



ASFETM

Revue d'information
de l'Association sectorielle –
Fabrication d'équipement
de transport et de machines

SANTÉ SÉCURITÉ+

Vol. 30 No. 1
Avril 2013



À VOIR EN
PAGE 4
LA SANTÉ
SÉCURITÉ
CHEZ LAZER
INOX INC.

RISQUES ÉLECTRIQUES
MANŒUVRE D'UN SECTIONNEUR

MIEUX-ÊTRE PSYCHOLOGIQUE
AU TRAVAIL

MAINTENANCE
DES CHARIOTS ÉLÉVATEURS

À L'AGENDA

23 avril 2013 à Québec

GRANDS PRIX SANTÉ ET SÉCURITÉ
DU TRAVAIL – GALA PROVINCIAL

- Centre des congrès de Québec
- Info : www.csst.qc.ca

24 avril 2013 à Québec

FORUM SANTÉ ET SÉCURITÉ
AU TRAVAIL

- Centre des congrès de Québec
- Info : www.csst.qc.ca

1 au 3 mai 2013 à Bromont

35^e CONGRÈS DE L'AQHSST

- Palais des congrès de Gatineau
- Info : 1 888 355-3830

www.aqhsst.qc.ca

22 mai 2013 à Sherbrooke

COLLOQUE SUR LA SANTÉ
ET LA SÉCURITÉ AU TRAVAIL

- CSST Direction régionale Estrie
- Centre de Foires de Sherbrooke
- Info : 819-821-5000 #5041

www.csst.qc.ca

22 mai 2013 à Sept-Îles

23 mai 2013 à Baie-Comeau

COLLOQUE SUR LA SANTÉ ET
LA SÉCURITÉ AU TRAVAIL

- CSST Direction régionale Côte-Nord
- Info : 418-589-9845

www.csst.qc.ca

6 juin 2013 à Montréal

COLLOQUE SUR LES RISQUES
ÉLECTRIQUES – ASFETM

- Info : 514 729-6961

www.asfetm.com

Voir
annonce
en page

12

LA MISSION CORPORATIVE DE L'ASFETM

L'ASFETM est une association sectorielle paritaire créée en vertu de la *Loi sur la santé et la sécurité du travail du Québec*. Elle a été constituée volontairement, en 1983, par des groupements de travailleurs et d'employeurs des secteurs d'activités économiques «Fabrication d'équipement de transport» et «Fabrication de machines». L'ASFETM a pour mandat la prévention des accidents du travail et des maladies professionnelles dans ces deux secteurs d'activités. Pour ce faire, elle offre des services de formation et d'information, recherche et documentation, conseil et assistance technique, aux établissements qu'elle dessert, en privilégiant l'élimination à la source des dangers pour la santé, la sécurité et l'intégrité physique des travailleurs, ce qui est l'objet même de la loi.

EN COUVERTURE

Chez Lazer Inox Inc., on fabrique des citernes de camion. L'entreprise compte 160 employés répartis sur quatre sites : trois usines de fabrication à St-Germain-de-Grantham et un centre de service à Notre-Dame-du-Bon-Conseil.



SANTÉ SÉCURITÉ + est publié par l'ASFETM

Association sectorielle – Fabrication d'équipement de transport et de machines

3565, rue Jarry Est, Bureau 202, Montréal (Québec) H1Z 4K6
Tél : 514 729-6961 ou 1 888 527-3386 Fax : 514 729-8628
www.asfetm.com info@asfetm.com

Les termes et expressions utilisés dans la présente revue d'information incluent les deux genres grammaticaux.

La reproduction des textes est autorisée à la condition que la source soit mentionnée.

PUBLICATION

Rédaction et coordination Suzanne Ready

Supervision Comité des relations publiques
(Lisette Arel, Bruno Cyr, Serge Dupont, Martin Thériault)

