



DOSSIER Ergonomie

- ◆ Comment éviter la fatigue physique, visuelle et mentale lors du travail à l'écran de visualisation?
- ◆ L'ergonomie au quotidien: 15 ans d'innovations-prévention



L'APSAM

- ◆ L'APSAM parmi vous
- ◆ L'APSAM souligne ses 15 ans
- ◆ Groupes de liaison
- ◆ Il pleut des CD
- ◆ Nouveau et amélioré: www.apsam.com

PRÉVENTION

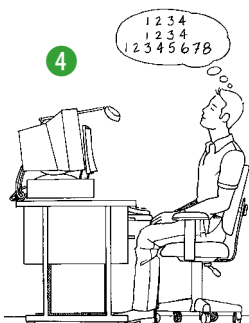
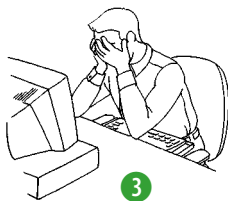
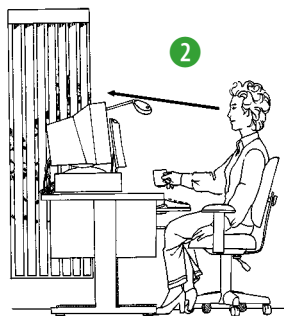
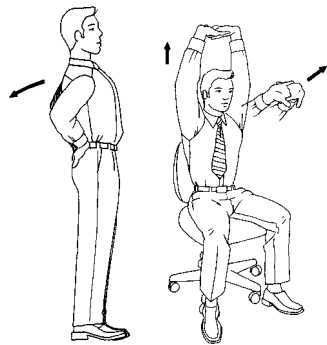
- ◆ Couvrez ce nez

FORMATION

- ◆ Accréditation de formateurs



Comment éviter la fatigue physique, visuelle et mentale lors du travail à l'écran de visualisation



Ressentez-vous de la tension musculaire (un point dans le haut du dos par exemple) lorsque vous travaillez de longs moments à l'ordinateur? Avez-vous l'impression que votre vision se trouble après un long moment devant votre écran? Vous arrive-t-il parfois de vous rendre compte que vous relisez la même phrase à l'écran depuis quelque temps?

Si vous avez répondu «oui» à l'une ou l'autre de ces questions, il est possible que des micro-pauses actives vous aident à éliminer ces inconvénients. Une micro-pause active est une période au cours de laquelle vous exécutez un exercice simple, discret et efficace. Chaque pause dure entre 20 secondes et 1 minute. Vous pouvez prendre ces pauses lorsque vous en ressentez le besoin ou toutes les 20 à 30 minutes.

Quel genre d'exercice devez-vous faire? Cela peut aller d'un étirement pour contrer la tension musculaire à un exercice de respiration pour diminuer la fatigue mentale en passant par le simple fait de regarder au loin pour diminuer la fatigue visuelle. Essayez-les, ça marche!

Le travail à l'ordinateur

L'ordinateur est devenu le principal outil de travail de bien des personnes. Ceci a eu pour effet de fixer la posture et l'attention du travailleur. Or, on le sait, le travail sédentaire peut avoir des effets néfastes pour la santé. Entre autres, le travail à l'ordinateur peut causer une fatigue posturale, visuelle et mentale. Avant d'entreprendre les exercices qui vous seront suggérés dans cet article, il est important de faire quelques vérifications.

1. Est-ce que l'aménagement de votre poste de travail à écran de visualisation est adéquat?
2. Est-ce que l'ambiance lumineuse à votre poste de travail à écran de visualisation est convenable?
3. Est-ce que l'organisation de votre travail est adéquate?

L'aménagement et l'ambiance lumineuse d'un poste à écran de visualisation

L'objectif de cet article n'est pas de présenter les éléments d'un aménagement ergonomique à un poste de travail à écran

de visualisation. Nous vous suggérons plutôt de vous référer aux fiches techniques #13 *L'aménagement du poste de travail à écran de visualisation* et #15 *Le travail au T.E.V.: symptômes physiques et mesures correctives* qui ont été développées à l'APSAM. Nous voulons simplement vous rappeler qu'il est impératif de corriger votre aménagement, si le besoin est, avant de commencer les exercices et que ceux-ci ne constituent pas une solution de rechange à l'élimination des risques à la source.

