

# Plan canicule en fonction du niveau de vigilance météorologique

15 juillet 2025

<https://vigilance.meteofrance.fr>

**VERTE**

**Chaleur de saison**

Veille saisonnière  
Sans vigilance particulière

**JAUNE**

Pic de chaleur  
Chaleur intense de courte  
durée (1 ou 2j)

Episode persistant de  
chaleur  
T°C élevées pendant plus  
de 3j

Application mesures  
niveau 1

**ORANGE**

Canicule  
Période de chaleur  
intense pendant 3j et 3  
nuits consécutifs

Application mesures  
niveau 2

**ROUGE**

Canicule extrême  
Canicule exceptionnelle  
par sa durée, son  
intensité et son extension  
géographique

Application mesures  
niveau 3

# Plan canicule en fonction du niveau de vigilance météorologique

## MESURES NIVEAU 1

Toute demande de stores et/ou ventilateurs (DT) doit être traité en priorité (ticket GLPI)

Mise à jour page actualités intranet  
« Canicule, fortes chaleurs : adoptez les bons réflexes ! »

## MESURES NIVEAU 2 = mesures niv 1 et 2

Message d'information envoyé par Direction Générale : Annexe 1 et 2  
A TOUS + personnel formé SST

Autorisation\* donnée par chaque Directeur Territorial pour les agents ne disposant pas d'un bureau climatisé/rafraîchi de :

- Télétravailler (en dehors règle télétravail)
- Débuter le travail dès 7h/7h30 (selon cité administrative) et le quitter dès 15h, sous réserve des nécessités de service (pas d'anomalies horoquartz)

Chaque directeur territorial informe ses agents sur les locaux « rafraîchis » (pièces en sous-sol, pièces climatisées,...) et les incite à venir y travailler.

Décaler, dans la mesure du possible les déplacements en extérieur. Privilégier les réunions en visioconférence.

Mise à disposition sur chaque site ARS d'eau fraîche

## MESURES NIVEAU 3 = mesures niv 1, 2 et 3

\* Attention, la mise en place de ces mesures ne doit pas créer de situation de travailleur isolé

Mesure(s) complémentaire(s) décidée(s)  
par Direction Générale

# ALERTE CANICULE – ANNEXE 1



## ADAPTEZ LES ACTIVITÉS

- Évitez ou réduisez les efforts physiques.
- Adaptez votre rythme de travail selon votre tolérance à la chaleur.
- Pour tout travail en extérieur, privilégiez autant que possible les zones ombragées.
- Pour tout port de charge, utilisez systématiquement les aides mécaniques à la manutention [chariot, diable...].
- Pensez à éliminer toute source inutile de chaleur : éteignez le matériel électrique non utilisé [imprimante, lampe...].

## PRENEZ DE BONNES HABITUDES

- Buvez régulièrement de l'eau, même si vous ne ressentez pas la soif [par exemple, un verre d'eau toutes les 15-20 minutes].
- Rafraîchissez-vous.
- Portez des vêtements amples, légers, de couleur claire, favorisant l'évaporation de la sueur.
- Protégez-vous la tête et les yeux du soleil.

- Cessez immédiatement toute activité dès que des **symptômes de malaise** se font sentir et signalez-le.
- En cas de trouble en fin de journée de travail [fatigue, étourdissement, maux de tête...], évitez toute conduite de véhicule. Faites-vous raccompagner.
- Demandez conseil au médecin du travail en cas d'antécédents médicaux ou de prise de médicaments.
- Surveillez vos collègues de travail et faites cesser l'activité à un collègue présentant des signes d'alerte.

## PRÉSERVEZ VOTRE SANTÉ

## COUP DE CHALEUR

### Quels sont les signaux d'alerte ?



### Quelles sont les conduites à tenir ?

→ Si la victime est consciente :



→ Si la victime perd connaissance :



→ Dans tous les cas, vous devez impérativement alerter ou faire alerter les secours : Samu [15] ou numéro d'appel européen des services de secours [112]

## SURVEILLEZ VOTRE HYGIÈNE DE VIE

- Évitez les boissons alcoolisées [y compris la bière et le vin].
- Si votre poste de travail comporte des risques chimiques ou biologiques, hydratez-vous dans un local annexe après un lavage des mains.
- Prenez des repas adaptés à la situation de travail et évitez les repas trop gras et trop copieux.



En cette période de canicule, je vous remercie en tant que SST **d'être particulièrement vigilant vis-à-vis de vos collègues et de l'apparition des signaux d'alerte d'un coup de chaleur/déshydratation.**

**Le coup de chaleur peut survenir en cas d'exposition prolongée à des températures élevées. Le coup de chaleur est rare mais potentiellement mortel.**

## Signes d'alerte d'un coup de chaleur

- **Symptômes généraux**
  - Hyperthermie : température interne supérieure à 39 °C
  - Tachycardie : pouls rapide
  - Respiration rapide
  - Maux de tête
  - Nausées, vomissements
- **Symptômes cutanés**
  - Peau sèche, rouge et chaude
  - Absence de transpiration
- **Symptômes neurosensoriels**
  - Confusion, comportement étrange, délire, voire convulsions
  - Perte de connaissance éventuelle

## Comment agir : en tant que SST vous devez

- alerter ou faire alerter les secours : 15 ou 112 ;
- si la victime est consciente :
  - l'amener l'ombre et/ou dans un endroit frais et bien aéré, si disponible la placer sous le courant d'air d'un ventilateur,
  - lui enlever les vêtements,
  - la rafraîchir en faisant couler de l'eau froide sur le corps, si disponible placer des sacs de glace recouverts d'un linge sous les aisselles, au niveau de l'aine ou du cou,
  - lui donner à boire de l'eau fraîche, par petites quantités ;
- si la victime perd connaissance : la mettre en position latérale de sécurité et la surveiller en attendant l'arrivée des secours. Des gestes de secours supplémentaires seront appliqués sur avis médical (15, 112).