Production Prétexte Communications

Tirage 6 000 exemplaires

Dépôt légal

Bibliothèque nationale du Québec

Deuxième trimestre 2013

ISBN 2-921869-26-8

DIRECTION

Directeur général : Arnold Dugas

Coprésidente patronale : Marie-Josée Lemieux

Coprésident syndical : Claude Boisvert

Trésorier : Robert Bernier

CONSEIL D'ADMINISTRATION

REPRÉSENTANTS DES ASSOCIATIONS PATRONALES

- **Manufacturiers et exportateurs du Québec :**

Lisette Arel Conseillère, Prévention SST, Venmar Ventilation

Jacques Desfossés Coordonnateur, GL&V Fabrication

- **Association des industries aérospatiales du Canada :**

André Bisson Chef RH, Héroux-Devtek Laval

Mitchell Daudier Directrice ESS, Pratt & Whitney Canada

Jean-François Dubé Directeur Qualité et outillage, Bombardier

Aéronautique

Farida Habel Chef ESS, Rolls-Royce Canada

Marie-Josée Lemieux Directrice CSeries, Bombardier Aéronautique

Martin Thériault Superviseur SST, Bell Helicopter Textron Canada

- **Pôle d'excellence québécois en transport terrestre :**

Vincent Dugré Directeur exécutif, Pôle

Sylvie Marceau Conseillère RH, Demers Ambulances

REPRÉSENTANTS DES ASSOCIATIONS SYNDICALES

- **Syndicat des métallos FTQ :**

Robert Bernier Coordonnateur, Bureau de Montréal

Bruno Cyr Président, Section locale 2008

- **TCA Canada FTQ :**

Serge Dupont Représentant, Syndical national

Michel Lepage Nova Bus Corporation

Éric Tétreault Représentant SST, Pratt & Whitney Canada

- **Fédération de l'industrie manufacturière CSN :**

Mario Lévesque Président, Syndicat de Bombardier Transport

Guy Robert V.P. SST Environnement

- **AIMTA FTQ :**

Claude Boisvert Agent d'affaires

Éric Rancourt V.P., Section locale 712

- **Fédération de la métallurgie, des mines et des produits chimiques CSD :**

Jean-Yves Marleau Président, Syndicat des salariés de Laurin Machinerie

LE MOT DU DIRECTEUR



par **Arnold Dugas**
Directeur général, ASFETM

L'ASFETM, votre partenaire en prévention depuis déjà 30 ans !

2013 : l'ASFETM fête ses 30 ans ! C'est un privilège pour moi, qui l'ai vu naître et grandir, de souligner ici cet anniversaire.

L'ASFETM a quelques années de moins que la *Loi sur la santé et la sécurité du travail* qui est entrée en vigueur en 1979. Rappelons que nous sommes une création de cette loi, enfin presque, car la loi n'a fait que rendre possible la création d'associations sectorielles paritaires.

En fait, l'ASFETM est née de la volonté commune des employeurs et des travailleurs de nos secteurs d'activités économiques – les fabricants d'équipement de transport et les fabricants de machines – par l'entremise de leurs associations patronales et syndicales. Ce sont elles qui, par leur financement et leur participation active au conseil d'administration durant toutes ces années, ont amené l'ASFETM là où elle est aujourd'hui. Il importe de le souligner car, sans elles, vous n'auriez pas tous les services de prévention que nous avons développés et que vous utilisez largement, avec des résultats concrets et observables.

Un petit voyage dans le temps, pas si lointain, nous permet de mesurer le chemin parcouru. En 1983, les lésions déclarées à la CSST dans notre secteur d'activité, se chiffraient à 11 710 et les dernières statistiques de la CSST, en 2010, chiffrent à 7 650 le nombre de ces lésions. Bien sûr, cette baisse impressionnante ne peut être entièrement attribuée à un seul facteur¹.

¹ Notons que, depuis le début des années 90, les lésions qui font l'objet d'assignation temporaire ne sont pas comptabilisées comme lésions professionnelles indemnisées. Il y a aussi le fait que le secteur d'activité économique couvert par l'ASFETM en 1983 n'était plus tout à fait le même en 2010.

Soyons audacieux et positifs : les efforts de prévention et les changements heureux que nous observons tous les jours en matière de SST, dans nos établissements, ont certainement porté fruit. Y avoir contribué est notre récompense à nous tous : artisans de l'ASFETM, délégués à nos assemblées annuelles, administrateurs et employés. Et vous tous aussi, qui œuvrez dans les établissements, tant du côté patronal que syndical, incluant tous les travailleurs, qui, même sans fonction officielle en SST, y participent et y collaborent, que ce soit en identifiant les risques, en proposant des solutions ou tout simplement en appliquant les bonnes méthodes de travail et en rejetant les méthodes dangereuses.

Nous sommes tous la solution aux problèmes de santé et sécurité du travail dans notre milieu, si nous y travaillons ensemble. Nous le faisons depuis 30 ans et nous continuerons de le faire. Promis !

C'est avec fierté que nous vous présentons un tout nouvel habit pour **SANTÉ SÉCURITÉ +**, la revue d'information de l'ASFETM.

Nouvelle page couverture, nouvelle grille graphique plus aérée, plus moderne et de facture magazine.

Que du nouveau pour nos 30 ans...

Bonne lecture !

Venez visiter
le stand de
l'ASFETM

Le
FORUM
SANTÉ ET SÉCURITÉ DU TRAVAIL

24 AVRIL 2013
CENTRE DES CONGRÈS
DE QUÉBEC
www.forumsst.com

Parce que le Québec a besoin de tous ses travailleurs



LA SANTÉ ET SÉCURITÉ DU TRAVAIL CHEZ LAZER INOX INC.

