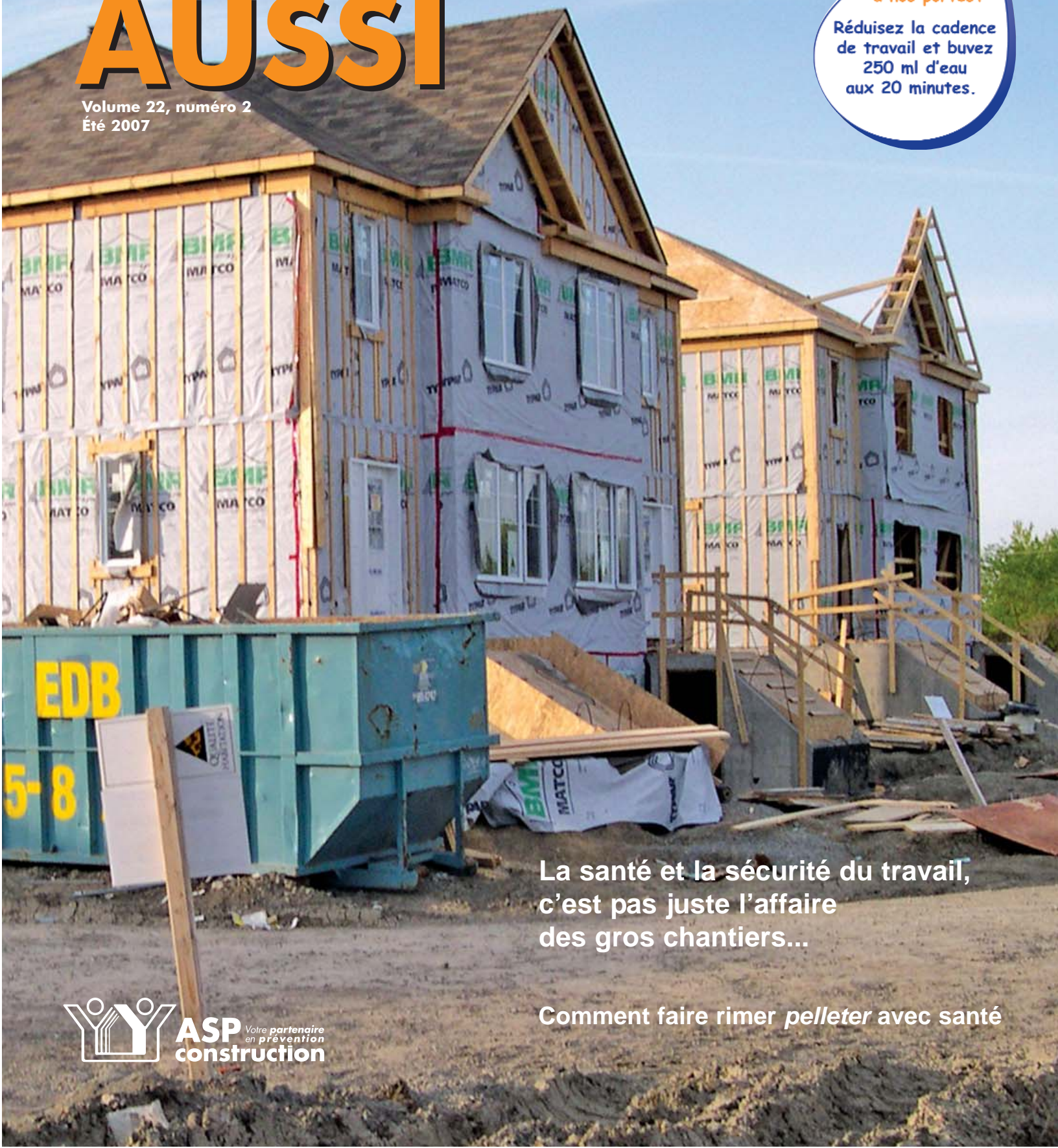


# PRÉVENIR AUSSI

Volume 22, numéro 2  
Été 2007

Les  
grandes  
chaleurs sont  
à nos portes!

Réduisez la cadence  
de travail et buvez  
250 ml d'eau  
aux 20 minutes.



La santé et la sécurité du travail,  
c'est pas juste l'affaire  
des gros chantiers...

Comment faire rimer *pelletier* avec santé



**ASP** Votre partenaire  
en prévention  
construction

Louise Lessard

**Trop souvent, on entend dire, et ce, autant de la part des employeurs que des travailleurs, que la santé et la sécurité du travail ça concerne seulement les gros chantiers et que, sur les plus petits chantiers de type résidentiel ou « petit » commercial, il revient à tout un chacun de faire sa propre sécurité.**



Wow! Un plancher au plafond, mais comment le poser? Avec une plate-forme élévatrice, ça se fait bien, vite et de façon sécuritaire.