L'organisation du travail

Après vous être assuré que l'aménagement et l'ambiance lumineuse respectent les principes d'ergonomie, vous devez examiner l'organisation du travail.

Il est suggéré d'opter pour un temps de travail continu à l'ordinateur ne dépassant pas deux heures en usage normal et une heure lors d'usage intensif. De plus, il est suggéré d'organiser votre travail de façon à alterner le travail à l'ordinateur avec d'autres tâches. Il est intéressant de passer d'un travail en position assise à un travail exécuté en position debout, comme la photocopie de document par exemple. Il n'est cependant pas toujours possible d'aménager son travail ainsi:

- ◆ parce qu'il n'y a pas d'autres tâches à exécuter;
- ◆ parce que l'inspiration étant présente, on en profite pour terminer son travail à l'ordinateur;
- ◆ parce que le travail qui est exécuté à l'ordinateur est prioritaire, etc.

C'est entre autres à ce moment-là que les micro-pauses actives sont avantageuses pour vous.

Les avantages des micro-pauses actives

Plusieurs études révèlent que l'intégration de micro-pauses actives lors du travail à

écran de visualisation est bénéfique pour :

- ◆ diminuer la tension musculaire;
- ◆ diminuer les troubles de la vision;
- ◆ augmenter la concentration et l'attention;
- ◆ diminuer le stress.

Il est donc recommandé d'avoir recours à ces micro-pauses afin d'éviter l'apparition de symptômes de fatigue musculaire, visuelle et mentale. Notez que celles-ci sont intéressantes dans la mesure où elles sont un complément aux pauses traditionnelles.

Les micro-pauses actives

Le principe de la micro-pause active consiste à exécuter un exercice (vous pouvez en faire plus d'un si vous voulez!) par intervalles réguliers afin de prévenir l'accumulation de fatigue. Le choix de l'exercice dépend de la nature de la fatigue que vous voulez prévenir ou éliminer (musculaire, visuelle ou mentale).

Pour la fatigue musculaire, un exercice d'étirement choisi en fonction de la région où vous ressentez la tension est de mise ❶. Vous avez donc le choix entre les exercices de la région du cou / haut du dos, du bas du dos, des membres supérieurs et des membres inférieurs (voir fiche jointe au bulletin ou le site internet: www.apsam.com pour les illustrations de tous les exercices).

Pour la fatigue visuelle, deux exercices sont proposés soit de regarder au loin (plus de 6 mètres) ❷ ou de fermer les yeux ❸. Ces exercices permettent d'amener les muscles des yeux, responsables de l'accommodation, au repos.

Pour la fatigue mentale, choisissez un exercice de relaxation ❹. L'exercice est simple, vous devez respirer sur un tempo comme ceci: inspirez en 4 temps, bloquez votre respiration pendant 4 temps, puis expirez lentement sur 8 temps. Répétez deux à trois fois. L'exercice est excellent pour éliminer le stress et augmenter la concentration.

Pour plus d'information sur les micro-pauses actives, consultez un kinésologue (spécialiste de l'activité physique) près de chez vous ou téléphonez à l'APSAM.

L'ERGONOMIE AU QUOTIDIEN

15 ans d'innovations-prévention

Le travail de l'ergonome est d'aider le milieu de travail à diagnostiquer l'origine d'un problème de santé-sécurité ou d'un dysfonctionnement dans le travail. L'ergonome apporte son aide dans la recherche de pistes de solutions et conseille en vue de faire le meilleur choix parmi les possibilités de transformation. Cependant, certains milieux réussissent à franchir tout ce chemin seul et avec succès. La rubrique innovation-prévention a, depuis 15 ans, relaté quelques-uns de ces succès.

Pour être considérée comme une innovation-prévention, la solution doit répondre à deux critères, soit le caractère innovateur et préventif. Les innovations-prévention qui ont été présentées jusqu'ici vont du «Vileboyau» pour enrayer les tuyaux d'incendie, au système électronique de confirmation des présences dans une station de purification des eaux (voir tableau synthèse sur notre site internet www.apsam.com). Elles sont parfois le résultat d'un travail d'équipe ou le fruit de l'imagination d'un «patenteux». Dans tous les cas, les innovations-prévention font l'unanimité tant du point de vue de l'efficacité que de celui de la sécurité. La compilation des différentes données dont nous disposons nous permet de dire que:

- ◆ le coût moyen des innovations est de 861\$;
- ◆ le temps moyen nécessaire pour développer l'innovation est de 19,5 heures;
- ◆ les acteurs le plus souvent à l'origine du développement sont le travailleur, aidé du soudeur.