Chez Lazer Inox Inc., on fabrique des citernes de camion.



L'entreprise compte 160 employés répartis sur quatre sites : trois usines de fabrication à St-Germain-de-Grantham (près de Drummondville) et un centre de service situé à Notre-Dame-du-Bon-Conseil (près de Victoriaville).

C'est en 1995 que la première citerne à lait Lazer Inox sillonna les routes du Québec. Depuis, on y produit annuellement pas moins de 200 citernes qui serviront au transport du lait, du pétrole ou autres citernes vacuum pour la récupération de liquides.

Lazer Inox est une entreprise en pleine expansion qui, depuis près d'un an, connaît un réel changement de culture SST. Auparavant confié à la sous-traitance, le dossier SST a été ramené à la maison, par la création d'un poste, à temps complet, de coordonnateur à la santé sécurité et à la formation. Le comité SST, paritaire, a été renouvelé d'autant. Les réunions mensuelles sont animées en alternance par les coprésidents, représentant employeur et travailleur. Un plan d'action, avec priorités, objectifs et suivi, est strictement respecté. La « liste d'épicerie » est ainsi moins longue et les résultats plus concluants. Des tournées d'inspection préventive sont tenues fidèlement à toutes les deux semaines. Les enquêtes d'accident sont aussi une préoccupation pour comprendre les causes qui ont ou auraient pu entraîner des lésions professionnelles et trouver les solutions pour éviter la récurrence. D'ailleurs, ce printemps, les membres du comité SST recevront une formation de l'ASFETM sur l'enquête et l'analyse d'accident, qui sera donnée par **Claude Millette**, conseiller en prévention de l'ASFETM assigné à l'entreprise.

Les politiques SST ont été revues et présentées à l'ensemble des employés. Pour les plus anciens, c'était de l'inédit. Quant aux nouveaux travailleurs, ils sont ainsi sensibilisés à la SST dès leur première journée de travail. On s'assure aussi de l'implication des superviseurs en intégrant les questions SST lors des réunions de production. Des audits sont régulièrement tenus pour garantir le respect des politiques SST de l'entreprise.

Donner l'exemple en anticipant les dangers ; se faire un devoir et une obligation d'assurer sa sécurité et celles des autres ; regarder les situations de travail avec un « œil SST » ; se questionner lors d'incidents ; voir au bon entretien des postes de travail... Autant d'actions qui attestent que, désormais, production et SST vont de pair !

En matière de prévention SST, la fabrication de citernes pose plusieurs défis. En voici quelques-uns...

Travail en espace clos

Du travail en espace clos est nécessaire pour l'inspection des soudures à l'intérieur des citernes. Avec tous les risques bien connus, la préoccupation d'y travailler en sécurité s'est imposée. Récemment, une manœuvre complète de simulation de situation d'urgence a été planifiée, sans préavis, ce qui a permis aux travailleurs de vivre les réelles conditions d'une situation d'urgence. L'équipe d'intervention d'urgence a répondu avec succès, et dans un temps record, au défi de secourir un travailleur victime d'un malaise simulé à l'intérieur d'une citerne.

Travail en hauteur

La fabrication de citernes demande de travailler en hauteur, sur le dessus de l'équipement, à une hauteur de plus de 3 mètres. Rappelons que, au Québec, le travail en hauteur est régi par le *Règlement sur la santé et la sécurité du travail* (RSST), à l'article 346, qui exige des dispositifs de protection, harnais ou autre dispositif équivalent, pour tout travailleur exposé à une chute de plus de 3 mètres.

Comme il est parfois difficile d'éliminer le risque de chutes à la source¹, des dispositifs d'arrêt de chute ont été installés aux postes de travail, de façon stratégique. Des lignes de vie horizontales, munies d'enrouleur dérouleur avec absorbeur d'énergie, ont été conçues et installées à même la structure des ponts roulants. Tel que prescrit par le RSST, elles ont la capacité de protéger deux travailleurs dans le cas où une chute surviendrait lors de travaux de soudage, polissage ou de l'inspection finale. Les systèmes anticollision intégrés aux appareils de levage, ainsi qu'une procédure de cadenassage rigoureusement appliquée, viennent compléter la procédure sécuritaire de prévention des chutes en hauteur. Le positionnement des ponts roulants, bien stabilisés, permet aux travailleurs de localiser la ligne de vie de manière à ce que les points d'ancrage soient toujours situés directement au-dessus d'eux, ce qui réduit considérablement les risques de l'effet pendule. Les ponts roulants, mobiles par définition, permettent une plus grande flexibilité quant à la localisation et l'aménagement de stations où du travail en hauteur doit être exécuté. Enfin, notons que les travailleurs ont reçu de la formation sur l'inspection, l'entretien et l'ajustement des harnais.