**Le présent article se veut un temps de réflexion que tous doivent prendre à un moment donné...**

Il est vrai que, sur les plus petits chantiers, les effectifs de travailleurs sont réduits et que le personnel de soutien est souvent absent. Le manque de temps, jumelé à une concurrence parfois féroce, sert quelquefois de prétexte pour justifier le non-respect des règles élémentaires de sécurité. Mais la prévention est-elle aussi inaccessible qu'on le laisse croire?

Vous aurez beau tenter de vous défilier derrière toutes sortes d'excuses pour ne pas mettre en place des mesures de prévention, cette négligence risque fort de vous rattraper un jour, car nul n'est à l'abri d'un accident grave, voire fatal. Le jour où un accident surviendra, il sera trop tard pour revenir en arrière. Pire que les conséquences financières de ce dernier, il y a le fait que la victime est souvent un proche. En plus de vous sentir responsable de ce qui lui est arrivé, vous aurez possiblement à vivre avec un sentiment de culpabilité sur la conscience le reste de vos jours.

Si ces raisons ne suffisent pas à justifier à elles seules la mise en place de mesures de sécurité en vue de prévenir un accident, il y a les dispositions légales : la *Loi sur la santé et la sécurité du travail* ainsi que le *Code de sécurité pour les travaux de construction* s'appliquent à un petit chantier au même titre qu'à un grand chantier.

### Une question à se poser

Qu'est-ce que ça signifie, dans la réalité, « faire de la prévention » ? Est-ce de poser un certain nombre de gestes pour éliminer les situations à risque ou est-ce plutôt une façon d'être? Les deux, dirons-nous.

Toutefois, avant de faire des gestes concrets, il faut être convaincu de leur bien-fondé. Dans cette optique, la prévention revêt autant d'importance que la production et doit faire partie du cheminement logique d'un projet de construction. Autrement dit, il vous faut intégrer les activités de prévention aux activités de production. Trop longtemps, ces deux aspects ont été traités séparément, alors que de les combiner augmente vos chances de succès.

Si vous pouvez planifier qu'à telle étape du projet vous aurez besoin d'un échafaudage, la logique veut qu'il y ait nécessairement un risque de chute. Donc, pourquoi ne pas songer immédiatement à exécuter les travaux de la

manière la plus sécuritaire possible. En agissant ainsi, vous êtes tout simplement à insérer une démarche préventive dans votre projet de construction. Pour chaque étape du projet, vous devez faire l'exercice suivant :

#### 1. Identifier les risques auxquels vous devez faire face.

La planification sécuritaire des travaux se fait avant le début du chantier.

#### 2. Déterminer les mesures de prévention à mettre de l'avant.

Ces mesures sont propres à chaque étape du projet.

#### 3. Appliquer les mesures de prévention.

Cela signifie qu'il faut expliquer clairement les messages de prévention aux travailleurs afin qu'ils les mettent en pratique.

#### 4. Évaluer le degré d'efficacité des mesures et les adapter au besoin.

### Une démarche à succès

Le succès de votre démarche repose tout particulièrement sur l'application de mesures de prévention et sur l'évaluation de leur efficacité. Si, à titre d'entrepreneur, vous voulez que la démarche soit menée à bien, vous devez obtenir la collaboration de toute votre équipe (employés, surintendants, contremaîtres, etc.). À défaut de celle-ci, le temps et l'énergie investis à envisager des solutions à un problème n'aboutiront à aucun résultat. Pour éviter de tourner en rond, l'équipe doit voir à mettre en pratique les solutions trouvées, à en évaluer l'efficacité et, au besoin, à les adapter, voire à les modifier. Toutefois, cette collaboration qui, en fait, constitue un partage des responsabilités ne doit en aucun cas vous dégager de votre responsabilité première qui consiste à assurer la sécurité de vos employés.

Pour atteindre l'objectif de prévenir les accidents, il faut que tous les travailleurs assignés au projet soient consultés au tout début du processus afin qu'ils s'impliquent dès le départ. Se sentant concernés et se voyant indispensables à la réalisation du projet, ils seront plus enclins à y collaborer et à y consacrer l'énergie nécessaire.

## Et si la loi s'en mêlait...

Si ces arguments n'arrivent pas à vous convaincre de la nécessité d'intégrer la santé et la sécurité dans votre projet, en voici un qui ne manquera pas de le faire : la loi C-21. Cette loi, entrée en vigueur en 2004, modifie le *Code criminel du Canada*. Quand on en analyse le contenu, on réalise vite qu'elle se veut ni plus ni moins que la suite logique des articles 236 – contrevenir aux règlements – et 237 – compromettre la sécurité du travailleur – de la *Loi sur la santé et la sécurité du travail*. C'est principalement l'article 217.1 du *Code criminel* qui ajoute un élément nouveau au chapitre de la négligence criminelle. Cet article précise qu'« il incombe à quiconque dirige l'accomplissement d'un travail ou l'exécution d'une tâche ou est habilité à le faire de prendre les mesures voulues pour éviter qu'il n'en résulte des blessures corporelles pour autrui. » Vous avez donc l'obligation de faire preuve de diligence raisonnable et de rendre des comptes. Concrètement, cette obligation comporte trois points :

- 1° un devoir de prévoyance;
- 2° un devoir d'efficacité; et

3° un devoir d'autorité qui implique que l'employeur fasse preuve d'intolérance à l'égard des comportements jugés non sécuritaires.