Dans le cadre de son 15^e anniversaire, l'APSAM lance le concours Innovation-prévention (voir l'article en page 5) afin:

- ◆ de répertorier le maximum d'innovations et de les communiquer au secteur sous forme de recueil;
- ◆ de stimuler l'innovation et de souligner l'effort de ceux et celles qui ont mis leur génie au service de leur propre santé-sécurité et de celle des autres.



L'APSAM parmi vous

L'APSAM a participé à un certain nombre de rencontres et congrès depuis le début de l'année. Pour certains congrès l'expérience est nouvelle, mais pour la majorité des événements l'APSAM fait maintenant partie des habitués.



En général, les commentaires suivants s'appliquent.

- ◆ Les participants connaissent maintenant l'APSAM, ses produits et services;
- ◆ ils sont souvent au courant des dossiers en cours et ils sont très intéressés;
- ◆ ils lisent le bulletin, consultent de plus en plus le site Web;
- ◆ les produits de l'APSAM, fiches techniques et guides, sont très demandés;

- ◆ à la longue, on remarque que l'affiche sur le kiosque et le logo sont significatifs pour les participants; ils nous reconnaissent pour nous avoir déjà vu les années antérieures;
- ◆ c'est certain qu'ils ne sont pas indifférents aux éléments promotionnels de marketing : épinglettes, etc.;
- ◆ on note que les questions posées sont de plus en plus pointues;
- ◆ la visibilité de l'APSAM est très bonne;
- ◆ un bon niveau de confiance est établi auprès de notre clientèle municipale et de nos partenaires.



Congrès du FEESP-CSN,
le 25 avril

Salon de la Municipalité (UMQ),
les 27 et 28 avril

Congrès de LAPIQ, à Gatineau,
du 5 au 7 mai

Congrès de l'Association
des directeurs de police et
pompiers du Québec (ADPPQ),
du 10 au 12 mai à Laval

Congrès annuel de la FISA,
du 10 au 12 mai

Congrès de la Corporation des
gestionnaires en ressources
humaines du Québec (CGRHQ),
du 17 au 19 mai

Congrès du Conseil provincial
du secteur municipal (CPSM),
du 17 au 19 mai

Congrès des chefs des services
d'incendie du Québec (ACSIQ),
du 5 au 7 juin

Congrès de la Corporation
des officiers municipaux agréés
du Québec (COMAQ),
Pointe-au-Pic, du 15 au 17 juin

PROTECTION RESPIRATOIRE Couvrez ce nez

- ◆ **Quand avez-vous besoin d'un équipement de protection respiratoire?**

Prenez une grande respiration et répondez.

«En vertu du Règlement sur la qualité du milieu de travail (S-2.1, r.15), une protection respiratoire est nécessaire lorsque la ventilation des lieux ne permet pas de satisfaire les normes prévues à l'Annexe A dudit règlement où encore que le pourcentage d'oxygène dans l'air est inférieur à 19,5% à la pression atmosphérique normale.»

Bravo, l'APSAM vous donne un A.

- ◆ **Comment l'équipement de protection respiratoire doit-il être choisi?**

«L'équipement de protection respiratoire doit être choisi, ajusté, utilisé et entretenu conformément à la norme CSA Z94.4-93: Choix, entretien, et utilisation des respirateurs.»

Ces obligations s'appliquent à toutes les catégories de travailleurs (pompiers, cols bleus et cols blancs).

- ◆ **Que pouvez-vous nous dire sur la Norme sur l'air comprimé respirable?**

Une toute nouvelle version de la norme Z180.1-00 «Compressed Breathing Air and Systems» a été diffusée au mois de mars dernier. La version française sortira d'ici un an ou deux.

L'APSAM souligne ses 15 ans

Voilà, l'APSAM, en pleine adolescence (rassurez-vous, c'est un ado qui n'est pas en crise), souligne le lundi 16 octobre prochain son 15^e anniversaire. Y participeront les responsables patronaux et syndicaux en santé et en sécurité du travail, les membres des groupes de liaison, les collaborateurs et les partenaires de l'APSAM.

