Winter Work: Slips, Ice, Cold Stress and Snow Hazards Meeting Kit – French



QUELS SONT LES ENJEUX?

Le froid change instantanément la donne. La glace rend chaque pas imprévisible, la neige cache les dangers que vous voyez normalement et les températures glaciales vous épuisent plus vite que vous ne le pensez. Que vous soyez à l'extérieur ou que vous passiez d'un endroit chaud à un endroit froid, les conditions hivernales augmentent les risques de glissades, de chutes, d'engelures et de fatigue. Rester vigilant et préparé est le seul moyen d'éviter que des tâches simples ne se transforment en situations d'urgence liées au froid.

QUELS SONT LES DANGERS?

L'hiver transforme le travail normal en un mélange de dangers cachés et de conditions qui changent rapidement. La glace, la neige et les températures glaciales ne donnent aucun avertissement, et lorsque vous en ressentez les effets, vous êtes peut-être déjà en difficulté. Le danger réside dans la rapidité avec laquelle vous perdez pied, la vitesse à laquelle le froid vous épuise et la facilité avec laquelle des tâches simples deviennent risquées lorsque le temps change.

Des Surfaces Glissantes que Vous ne Pouvez pas Voir Arriver

La glace peut se fondre dans le sol jusqu'à devenir presque invisible. La neige peut cacher les bordures, les marches, les trous et les surfaces inégales qui seraient normalement évidents. Un seul faux pas suffit pour glisser, tomber ou se tordre la cheville, surtout lorsque vous transportez des outils ou que vous vous déplacez rapidement.

Le Stress dû au Froid s'Accumule plus Vite que Vous ne le Pensez

Les températures froides réduisent la circulation sanguine, raidissent les muscles et rendent vos mains plus lentes et moins fiables. Lorsque votre corps lutte pour rester au chaud, votre temps de réaction diminue et il devient plus difficile de prendre des décisions. Les engelures et l'hypothermie ne semblent pas graves au début, c'est pourquoi les travailleurs ne remarquent souvent pas les premiers signes avant-coureurs.

Le Temps peut Changer Sans Prévenir

Des chutes de neige, des rafales de vent, de la pluie verglaçante ou des baisses soudaines de température peuvent survenir en quelques minutes. Les équipements gèlent, les allées deviennent glissantes et la visibilité diminue. Si les travailleurs ne sont pas préparés, ces changements rapides peuvent les mettre en danger bien avant qu'ils aient le temps de s'adapter.

COMMENT SE PROTÉGER

Pour travailler en toute sécurité en hiver, il faut ralentir, rester vigilant et se préparer à des conditions qui peuvent changer en quelques secondes. Le froid, la glace et la neige affectent votre équilibre, votre visibilité et même votre prise de décision. L'objectif est donc de rester au chaud, de rester stable et d'être conscient de ce qui se trouve sous vos pieds et autour de vous.

Habillez-Vous en Fonction du Temps et Protégez Votre Corps

Portez plusieurs couches de vêtements afin de rester au chaud sans avoir trop chaud. Couvrez vos extrémités avec des gants, des bonnets et des bottes isolantes, car les doigts et les orteils perdent leur chaleur plus rapidement. Choisissez des vêtements extérieurs imperméables pour rester au sec, car les vêtements mouillés augmentent la perte de chaleur et le risque d'hypothermie.

Déplacez-Vous Avec Précaution et Contrôlez Votre Rythme

Faites des pas plus courts sur les surfaces verglacées ou enneigées et gardez votre poids centré. Utilisez les rampes et évitez les virages brusques ou les mouvements rapides qui peuvent vous faire glisser. Lorsque vous transportez des matériaux, gardez les mains libres autant que possible afin de pouvoir garder votre équilibre et vous rattraper si nécessaire.

Que Faire pour Rester en Sécurité Pendant le Travail en Hiver

- Portez des chaussures antidérapantes et vérifiez que les semelles ne sont pas recouvertes de neige ou de glace.
- Déblayez la neige et saupoudrez du sable ou du sel sur les allées avant de commencer à travailler.
- Utilisez des crampons ou des aides à la traction lorsque les conditions sont difficiles.
- Gardez vos gants au sec et changez-les s'ils sont mouillés.
- Dégagez le pare-brise, les rétroviseurs et les phares de votre véhicule avant de démarrer.
- Faites attention à la buée sur vos lunettes lorsque vous passez de l'intérieur à l'extérieur.
- Hydratez-vous et faites des pauses pour vous réchauffer dans un endroit abrité.
- Signalez immédiatement les plaques de glace ou les accumulations de neige.

Anticipez les Changements Météorologiques Rapides

Surveillez les prévisions et soyez attentif aux baisses soudaines de température ou à l'arrivée de pluie verglaçante. Les chutes de neige, le vent ou la glace peuvent créer de nouveaux dangers plus rapidement que vous ne le pensez. Si les conditions deviennent trop dangereuses, arrêtez de travailler et réfugiez-vous dans un endroit abrité jusqu'à ce que vous puissiez reprendre en toute sécurité.

MOT DE LA FIN

Les dangers hivernaux apparaissent rapidement, et même les tâches les plus simples peuvent devenir dangereuses lorsqu’il y a de la glace, de la neige ou du froid. Prendre son temps, rester au chaud et regarder le sol devant soi sont de petits gestes qui permettent d’éviter des blessures graves.