

Flash sécurité

Fiche canicule

Au cours des dernières années, nous avons régulièrement été confrontés à des périodes de chaleur extrême. Toutefois, le travail d'une aide-ménagère est rapidement influencé par des températures élevées persistantes. Même lorsqu'il ne s'agit pas officiellement d'une canicule, une période de températures élevées persistantes risque de rendre les tâches plus lourdes.

En tant qu'entreprise, nous souhaitons dès lors offrir une ligne de conduite, détaillant ce qui est attendu de nos aide-ménagère(s) et de nos clients pendant ces canicules.

Pas de travail en plein soleil

Les vitres ne sont pas lavées et les terrasses ne sont pas récurées au soleil. Reportez les tâches lourdes à un autre jour, lorsque la température extérieure le permet.



POUR L'AIDE-MÉNAGER(ÈRE)

Buvez suffisamment

tant avant, pendant qu'après le travail. Vous emmenez votre propre boisson ? Ensuite, conservez-le dans un endroit frais, à l'ombre ou dans le réfrigérateur du client.



Réorganisez votre temps de pause

nous vous conseillons d'insérer une courte pause de 5 minutes toutes les heures.

Humidifiez un chiffon ou une serviette et posez-la dans votre cou.

Elle vous procurera un sentiment de fraîcheur.

Fermez volets et rideaux

(partiellement) afin d'éviter le soleil direct. Le soleil tourne pendant la journée, tenez-en compte dans votre planning.

Nettoyez les pièces lorsque le soleil ne brille pas directement.

Si le soleil brille toujours dans une pièce pendant votre présence, alternez les pièces chaudes et les pièces plus fraîches.



Vous vous déplacez à pied ou à vélo ?

Le cas échéant, prévoyez suffisamment de temps pour votre déplacement et protégez-vous du soleil (couvre-chef, crème solaire).

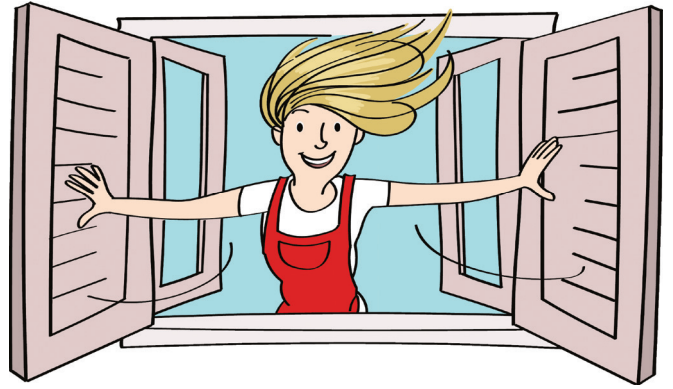
Veillez à boire suffisamment avant de vous déplacer.



Ouvrez portes et fenêtres aux moments les plus frais de la journée

Certaines tâches, comme repasser et aspirer, créent une chaleur additionnelle. Ces tâches ne peuvent pas toujours être reportées. Lorsqu'il est impossible de les reporter, répartissez ces tâches sur toute la durée de votre prestation. Alternez vos tâches.

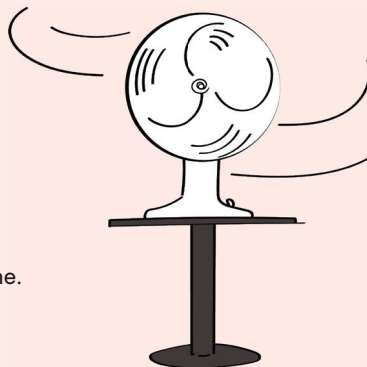
Essayez de faire les tâches les plus lourdes lorsqu'il fait plus frais et clôturez la prestation avec des tâches plus légères. L'après-midi, faites l'inverse.



POUR LE CLIENT

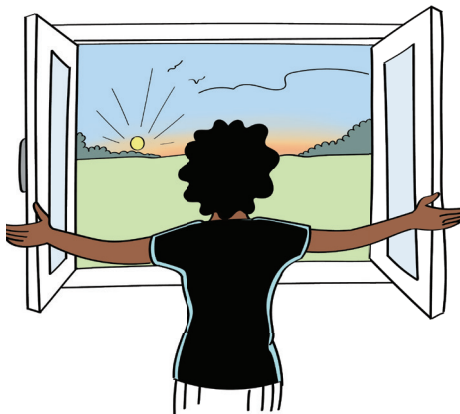
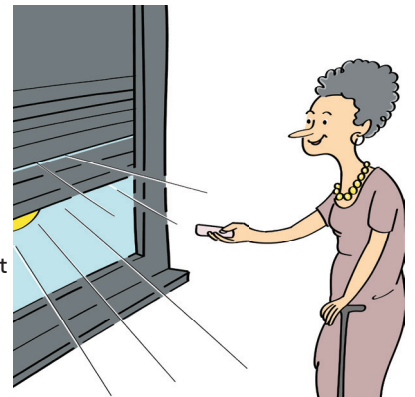
Si possible, utilisez des ventilateurs

Placez-les de préférence près d'une fenêtre ou d'une porte extérieure ouverte et évitez de les diriger directement sur une personne.



Utilisez les stores au maximum :

si vous avez des volets ou des rideaux, fermez-les (partiellement) lorsque vous ouvrez les fenêtres, afin d'éviter le rayonnement direct du soleil, tout en permettant l'aération.



Ouvrez les portes et les fenêtres tant qu'il fait plus frais à l'extérieur qu'à l'intérieur.



Permettez à votre aide-ménager(ère) de toujours avoir accès à l'eau du robinet.



Nous conseillons que votre aide-ménager(ère) puisse prendre une courte pause de 5 minutes toutes les heures au lieu de 10 minutes toutes les 2 heures.

Il est important en période de canicule de pouvoir travailler de manière sûre et saine. Respectez dès lors bien ces conseils et ces points d'attention. Nous vous demandons d'utiliser votre bon sens et de vous protéger si vous ne vous sentez pas en sécurité. Prenez bien soin de vous, écoutez votre corps et demandez du soutien à votre agence lorsque la situation le demande.