L'APSAM désire souligner son 15^e anniversaire en organisant un grand concours dont le gagnant doit être un travailleur ou une travailleuse du secteur municipal.

Pour être admissible, il faut s'inscrire en remplissant le coupon qui apparaît dans ce bulletin de L'APSAM (été 2000) ou à partir de notre site Internet (www.apsam.com).

La personne qui désire participer à ce tirage doit pour gagner, en plus de fournir sur le coupon ses nom, adresse, employeur, téléphone à la maison et au travail, trouver un slogan original concernant la prévention et la santé et la sécurité au travail ou concevoir une innovation-prévention qui pourrait être applicable dans le secteur municipal.

Le ou la gagnante aura le choix parmi les possibilités suivantes :

- ◆ Fin de semaine dans la ville de son choix au Québec (hébergement 2 nuits);
- ◆ Une croisière sur le Saguenay pour voir les baleines (hébergement 2 nuits);
- ◆ Une soirée Casino au choix (Montréal, Hull ou Charlevoix) (hébergement 2 nuits);
- ◆ Un forfait Hockey : 2 places au Centre Molson pour une partie des Canadiens de Montréal et hébergement 2 nuits à l'Hôtel Intercontinental;
- ◆ Un tout nouveau « Pocket PC » cet ordinateur de poche révolutionnaire.

L'organisme municipal employeur de la personne gagnante méritera quant à lui une session de formation gratuite dispensée par l'APSAM à un groupe de travailleurs ou une

inscription gratuite à une session d'accréditation de formateur pour un cours de l'APSAM.

Le tirage aura lieu le 16 octobre 2000 lors de la soirée du 15^e anniversaire et le ou la gagnante aura un an pour bénéficier de son prix. Participez tous en grand nombre et bonne chance!

Travail, reconnaissance et dignité humaine

Le docteur Serge Marquis, médecin en santé communautaire, sera le conférencier invité lors du 15^e anniversaire de l'APSAM. Excellent conférencier, vulgarisateur et pédagogue, le docteur Marquis prendra la parole de 15 h 30 à 17 heures. De quoi parlera-t-il? Du travail, quoi d'autre?

Le Travail ! Paradoxe étrange ! En effet, c'est à travers lui qu'une personne cherche à s'accomplir, mais c'est aussi de lui dont parlent les gens pour exprimer leur souffrance. Cette expression de la souffrance concerne de plus en plus d'individus et prend généralement sa source dans l'attitude qui consiste à ne pas reconnaître le travail. Qui n'a pas ressenti un manque de reconnaissance de ses efforts, de ses compétences, de son originalité, pour tout dire, de sa contribution au succès de l'organisation?

Confrontées à l'indifférence envers ce qu'elles accomplissent quotidiennement, les personnes se renferment sur elles-mêmes et participent de moins en moins activement à la vie de l'organisation; leurs attentes n'étant pas comblées, elles craignent aussi que leurs attentes futures ne le soient pas non plus. Plusieurs en viennent à se demander si être reconnu au travail et reconnaître les autres est une nécessité ou un privilège !

Ces enjeux entraînent des problèmes de plus en plus profonds. Il n'est plus simplement question du travail, de compétence, de la place occupée; il est aussi question de justice sociale, d'éthique, de morale et de responsabilité envers l'autre. C'est la dignité humaine qui est ici mise à l'épreuve. Reconnaissance du travail et dignité humaine vont donc de pair, elles font partie du même problème et de la même solution.

Réunions et cocktail

La conférence du docteur Marquis sera suivie d'un cocktail au cours duquel, l'APSAM procédera au lancement de nouveaux produits (voir article *Il pleut des CD*). Il pleuvra des cadeaux lors de ce 15^e anniversaire, puisque toutes les personnes présentes recevront un exemplaire gratuit des CD et un agenda 2001.

Il y aura aussi une présentation en multimédia sur l'APSAM, de ses origines à aujourd'hui. Voyage introspectif et prospectif, ce document aurait pu s'intituler: *D'où venons nous? Où allons-nous?* Ce sera à vous d'en juger.