Cet article confirme que vous avez l'obligation de faire une démarche préventive, et ce, pour chacun de vos projets.

Il y a de quoi réfléchir...et, surtout, obligation d'agir!



Lunettes sur le nez, extincteur à sa portée, notre soudeur est fin prêt pour meuler.

### Remerciements

Nous remercions l'entreprise Construction Longer inc. de son accueil chaleureux sur l'un de ses chantiers où les photos de cet article ont été prises.



Avec une bonne tenue des lieux, ça travaille mieux.



À deux, c'est moins exigeant physiquement et moins risqué de se blesser.

## Voici les principaux articles de loi auxquels le texte fait référence.

### *Loi sur la santé et la sécurité du travail*

#### Chapitre XIV

##### Dispositions pénales

**236.** Quiconque contrevient à la présente loi ou aux règlements ou refuse de se conformer à une décision ou à un ordre rendu en vertu de la présente loi ou des règlements ou induit une personne à ne pas s'y conformer, commet une infraction et est passible d'une amende d'au moins 200 \$ et d'au plus 500 \$ s'il s'agit d'une personne physique, et d'une amende d'au moins 500 \$ et d'au plus 1 000 \$ s'il s'agit d'une personne morale.

En cas de récidive, les amendes prévues par le premier alinéa sont portées à un minimum de 500 \$ et un maximum de 1 000 \$ s'il s'agit d'une personne physique, et à un minimum de 1 000 \$ et un maximum de 2 000 \$ s'il s'agit d'une personne morale.

**237.** Quiconque, par action ou par omission, agit de manière à compromettre directement et sérieusement la santé, la sécurité ou l'intégrité physique d'un travailleur est passible d'une amende d'au moins 500 \$ et d'au plus 1 000 \$, s'il s'agit d'une personne physique, ou d'une amende d'au moins 5 000 \$ et d'au plus 20 000 \$ s'il s'agit d'une personne morale.

En cas de récidive, les amendes prévues par le premier alinéa sont portées à un minimum de 1 000 \$ et à un maximum de 2 000 \$ s'il s'agit d'une personne physique et à un minimum de 10 000 \$ et à un maximum de 50 000 \$ s'il s'agit d'une personne morale.

#### Chapitre III

##### Droits et obligations

#### Section II

##### L'employeur

##### *Obligations générales*

**51.** L'employeur doit prendre les mesures nécessaires pour protéger la santé et assurer la sécurité et l'intégrité physique du travailleur.

Il doit notamment :

1° s'assurer que les établissements sur lesquels il a autorité sont équipés et aménagés de façon à assurer la protection du travailleur;

3° s'assurer que l'organisation du travail et les méthodes et techniques utilisées pour l'accomplir sont sécuritaires et ne portent pas atteinte à la santé du travailleur;

5° utiliser les méthodes et techniques visant à identifier, contrôler et éliminer les risques pouvant affecter la santé et la sécurité du travailleur;

9° informer adéquatement le travailleur sur les risques reliés à son travail et lui assurer la formation, l'entraînement et la supervision appropriés afin de faire en sorte que le travailleur ait l'habileté et les connaissances requises pour accomplir de façon sécuritaire le travail qui lui est confié;

N.B. : Pour lire la version intégrale de l'article 51, rendez-vous sur le site de l'ASP Construction à l'adresse suivante : [www.asp-construction.org](http://www.asp-construction.org). Cliquez sur l'onglet Textes de loi puis sur *Loi sur la santé et la sécurité du travail*.

# Une personne avertie en vaut deux !



Marie-Josée Aubert

**P**ar un beau matin ensoleillé, un travailleur qui a l'expérience en réfection de toitures se rend comme d'habitude, à la demande de son employeur, à l'immeuble résidentiel où il est affecté pour réaliser des travaux.

À son arrivée sur le chantier, bien que constatant l'absence de son employeur, il s'installe sur la toiture et amorce le retrait du revêtement en place. Toutefois, aucune consigne ni mesure de sécurité concernant les travaux en hauteur n'avaient été mises de l'avant.

Il se retrouve sur une toiture en pente dépourvue de garde-corps, ce qui l'expose à un risque de chute de plus de 6 mètres. Il ne porte pas de harnais de sécurité, dont le rôle est de minimiser les conséquences d'une chute lorsqu'elle survient.

Les heures s'écoulent, les oiseaux chantent et les travaux vont bon train. Rien ne laisse présager qu'un tragique évènement va se produire... Et pourtant, en tentant de dégager les bardeaux en bordure du toit à l'aide d'une fourche, il perd l'équilibre et fait une chute qui lui sera fatale.

