

Santé en têtes



Colloque santé et sécurité du travail Côte-Nord

*Danielle Pedneault,
Infirmière-conseil
Santé au travail*

Les 27 et 28 mai derniers, se tenait le colloque annuel santé et sécurité du travail, organisé conjointement par la CSST et le Centre intégré de santé et de services sociaux de la Côte-Nord.

La conférence d'ouverture « Comment mobiliser une équipe et propager sa vision » a été prononcée par le sprinteur olympique Bruny Surin. Avec simplicité, il a raconté au public les grands moments de sa carrière, les différentes épreuves qu'il a dû traverser et les attitudes adoptées pour faire face à l'adversité.

Relatant la conquête olympique de l'équipe canadienne de relais 4 x 100 m, il a également insisté sur la communication et de la collaboration pour qu'une équipe

ait du succès et se réalise à son plein potentiel.

À travers son récit, il a incité les gens à avoir des rêves, même s'ils paraissent impossibles à réaliser et les a encouragés sur l'importance de croire en eux.

Cette conférence livrée en toute humilité a su toucher les gens et les inspirer.



Crédit photo : Véronique Lavoie

Colloque santé... (suite)

Remise annuelle des Grands Prix SST

Ces prix visent à récompenser les initiatives des milieux de travail pour prévenir les accidents du travail et les maladies professionnelles. Ils soulignent également la contribution de personnes qui font de la prévention un défi au quotidien dans leurs milieux de travail.

ArcelorMittal Exploitation minière Canada s.e.n.c. - Usine de bouletage a été nommée lauréate régionale pour la Côte-Nord. Un chariot pour le transport des équipements comme des rouleaux de convoyeurs et des poulies sur de longues distances a été développé par les travailleurs en collaboration avec l'employeur. Ce nouvel outil permettra de prévenir les troubles musculosquelettiques en plus de réduire les efforts pour déplacer les équipements.

ArcelorMittal sera du Gala national des Grands Prix santé et sécurité du travail, qui se tiendra à Québec au printemps 2016. Il est possible de consulter la vidéo explicative de l'innovation au www.csst.qc.ca/remisesregionales.

Six autres entreprises, dont un organisme public, ont également été retenues comme finalistes dans la catégorie Innovation, soit :

- Alcoa - Aluminerie de Baie-Comeau;
- Aluminerie Alouette inc.;
- ArcelorMittal Exploitation minière Canada s.e.n.c. - Mont-Wright;
- Produits forestiers Résolu - Division Baie-Comeau;
- Rio Tinto Fer et Titane;
- Ville de Port-Cartier.

Ces entreprises avaient proposé des projets qui ont été mis en place dans leurs milieux de travail pour prévenir les accidents ou diminuer les risques de blessures.

Le concours national dans la catégorie **Leader en santé et sécurité du travail (SST)** a permis de reconnaître deux représentants d'employeur et trois travailleurs de la région.

Voici les leaders qui ont reçu, lors de la remise régionale, un certificat soulignant leur engagement envers la santé et sécurité au travail.

Représentants d'employeur :

M. Gaston Joncas, directeur général de Produits forestiers Résolu - Division Baie-Comeau;
M. Daniel Turcotte, surintendant au Centre de coulée de l'Aluminerie Alouette, à Sept-Îles.

Représentants des travailleurs :

M. Étienne Garon de la Société en commandite Hydroélectrique Manicouagan à Baie-Comeau;
M. Stéphane Pigeon de l'Aluminerie Alouette à Sept-Îles;
M. André Therrien d'ArcelorMittal Exploitation minière Canada à Port-Cartier.

M. Therrien avait d'ailleurs reçu le 5 mai dernier, à Québec, le Grand Prix Leader national à titre de représentant des travailleurs.

Enfin, la polyvalente des Berges de Les Bergeronnes a reçu un certificat récompensant sa candidature au concours national dans la toute nouvelle catégorie, **Éducation à la prévention**. Cette catégorie vise à souligner les efforts des enseignants, gestionnaires et des élèves qui se sont impliqués dans un projet sur la santé et sécurité au travail. Le département des sciences de la polyvalente a mis en place un projet mettant en place diverses mesures de santé et sécurité dans le programme de science et technologie.

Ateliers offerts durant la journée



« Prévenir la perte d'audition »

Madame Katia Chabot, oeuvrant pour la compagnie 3M a présenté les grands principes de l'audition, de la perte auditive et de la protection auditive en milieu de travail. Elle a également fait état des nouveautés dans le domaine, notamment un appareil pour évaluer l'efficacité des bouchons protecteurs et divers produits offerts sur le marché qui contribuent à la protection des travailleurs et à la prévention de

l'apparition de problèmes auditifs.

« SOS Énergie »

Psychologue clinicienne, Madame Lucie Vézina a offert une présentation très dynamique visant à mieux comprendre les niveaux d'énergie personnels, s'outiller et passer à l'action.