Finalement, les membres du Conseil d'administration de l'APSAM et ceux des groupes de liaison tiendront leur réunion en début de journée.

Voilà le menu de cet anniversaire de l'APSAM qui, au seuil de son âge adulte, démontre une maturité exemplaire en matière de prévention des accidents du travail et des maladies professionnelles.

COUPON D'INSCRIPTION

Pour participer vous devez trouver un slogan original concernant la prévention et la santé et la sécurité au travail ou concevoir une innovation-prévention qui pourrait être applicable dans le secteur municipal

Nom : _____

Adresse : _____

Employeur : _____

Fonction : _____

Téléphone à la maison : _____

Téléphone au travail : _____

Adresse électronique (s'il y a lieu) : _____

Je choisis : Le slogan L'innovation prévention

Texte : _____

Groupes de liaison de l'APSAM

LISTE DES PARTICIPANTS

COLS BLANCS

Diane Benoit
SNFM FISA,
Salaberry-de-Valleyfield

Suzy Bergeron
FEESP CSN, Sainte-Foy

Louise Bisson
FEESP CSN, Hull

Marie-Andrée Cadieux
Repentigny

Manon Charlebois
SCFP FTQ, S.L.429,
Montréal

Luc Chartrand
Hull

Lucie Dupuis
SCFP FTQ, S.L.2566,
Saint-Constant

Benoît Goyer
SCFP FTQ, S.L.1826,
Saint-Hyppolyte

Johanne Laplante
Saint-Bruno-de-
Montarville

Raymond Lavoie
SCFP FTQ, S.L.1177,
Montréal-Nord

Georges Lazurka
Salaberry-de-Valleyfield

Yves Lecours
SCFP FTQ, S.L.1113, Laval

René Miron
SCFP FTQ, S.L.429, CUM

Jean Nolin
Charlesbourg

Jean Saulnier
Québec

Nathalie Savard
SCFP FTQ, S.L.2231,
STCUQ

Manon Trudel
STCUM

et

Luc Bertrand, APSAM

Alain Langlois, APSAM

Patrick Vincent, APSAM

**TRAVAUX PUBLICS /
COLS BLEUS**

René Aubertin
SCFP, S.L.2301, Blainville

Gilles Bernard
FISA, Saint-Laurent

Michel Binet
Longueuil

Normand Boies
Saint-Laurent

Nathalie Carignan
Sherbrooke

Gilles Castonguay
SCFP, S.L.2729,
Sherbrooke

Jean Chassé
Montréal

Claude Collin
Sherbrooke

Guy Corriveau
SCFP, S.L.2729,
Sherbrooke

Daniel Courtemanche
Granby

Urgel Demers
SCFP, S.L.307, Longueuil

Martin Gagnon
SCFP, S.L.4545, Laval

Daniel Huot
SCFP, S.L.4545, Laval

André Lirette
Laval

Jean Mercier
Montréal

Claude Moffat
SCFP, S.L.301, Montréal

Robert Morin
SCFP, S.L.301, Montréal

Sylvain Rossignol
FISA, Granby

Léo Toupin
Blainville

et

Alain Langlois, APSAM

Sylvie Poulin, APSAM

POLICIERS

Ronald Bélanger
Institut de Police du
Québec

Normand Bergeron
ATSR inc.

Jacques Carle
Institut de Police du
Québec

Serge Daoust
Sécurité publique de
Repentigny

Marc Drouin
Fraternité des policiers de
Charlesbourg

Sylvain Dugas
Association des policiers
de Blainville

Douglas Ferland
Service de police de la
CUM

Mario Lacroix
Ministère de la Sécurité
publique

Claude Painchaud, CSST

Bruno Pasquini
Service de police de la
CUM

Renée Morin, CSST

Georges Painchaud
Fraternité des policiers de
Montréal

Michel Racine
Service de police de
Québec

Pierre-David Tremblay
Fraternité des policiers de
la CUM

et

Denise Gilbert, APSAM

Alain Langlois, APSAM

Charles Plante, APSAM

POMPIERS

Richard Carpentier
Association des pompiers
de Laval

Danièle Champoux
IRSST

Pierre Damico
Service des incendies,
LaSalle, Président de
l'Association des chefs de
services d'incendie du
Montréal Métropolitain,