L'environnement de travail non sécuritaire de même que les méthodes de travail déficientes étaient sans doute similaires à celles d'autres situations de travail qu'il avait vécues au cours de sa pratique comme couvreur sauf que, cette fois-ci, la chance ne lui a pas souri!

## Voici la liste des déficiences qu'a observées l'inspecteur de la CSST :

- les travaux s'exécutent en l'absence du représentant du maître d'œuvre;
- l'employeur ne possède pas de programme de prévention;
- aucune directive de rappel de mesures de sécurité ne précède le début des travaux;
- aucun mécanisme de planification sécuritaire du travail n'est effectué. Entre autres, la présence d'une remorque stationnée dans la cour arrière empêche l'installation sécuritaire d'une échelle menant aux combles de l'escalier;

- l'échelle mise à la disposition du travailleur ne permet pas une extension maximale sécuritaire;
- le travailleur emprunte l'échelle avec un outil dans les mains;
- les garde-corps sont absents;
- aucun contrôle sur l'utilisation de l'équipement de protection n'est exercé par les représentants du maître d'œuvre et de l'employeur. Le travailleur ne porte pas de harnais de sécurité et il est chaussé d'espadrilles.

## Voici les mesures qui auraient dû être prises sur ce chantier :

### 1) Gestion de la prévention

Les mesures de santé et de sécurité doivent être planifiées au même titre que la production l'est. Pour ce faire, l'employeur ou son représentant doivent informer les travailleurs sur les risques auxquels ils s'exposent lors de la réalisation des travaux et leur transmettre les méthodes de travail sécuritaires. De plus, l'employeur ou son représentant doit être sur le chantier afin de s'assurer de l'application des directives en matière de santé et de sécurité et, au besoin, de les leur rappeler.

### 2) Protection contre les chutes

Comme les travaux ont lieu sur la toiture et que la hauteur du rebord du bâtiment principal se trouve à plus de 6 mètres du sol, il faut trouver un moyen de se protéger contre le risque d'une chute.

L'article 2.9.1.1 du *Code de sécurité pour les travaux de construction* (C.S.) est clair à ce sujet : « Tout travailleur doit être protégé contre les chutes s'il est exposé à une chute de plus de 3 mètres ». Quant à l'article 2.9.2.3, il oblige l'employeur à installer un garde-corps en bordure du vide lorsque la hauteur de chute est de plus de 5 mètres en bordure d'un toit.

Pour éliminer les risques de chute, il y avait deux options possibles : installer un garde-corps, ce qui aurait créé une barrière entre le vide et le travailleur qui réparait la toiture ou porter un harnais de sécurité et ses accessoires. Celui-ci n'aurait pas éliminé la chute, mais il en aurait diminué les conséquences.

L'échelle représentait également un risque de chute en raison de son installation non sécuritaire, de sa dimension et de l'utilisation que le travailleur en faisait.

L'article 3.5.6 du C.S. stipule que : « lorsqu'elle n'est pas fixée de façon permanente, elle doit être inclinée de façon telle que la distance horizontale entre le pied de l'échelle et le plan vertical de son support supérieur soit



approximativement entre le  $\frac{1}{4}$  et le  $\frac{1}{3}$  de la longueur de l'échelle entre ses supports; ».

Dans le présent cas, l'inclinaison observée ne répondait pas à ces caractéristiques. Trop abrupte, elle représentait un risque de chute pour le travailleur qui devait y monter et en descendre.

La longueur de l'échelle était insuffisante. Elle ne répondait pas aux exigences du C.S. qui mentionne qu'elle doit dépasser le palier supérieur d'au moins 900 millimètres.

L'utilisation sécuritaire d'une échelle se traduit par une montée et une descente face à celle-ci de même que par l'utilisation de trois points d'appui. Le maintien de la fourche lors de l'utilisation de l'échelle contrevenait à cette règle et exposait le travailleur à un risque de chute.

Il importe de rappeler que les risques de chute font partie de la politique de tolérance zéro du Plan d'action construction de la Commission de la santé et de la sécurité du travail. Il est donc impératif d'apporter les correctifs qui s'imposent dans de telles situations.

Cette triste histoire permet, notamment, de rappeler que la prudence et l'expérience sont nécessaires mais insuffisantes pour éliminer le danger. Pour prévenir les accidents, il faut être en mesure de déceler les situations et les comportements à risques et d'apporter les correctifs nécessaires. Espérons qu'elle en fera réfléchir plus d'un.

Nous souhaitons vous rappeler que l'ASP Construction offre une formation de prévention contre les chutes d'une durée de 2 heures. Pour vous y inscrire, appelez votre conseiller régional.