Elle a expliqué les moyens pour éviter de tomber dans le piège de l'épuisement, soit la prévention, l'entretien, de même que la connaissance et l'écoute. Elle a présenté diverses astuces pour s'outiller et identifier les situations à risque.

Enfin, elle a dévoilé comment passer en « mode économie d'énergie », entre autres, en désamorçant le système d'alarme au quotidien, par des exercices respiratoires, des chansons et de l'humour.



« Gare aux phénomènes dangereux »

Monsieur Laurier Lamontagne était un jeune soudeur sur le marché du travail depuis seulement un an lorsqu'il a eu un accident de travail qui a eu un impact majeur sur sa carrière. Amputé des cinq doigts de la main droite, il a dû vivre le deuil de ne plus pratiquer le métier qui le passionnait tant. Il a raconté cette épreuve, et son cheminement parsemé d'embûches qui l'ont finalement mené vers les études

universitaires. Ceci lui a permis de devenir conseiller en santé et sécurité du travail afin d'agir dans son milieu pour protéger la santé des travailleurs. Il a fait expérimenter à son auditoire diverses situations de handicap. Laurier souhaite aujourd'hui que son expérience et son travail permettent d'éviter des accidents graves à d'autres travailleurs.

« S'adapter aux changements personnels et professionnels non choisis »

Monsieur Robert Laurin, psychologue et conférencier reconnu, a présenté le changement comme un déséquilibre qui peut toucher divers secteurs de vie (professionnel, intime, financier et matériel, santé et loisirs, social) et le processus de rééquilibrage.

Les clés pour traverser les deux étapes importantes, soit le déclencheur et la recherche de solutions, ont été présentées. Il a entre autres insisté sur l'importance de choisir la bonne attitude et de chercher des solutions aux changements plutôt que de chercher des coupables.

Il a conclu en rappelant que s'adapter aux changements est une force et que ce processus est individuel.



Ateliers offerts... (suite)



« Recruter, accueillir et retenir les employés de la génération Y »

S'intéressant aux relations entre les générations au travail, Madame Josée Garceau a présenté les caractéristiques et les visions différentes du travail opposant les générations X, Y et les baby-boomers. Elle a ensuite partagé ses conseils pour attirer les Y et leur permettre de s'épanouir dans l'organisation. Ciblant les gestionnaires, cette conférence a permis à ceux-ci de mieux connaître leurs Y et leurs modes de pensée afin de faciliter les communications.

« La vision et l'environnement de travail »

Possédant une vaste expérience en clinique et à titre d'expert en milieu de travail, Docteur Benoît Frenette a abordé différents thèmes comme la fatigue visuelle, l'éclairage, la lumière invisible, la norme CSA pour la protection oculaire.



Il a également démystifié la question du port de lentilles cornéennes en milieu industriel, en s'appuyant sur des études scientifiques.

Il a présenté des statistiques sur les accidents et les lésions oculaires subies par les travailleurs, en plus de quelques études de cas et exemples tirés du milieu industriel.

Le rendez-vous annuel des acteurs en santé et sécurité du travail a encore cette année permis aux participants de recueillir des informations sur les tendances dans ce domaine. La prochaine édition se déroulera le 1^{er} juin 2016 à Baie-Comeau et le 2 juin à Sept-Îles.



Bonne saison estivale!



Santé en têtes

SANTÉ EN TÊTES est réalisé par l'équipe de Santé au travail de la Direction de santé publique. Le bulletin est publié au rythme de trois numéros par année.

Ce bulletin d'information régional est distribué gratuitement.

Comité de coordination
Danielle Pedneault, Nancy Lachance,
Rémi Simard, Vincent Bounou, Stéphane
Caron et Caroline Couture

Collaboration spéciale
Danielle Pedneault

Traitement de texte et mise en page
Elena Savard

Comité de lecture
Johanne Bourgeois, Martine Létourneau,
Pascal Paradis et Elena Savard

Impression
Völtige
(Baie-Comeau)

Pour toute information relative au contenu de cette publication ou pour un projet d'article, communiquer avec :

Caroline Couture ou Danielle Pedneault
Réseau de santé publique
en santé au travail
Centre intégré de santé et de services
sociaux de la Côte-Nord
55, boulevard Comeau
Baie-Comeau (Québec) G4Z 3A7
Téléphone : 418 589-9845
Télécopieur : 418 296-3463

Disponible sur le Portail du réseau public québécois en santé au travail (section PUBLICATIONS) à l'adresse suivante :
www.santeautravail.qc.ca/Santeentetes.aspx
ainsi que sur le site :
www.ciass-cotenord.gouv.qc.ca

ISSN 1198-1873

Centre intégré
de santé
et de services sociaux
de la Côte-Nord

Québec