne planification et des précautions. Installez cette affiche dans votre salle de repos pour aider votre équipe à se préparer aux dangers auxquels elle pourrait faire face cet hiver.

LES DANGERS POTENTIELS

COMMENT LES PRÉVENIR

PIED DE TRANCHÉE

- Causé par le fait de travailler avec les **pies mouillés et froids**
- Au début, les pieds semblent lourds avant de devenir **gonflés** ou engourdis
- La peau des pieds peut devenir **rouge** ou présenter des **cloques**
- Les cas bénins peuvent se produire lors d'un **seul quart de travail**

- Portez des bottes **imperméables**
- Portez des chaussettes épaisses et chaudes
- Prenez une **paire additionnelle de chaussettes sèches** avec vous au cas où vos pieds deviendraient mouillés
- N'oubliez pas qu'un pied mouillé peut vite devenir un pied de tranchée

GELURES

- Se produisent lorsque la peau et les tissus sous-cutanés **gèlent, au sens littéral du terme, à cause du froid**
- Les premiers symptômes comprennent une **sensation de fourmillement** ou d'engourdissement dans les zones touchées
- Dans les cas graves, la peau peut **noircir et durcir** – au risque de nécessiter l'amputation
- Touchent souvent **le nez, les oreilles, les joues, les doigts, les orteils et les pieds**

- Portez des vêtements **épais et résistants à l'eau**
- **Couvrez toutes** les extrémités
- N'oubliez pas les accessoires vestimentaires tels que les bonnets, masques de ski, écharpes, gants et chaussettes d'hiver
- Envisagez d'avoir des **chauffe-mains** à disposition en guise de précaution

HYPOTHERMIE

- L'hypothermie se déclenche quand le corps commence à **perdre de la chaleur plus vite** qu'il n'en produit
- Le **grelottement** est le premier signe avant-coureur
- Les symptômes modérés comprennent une **perte de la mémoire et des facultés motrices**
- **Appelez le 911** si une personne que vous jugez en hypothermie s'évanouit

- Portez **au moins trois couches** de vêtements amples
- Les couches internes doivent être en **tissu isotherme, synthétique ou laine** pour conserver la chaleur du corps
- Les couches externes doivent être **imperméables et aérées** pour prévenir l'hyperthermie



Rappel : En cas d'urgence médicale, ne perdez pas un instant. Appelez le 911.

Numérisez le code pour découvrir notre collection intégrale d'EPI et d'accessoires adaptés à l'hiver.

Cette information est fournie à des fins éducatives seulement et n'a aucune valeur juridique. Elle peut ne pas refléter les derniers développements juridiques. Cintas n'offre aucune représentation, recommandation ou formation en matière de conformité d'un établissement avec les lois locales, provinciales ou fédérales.

CINTAS
READY FOR THE WORKDAY®