Pour accéder à la version intégrale du rapport d'enquête de la CSST ou aux annexes, rendez-vous aux adresses suivantes :

<http://centredoc.csst.qc.ca/pdf/ed003625.pdf>

<http://centredoc.csst.qc.ca/pdf/ad003625.pdf>

# L'ingéniosité au service de la prévention

Thérèse Michaud

■ ■ ■ RNP récidive ■ ■ ■

**A**u printemps 2006, *Prévenir* aussi vous présentait le positionneur activateur (PAM) dans la rubrique « L'ingéniosité au service de la prévention ». Conçue par RNP Industries inc., cette machine, hautement perfectionnée, a le comportement du marteau-piqueur tout en surpassant sa performance et en épargnant à son utilisateur les efforts gigantesques qu'il requiert. Loin de se reposer sur ses lauriers depuis, RNP est à modifier le PAM afin de desservir les entreprises qui se spécialisent en hydrodémolition.

## Pour que le béton « s'éclate »

Mécaniquement parlant, les deux outils couramment utilisés pour faire éclater le béton des planchers et des dalles sont le marteau-piqueur traditionnel et, depuis peu, le positionneur activateur. Mais il existe aussi un procédé : l'hydrodémolition. Toutefois, celui-ci est peu utilisé et pour cause : il présente des avantages certains, mais, en contrepartie, ses désavantages sont nombreux et... de taille.

## L'hydrodémolition en bref

### Ses avantages

Comme le terme l'indique, l'hydrodémolition est un procédé de démolition à l'eau. Cette méthode, qui consiste à projeter de l'eau à très forte pression au moyen d'une lance, élimine les risques de microfissures dans la structure de béton des ponts, des viaducs, et conserve intacte les armatures métalliques. Elle permet également un découpage de précision; elle dégage une surface du béton en train de se désagréger, un peu comme le ferait le nettoyage au jet de sable, afin d'assurer une meilleure adhérence au nouveau béton qui sera coulé; elle scie le béton au lieu de le briser. Contrairement au marteau-piqueur, l'hydrodémolition n'émet pas de vibrations et sa rapidité d'exécution accroît la productivité.

### Ses désavantages

La manutention de la lance, dont la force de retenue varie de 330 N à 625 N (de 75 lbf à 140 lbf), exige du travailleur des efforts constants et soutenus dignes, dirions-nous, d'un Louis Cyr. De plus, il doit être vêtu de manière à être « complètement étanche » à l'eau, à se protéger contre la projection d'éclats de béton et le bruit. Idéalement, il doit être à la fois scaphandrier (bouteilles d'air comprimé en moins...), hockeyeur et soldat, puisqu'il doit être revêtu d'un vêtement et de bottes imperméables, pour éviter d'être complètement détrempé au bout de quelques minutes par l'eau qui coule à flot; de jambières, d'une veste pare-balles ou d'un tablier en kevlar, d'un casque à visière, pour se protéger des éclats de béton, et de coquilles pour se protéger du bruit constitué de sifflements aigus et continus, mais, Dieu merci!, pas de bruit d'impact.

Les quantités considérables d'eau que demande ce procédé rendent la surface de travail très glissante. En outre, l'eau doit être récupérée et traitée afin qu'elle ne bouche pas les canalisations – l'eau additionnée de béton constitue un mélange plus dur que le béton lui-même. Pour couronner le tout, c'est un procédé très coûteux : environ 500 000 \$. Somme toute, vaut mieux recourir à ce procédé quand il est impossible de faire autrement.

## Quand force est de recourir à l'hydrodémolition

Dans certaines circonstances, le recours à l'hydrodémolition s'impose. C'est ici qu'intervient RNP. Son PAM version hydrodémolition a toutes les caractéristiques du PAM version ori-

ginale (voir tableau ci-dessous), exception faite de deux modifications : une lance remplace le marteau-piqueur et une grille protège le travailleur contre les éclats de béton. Dans le cas du PAM, aucune force de retenue n'est nécessaire, alors qu'une lance ordinaire exige une très grande force de retenue, comme nous l'avons mentionné précédemment. La pression de 20 000 psi (pression en livres par pouce carré) pourrait grimper à 40 000 psi sans émettre de vibrations.



Le PAM version hydrodémolition comporte une grille de forme circulaire pour empêcher les éclats de béton, véritables projectiles, d'atteindre l'opérateur.

Bardé d'une armure (casque à visière, coquilles, combinaison de scaphandrier, veste pare-balles) notre chevalier des temps modernes coupe du béton à coups de jets d'eau.