Denis de Lisio
Syndicat des pompiers du
Québec, Montréal

Guy Dussault
Service d'incendie,
Mont-Royal

Richard Ferlatte
Service de prévention des
incendies, Saint-Laurent

Jean Henrichon
Association des pompiers
de Montréal

Pierre-Édouard Houde
Service de prévention des
incendies, Québec

Guy Lafortune
Association des chefs de
services d'incendie du
Québec, Beloeil

Gilbert Lapalme
Service de prévention des
incendies, Anjou

Carmen Larivière
Service de la sécurité
incendie, ministère de la
Sécurité publique,
Sainte-Foy

Denis Lauzon
Association québécoise
des pompiers volontaires
et permanents, Mascouche

Ronald Martin
Association des pompiers
de Ville Mont-Royal,

Martin Morency
Association des pompiers
professionnels du Québec,
Québec

Renée Morin, CSST

Claude Painchaud
CSST

Quang Bach Pham
CSST

Jacques Proteau
Service de prévention des
incendies de Montréal

François Raymond
Association des pompiers
instructeurs du Québec,
Longueuil

et

Luc Bertrand, APSAM

Michèle Bérubé, APSAM

Denise Gilbert, APSAM

Alain Langlois, APSAM

POMPIERS À TEMPS PARTIEL

Ce groupe est en voie
d'être créé.

CHAUFFEURS D'AUTOBUS

La première réunion de ce
groupe a été tenue le
13 juin. La liste des
participants n'est pas
encore officielle.

Il pleut des CD

Ce ne sera pas un orage, mais il pleuvra des CD-Rom cet automne. L'APSAM lancera plusieurs nouveaux produits à l'occasion de son 15^e anniversaire.

Pompiers et pompières

Le premier CD porte sur l'enquête d'accident avec et sans perte de temps chez les pompiers et les pompières. Ceux parmi vous qui ont une bonne mémoire des produits de l'APSAM auront fait immédiatement le lien avec la fiche technique numéro 10 qui traite du même sujet. Pourquoi faire deux fois le même produit? Mais parce que les services de prévention des incendies sont branchés, c'est évident. Et parce que ce CD offre des possibilités qui dépassent celles de la fiche technique. Vous voulez des exemples?

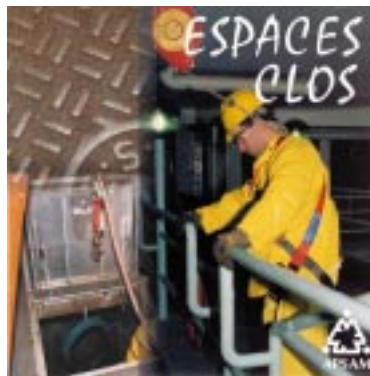


Ce CD vous permettra de constituer une base de données sur les accidents chez vous. Rassurez-vous, nul n'est besoin d'être un crack de l'informatique pour monter une base de données; le CD-Rom de l'APSAM le fera pour vous, tout seul. À partir de là, vous pourrez, analyser, interroger et établir des correspondances à partir de votre banque de données. Vous aurez la possibilité de produire des statistiques, d'exporter des données sur un autre support, d'imprimer des rapports et même d'échanger vos données avec des partenaires tels l'APSAM et l'Institut de recherche en santé et en sécurité du travail (IRSST).

Autre bonne nouvelle: ce CD-Rom sera distribué gratuitement à tous les services de prévention des incendies du Québec.

Espaces clos

Vous souvenez-vous de notre vidéo sur le travail en espace clos? Alors surveillez le lancement du CD-Rom



sur le même sujet. Ce sera un outil de travail qui vous permettra de planifier vos interventions en espace clos. Et pour ceux qui n'auraient pas encore vu notre vidéo sur le sujet, rassurez-vous: nous l'avons intégrée à notre CD. Avouez que l'on vous gâte. Détail supplémentaire: ce CD sera accompagné d'un guide. Le lancement est prévu lors du 15^e anniversaire de l'APSAM, évidemment.

C'est rentable la prévention!