Si vous désirez plus d'information sur ce produit, faites le 450 437-5355 ou le 1 888 697-5355.

| Avantages sur la santé  | Avantages sur la sécurité   |
|---|---|
| <b>(1) Mât hydraulique :</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Assure la rigidité du bras articulé</li><li>• Rend négligeables les efforts du travailleur</li><li>• Réduit le risque de blessure au dos, aux épaules et aux bras</li></ul>  | <b>(3) Valves de rétention :</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Empêchent le PAM de tomber sur l'opérateur, advenant un bris du système hydraulique</li></ul>        |
| <b>(2) Unité de puissance à l'air comprimé :</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Élimine les émissions de monoxyde de carbone (CO)</li></ul>  | <b>(4 et 5) Bras des stabilisateurs :</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Assurent une très grande stabilité au PAM et à l'opérateur</li></ul>                        |
| <b>(6 et 7) Manettes de commande amovibles :</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Permettent de travailler à l'horizontale et à la verticale, ce qui élimine les efforts excessifs (contorsions)</li><li>• Réduisent les risques de TMS en éliminant les flexions des poignets et des bras</li></ul> | <b>(8) Grille :</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Protège l'opérateur contre la projection de morceaux de béton</li></ul>   |
|   | <b>(9) Bouton d'arrêt d'urgence rotatif :</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Fait face à l'opérateur</li><li>• Doit être tiré et tourné pour être actionné</li></ul> |

Marie-Josée Aubert

## Comment faire rimer pelleter avec santé

L'été est enfin à nos portes! Mais on ne range pas les pelles pour autant... elles seront très utiles pour certains travaux tels le terrassement, l'excavation, la réfection des routes et pour bien d'autres usages.

### Groupes musculaires, « exercez-vous »

L'activité de pelletage est très exigeante à la fois pour l'appareil musculaire et pour le système cardiovasculaire. Il faut donc procéder de façon sécuritaire à l'accomplissement de cette tâche.

Étant donné que le pelletage est un exercice physique intense, on suggère une période d'échauffement des groupes musculaires sollicités avant le début des travaux. Les membres supérieurs et le dos sont donc les parties du corps à cibler pour la période d'échauffement.

Toutefois, il ne faut pas croire que la pratique de certains exercices d'échauffement suffit à elle seule à enrayer la possibilité de blessures. Il est également capital de prendre en considération les paramètres de la tâche et de l'outil pour prévenir les incidents de nature musculaire et cardiovasculaire.

### Ménagez vos efforts

Tout d'abord, il faut se rappeler que la vitesse de pelletage dépend de la charge à soulever. Donc, plus la charge est lourde, plus il faut ralentir la cadence. Les auteurs recommandent qu'à un rythme de 15 pelletées à la minute, la charge soulevée doit être d'au plus de 5 kg à 7 kg.

La hauteur et la distance de projection représentent également des variables qui font en sorte que le pelletage peut être plus ou moins difficile, selon le cas. La charge ne devrait pas être déposée à une hauteur excédant 1,20 m du sol. Dans le même ordre d'idées, la distance de projection de la charge devrait être au plus de un mètre. Lorsque la hauteur et la distance de projection dépassent ces valeurs, on augmente le risque de se blesser en faisant travailler le corps au-delà de ses limites articulaires et cardiovasculaires.

### Profil recherché

Les caractéristiques de la pelle vont également influencer sur l'activité de pelletage. Même si les pelles n'ont pas subi de changements ergonomiques significatifs au fil des ans et demeurent, de ce fait, un outil élémentaire, le poids, le type de manche, sa longueur, la forme et la taille de la palette sont des caractéristiques dont il faut tenir compte pour que l'outil soit adapté au travailleur.

Comme on l'a mentionné précédemment, le poids de la charge a des répercussions directes sur la vitesse d'exécution. Celui-ci est composé du poids de l'outil et de celui de la matière pelletée. Le poids d'une pelle varie de 1,5 kg à 3 kg, selon le matériau dont elle est fabriquée (aluminium, plastique, acier). Le choix d'une pelle du point de vue de son poids dépendra de la matière à soulever. Ainsi, un matériau plutôt lourd, par exemple le charbon, nécessitera l'achat d'une pelle plus robuste, donc plus lourde.

Quant à la longueur de la pelle, elle se mesure en appui au sol en incluant la palette et le manche. Selon les auteurs, une longue pelle, c'est-à-dire une pelle dont le manche arrive à la hauteur du thorax permet de limiter la flexion du tronc lors de l'accomplissement de la tâche et augmente l'effet de levier. Toutefois, une pelle plus courte permet d'exercer une plus grande force. Donc, la tâche à exécuter déterminera le choix de la pelle.

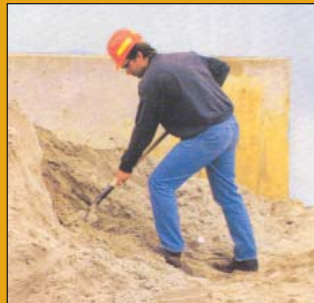
La forme et la dimension de la pelle devraient dépendre de la dureté et du poids du matériau à pelleter. Plus le poids de ce dernier est élevé, moins grande doit être la dimension de la palette et, conséquemment, moindre est la quantité de matériau à soulever.

Toujours dans l'optique de rendre l'activité de pelletage moins exigeante, on doit combiner l'utilisation de l'outil adapté avec une bonne technique. La technique illustrée ci-dessous consiste tout simplement à placer les pieds de façon à favoriser le transfert de poids et à limiter l'effort pour le dos en diminuant l'amplitude du mouvement de rotation du tronc (torsion).

Le pelletage, une opération simple en soi, est toutefois très exigeant pour le cœur et le dos. Il importe donc d'accorder à cette opération toute l'importance qu'elle mérite!

Bon été!

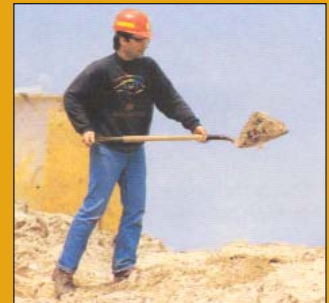
Source : Stand lift carry, 1993, CSAO.



1. Garder les pieds écartés. Le pied en avant doit être près de la pelle. Transférer le poids du corps sur le pied qui se trouve en avant. Utiliser le poids du corps pour pousser sur la pelle.



2. Transférer le poids du corps sur la jambe placée derrière et garder la charge près du corps.



3. Placer les pieds en direction de la projection.

## Un chantier sécuritaire, UN TRAVAIL D'ÉQUIPE !



PLAN D'ACTION CONSTRUCTION 2007

### Gestion de la santé et de la sécurité du travail

Tel est le thème du Plan d'action construction 2007. Les dangers ciblés sont les dangers de chutes de hauteur, d'origine électrique, d'effondrement d'échafaudages, d'effondrement d'excavations et de tranchées ainsi que ceux attribuables à l'amiante. En cas de manquement à ces règles, les fautifs s'exposent à un arrêt des travaux et peuvent être passibles de poursuites pénales (constats d'infraction). Les condamnations seront publiées dans les journaux.

En cette dixième année de la mise en application d'un plan d'action construction, la silice cristalline s'ajoute à la liste des dangers dans la mire de la CSST. Voici les directives à son sujet.

Lorsque des poussières de silice sont susceptibles d'être émises, il importe que soient mises en place des mesures de contrôle à la source et que les travailleurs portent un appareil de protection respiratoire approprié. Les fautifs s'exposent à un arrêt des travaux.

Pour lire le contenu intégral de l'affiche du Plan d'action construction 2007, rendez-vous à l'adresse suivante : [www.csst.qc.ca/asp/prevention/construction/affiche\\_plan\\_construction\\_2007.pdf](http://www.csst.qc.ca/asp/prevention/construction/affiche_plan_construction_2007.pdf)



### Faites un geste de sécurité et de civisme

Vous prévoyez creuser à plus de 30 cm de profondeur sans savoir quelles infrastructures sont enfouies dans le sol ? Pas de coup de pelle avant de faire appel à Info-Excavation.

#### Info-Excavation

- Effectue gratuitement le repérage des infrastructures souterraines (câbles électrique, conduites de gaz, câbles téléphonique ou réseau de câblodistribution) des entreprises membres et de leurs abonnés.
- Est à votre service 24 heures par jour, 365 jours par année, pour l'ensemble du territoire québécois.

Que vous soyez un particulier, une entreprise ou une municipalité, faites un geste pour garantir la sécurité de vos proches, de vos employés et des familles vivant à proximité des travaux, protégez l'environnement, et ce, en assurant la continuité des services.

Pour plus d'information sur l'organisme, rendez-vous sur le site [www.info-ex.com](http://www.info-ex.com) ou faites le 514 286-9228 ou le 1 800 663-9228.

## Déjeuner en Outaouais : un franc succès!

Le 30 mars, à 5 h, plus de 140 travailleurs de la construction déjeunaient dans un restaurant local. Au menu : des messages de prévention présentés, entre autres, par Chantal Lafrance et Christine Fortuna, respectivement directrice générale et directrice santé et sécurité de la CSST, ainsi que ceux livrés avec humour par le Théâtre dérivés urbaines.

Félicitations au comité organisateur, formé de représentants régionaux d'employeurs, de syndicats, de la CSST et de l'ASP Construction, pour son heureuse initiative.



## Gagnants du Gala provincial du Prix innovation



Pour visionner les vidéos :

<http://www.csst.qc.ca/asp/innovation/Templates/Provinciale.htm>

Pour consulter les innovations des années précédentes (de 2001 à 2006)

<http://www.csst.qc.ca/asp/innovation/archives.html>



## Troubles musculo-squelettiques et dépression

Les troubles musculo-squelettiques (TMS) sont la cause la plus fréquente de l'incapacité au travail (OMS, 2003). Les recherches récentes suggèrent que les symptômes de dépression pourraient contribuer à la chronicité à la suite d'une blessure professionnelle. Le but de cette recherche est d'examiner la valeur pronostique des symptômes de dépression pour expliquer la faiblesse des résultats des traitements de réadaptation. L'étude vise à développer des approches d'intervention pour augmenter la probabilité de rétablissement des individus souffrant de symptômes dépressifs associés à des problèmes musculo-squelettiques.