Ce CD là, il est destiné aux décideurs des municipalités. Le maire de la ville d'Alma, dans une séquence vidéo, annonce qu'après des efforts de prévention, le taux de cotisation de la ville à la CSST a diminué de 50%, donnant lieu à des économies récurrentes. Payant, la prévention pour les «casse-coûts». Il y a ensuite un jeu questionnaire, une section «Saviez-vous que?», etc. Ce CD fait suite à la fiche de sensibilisation qui a déjà été distribuée aux élus et aux dirigeants dans le monde municipal. Devinez quand ce CD sera lancé? Lors du 15^e anniversaire, bien sûr.



Nouveau et amélioré: www.apsam.com

Ce n'est pas vraiment un nouveau site internet. Mais comme nous vous l'avons promis, notre site a été transformé, renové, amélioré. Et il sera prêt quand? Soyez vigilants, il peut apparaître n'importe quand.

Surveillez attentivement les nouvelles sections **Quoi de neuf?**, **Formation**, **Archives** et la section **Forum** ouverte aux discussions selon la catégorie d'emploi qui vous intéresse.

L'APSAM aime la visite, alors venez en grand nombre. Nous vous attendons.



ERRARE HUMANUM EST

Cette locution latine qui signifie: *Il est dans la nature de l'homme de se tromper*, nous rappelle qu'il faut toujours vérifier son travail. Ainsi, la fiche technique n° 28, qui est distribuée présentement, comporte une erreur. Elle est attribuée à Paul Potvin, conseiller de l'APSAM. Or, les auteurs en sont plutôt Danièle Champoux et Esther Cloutier, de l'Institut de recherche en santé et en sécurité du travail (IRSST).

L'APSAM s'empresse de corriger cette erreur lors de la réimpression de la fiche.



La revue L'APSAM est publiée par l'Association paritaire pour la santé et la sécurité du travail du secteur Affaires municipales

715, Square Victoria, Bureau 710
Montréal (Québec) H2Y 2H7

Téléphone :
(514) 849-8373

Télécopieur :
(514) 849-8873

Téléphone sans frais :
1-800-465-1754

Télécopieur sans frais :
1-800-465-6578

<http://www.apsam.com>

Directeur général et éditeur :
Alain Langlois

Coprésident patronal :
François Jutras,
directeur des Ressources
humaines, Ville de Québec

Coprésident syndical :
Claude Hétu, directeur adjoint,
SCFP-Québec (FTO)

Coordonnateur de la revue :
Marc Drouin

Rédaction :
Pierre Bouchard -
Communications B

Réalisation graphique :
Anne Brissette Graphiste

Distribution :
À la poste

Impression :
LES IMPRESSIONS AU POINT

Nota : Bien que cette publication ait été élaborée avec soin, à partir de sources reconnues comme fiables et crédibles, l'APSAM, ses administrateurs, son personnel ainsi que les personnes et organismes qui ont contribué à son élaboration n'assument aucune responsabilité quant à l'utilisation du contenu ou des produits ou services mentionnés. Il y a des circonstances de lieu et de temps, de même que des conditions générales ou spécifiques, qui peuvent amener à adapter le contenu. Toute reproduction d'un extrait de cette publication doit être autorisée par écrit par l'APSAM et porter la mention de sa source.

ISSN 1192-3547

La revue L'APSAM est distribuée gratuitement aux employeurs, aux travailleurs et aux travailleuses du secteur municipal au Québec.

Tirage : 11 000 exemplaires



Port de retour garanti
APSAM
715, Square Victoria
Bureau 710
Montréal, Québec H2Y 2H7



ACCREDITATION DE FORMATEURS

Deux sessions d'accréditation de formateurs sont prévues cet automne.

- ◆ Une session sera organisée pour accréditer des formateurs SIMDUT ; pour cette formation d'une durée de 3 jours, les frais d'inscription sont de 517,61 \$, incluant le matériel du formateur et les taxes.
- ◆ L'autre session s'adresse spécialement aux formateurs pompiers déjà accrédités par l'IPIQ, n'ayant pas suivi la formation de 3 jours

sur la santé et la sécurité du travail des pompiers (module 1). L'APSAM invite ces personnes à s'inscrire à cette session.

Le coût de cette formation est de 172,54 \$ (taxes comprises). Pour obtenir la trousse du formateur, il faut ajouter 345,08 \$ (taxes comprises).

Faites-nous part de votre intérêt en contactant Marie-José Duponsel, au (514) 849-8373 ou au 1 (800) 465-1754. Les dates de ces sessions seront déterminées au mois de septembre.