Deux cents personnes en incapacité de travail attribuable à un TMS seront invitées à participer au projet de recherche. Le recrutement sera réalisé dans quatre centres cliniques qui offrent des services de réadaptation à la clientèle de la CSST. À suivre... Source : IRSST



Prévenir aussi est publié quatre fois l'an par  
**l'ASP Construction.**

Les publications de l'**ASP Construction** sont offertes gratuitement aux travailleurs et aux employeurs de la construction qui en font la demande à leur association syndicale ou patronale respective.

L'emploi du genre masculin n'a été privilégié que dans le seul but d'alléger le texte et d'en faciliter la compréhension. Le féminin peut tout autant s'appliquer.

La reproduction d'un texte est autorisée à la condition d'en mentionner la source et de nous en faire parvenir une copie.

#### DÉPÔT LÉGAL:

Bibliothèque nationale du Canada  
Bibliothèque nationale du Québec

#### Directeur général:

M. Paul Héroux

#### Documentation:

Lucie Brunet

#### Graphisme et mise en pages:

Gaby Locas

**Tirage:** 14 000

#### ASP Construction

7905, boul. Louis-H.-Lafontaine  
Bureau 301  
Anjou QC H1K 4E4

Tél.: 514 355-6190

1 800 361-2061

Télec.: 514 355-7861

#### Site Internet:

<http://www.asp-construction.org>

#### Centre de documentation:

[biblio@asp-construction.org](mailto:biblio@asp-construction.org)

**Courrier électronique pour commander nos publications**  
[commandes@asp-construction.org](mailto:commandes@asp-construction.org)

#### Nos conseillers:

[pabran@asp-construction.org](mailto:pabran@asp-construction.org)  
[mjaubert@asp-construction.org](mailto:mjaubert@asp-construction.org)  
[pbrosseau@asp-construction.org](mailto:pbrosseau@asp-construction.org)  
[mcote@asp-construction.org](mailto:mcote@asp-construction.org)  
[idugre@asp-construction.org](mailto:idugre@asp-construction.org)  
[sellefsen@asp-construction.org](mailto:sellefsen@asp-construction.org)  
[jpguenette@asp-construction.org](mailto:jpguenette@asp-construction.org)  
[llessard@asp-construction.org](mailto:llessard@asp-construction.org)  
[jplante@asp-construction.org](mailto:jplante@asp-construction.org)  
[bteasdale@asp-construction.org](mailto:bteasdale@asp-construction.org)

## À vous de jouer



1. Plate-forme élévatrice
2. Scie à béton
3. Transport de matériaux à l'aide d'un camion-grue

**À vous de jouer** est le titre d'une rubrique du site Internet de la CSST. Il s'agit d'un *Cherchez l'erreur* interactif. Trois fiches nous proposent une brève mise en situation sur laquelle il faut cliquer pour repérer les manquements aux règles de sécurité. Chaque fois qu'une erreur est détectée, la réponse apparaît dans le tableau de droite. Un deuxième tableau nous offre des moyens de corriger ces manquements en apportant des solutions. Attrayant et informatif!

- Pour accéder facilement aux fiches, consultez la version électronique de notre bulletin à cette adresse [http://www.asp-construction.org/utilisateur/documents/prevenir-aussi/prevenir\\_ete2007.pdf](http://www.asp-construction.org/utilisateur/documents/prevenir-aussi/prevenir_ete2007.pdf), rendez-vous à la page du centre de documentation et cliquez sur la fiche désirée.

## La protection auditive

Après avoir expliqué le fonctionnement de l'ouïe et l'impact du bruit sur le système auditif, cette vidéo recommande des moyens de se protéger l'ouïe lorsqu'on travaille dans un environnement bruyant. D'abord, par le port d'un équipement de protection individuelle : comment choisir, porter et entretenir le protecteur auditif approprié. Ensuite, par le contrôle des niveaux de bruit excessifs : contrôles administratifs, mesures d'ingénierie et examens audiométriques.

- Coastal Training Technologies Corporation. [La protection auditive : qu'on se le dise](#). Virginia Beach, VA : Coastal Training Technologies, 1998. (15 min). Disponible en DVD ou en vidéocassette. **Pour emprunt seulement.**

## Un jeu d'enfant... ou comment soulever des charges

Cette vidéo démontre, à l'aide de jeux d'enfants, combien il est naturel pour les tout-petits de soulever correctement des poids, alors que les adultes adoptent de mauvaises postures de travail qui sont la cause de nombreuses blessures. Le document décrit les différentes techniques de soulèvement des charges que les enfants connaissent intuitivement. Bref mais éloquent!

- Safety Care Inc. [Un jeu d'enfant](#). Burlington, Ont. : Safety Care Inc., 2004. (5 min). Disponible en DVD ou en vidéocassette. **Pour emprunt seulement.**

**Aucun des documents annoncés sur cette page n'est en vente au centre de documentation. Vous ne pouvez que les emprunter.**  
Tél. : 514 355-6192 ou au 1800 361-2061, poste 325.