¹ C'est d'ailleurs l'objet de la *Loi sur la santé et la sécurité du travail* (LSST), à l'article 2 : l'élimination à la source même des dangers pour la santé, la sécurité et l'intégrité physique des travailleurs.

par **Suzanne Ready**
Chargée de l'information, ASFETM



Blessures aux doigts et aux mains

Travailler le métal et éliminer à la source les risques de blessures aux doigts et aux mains étant le plus souvent improbable, le port de gants de protection s'impose. Quoiqu'une politique en rende le port obligatoire, elle ne diminue en rien la volonté de la direction et du comité SST d'éliminer à la source ces divers risques. En un mot, la banalisation des risques n'a pas sa place chez Lazer Inox. Quelques membres du comité SST ont d'ailleurs assisté, lors du Carrefour SST tenu à Drummondville à l'automne 2012, à la conférence de Claude Millette intitulée *Banalisation des risques = danger*. Cette question d'identification des risques prend désormais tout son sens dans le plan d'action et le programme de prévention de Lazer Inox. Dans cette démarche où chaque travailleur est mis à contribution par ses observations et ses recherches de solution, il est désormais acquis qu'une participation active à la prévention est de mise à tous les niveaux de l'organisation. Il en va de même pour l'instauration d'une culture SST.

Lazer Inox est une entreprise en pleine expansion qui, depuis près d'un an, connaît un réel changement de culture SST.

Troubles musculosquelettiques (TMS)

Travail répétitif et mauvaises postures de travail sont souvent à l'origine des TMS, pour lesquelles on a ici fait appel aux spécialistes en santé du travail pour rendre les postes plus ergonomiques, notamment en réglant la hauteur des tables de travail et en limitant les tâches manuelles répétitives. L'intervention a mené vers un processus d'observation et d'adaptation des postes de travail où sont exécutés des travaux d'assemblage, de soudage et de finition de pièces de plus petit format. Le souci d'adapter le travail aux individus est une réalité à laquelle tous sont sensibilisés de manière continue, tout comme l'amélioration de la qualité des produits et des méthodes de production.

Bref, chez Lazer Inox, on constate la fierté d'une équipe qui passe par la prise en charge dans l'exercice quotidien de la prévention des accidents et des maladies du travail et ce, bien au-delà des exigences réglementaires.



Les membres du comité SST de Lazer Inox Inc. De gauche à droite: Denis Labbé, Réjean Thouin, Marc-Antoine Kenline, Jean-François Lebel, Daniel Robichaud, Chantal St-Martin, Maxime Blanchette, Kéven Leclerc et Claude Millette, conseiller en prévention de l'ASFETM assigné à l'entreprise.



Marc-Antoine Kenline (à droite) explique à Claude Millette, conseiller en prévention de l'ASFETM, le fonctionnement des barres d'espacement et de retenue qui permettent de maintenir en place les deux parties mécaniques du positionneur de la citerne en cours de fabrication.

RISQUES ÉLECTRIQUES

Manœuvre d'un sectionneur ou d'un disjoncteur électrique

Manœuvrer un sectionneur ou un disjoncteur électrique peut sembler, à première vue, une tâche anodine et sans risque. Après tout, il ne s'agit que d'un interrupteur qui sert à couper le courant. Il est plus gros qu'un interrupteur servant à fermer les lumières, mais c'est tout de même un interrupteur...

Or, ces dispositifs sont d'une conception différente et ils impliquent souvent des énergies bien plus importantes qu'un simple interrupteur d'éclairage.

Cette tâche – couper ou remettre le courant – est-elle donc exclusive au champ de compétence des électriciens, conformément à la réglementation sur la qualification professionnelle de Emploi-Québec? Nous avons déjà répondu à cette question par la négative¹. En effet, comme il ne s'agit pas d'un travail de réparation, d'installation ou de modification, cette tâche n'est pas exclusive aux électriciens.

Cependant, les travailleurs appelés à manœuvrer ces dispositifs (sectionneur ou disjoncteur) doivent être des personnes «compétentes» et «qualifiées» au sens de la norme CSA Z462 *Sécurité électrique dans les milieux de travail* et doivent être des personnes «autorisées» au sens de la norme CSA Z460 *Maîtrise des énergies dangereuses : Cadenassage et autres méthodes*.

Qu'entend-on par personne compétente et qualifiée?

Il s'agit d'une personne qui, selon la norme CSA Z462, a les connaissances techniques (compétente) ainsi qu'une formation en santé sécurité reliées à cette tâche (qualifiée). Toutefois, les normes et autre documentation ne définissent pas en quoi consiste cette formation. On se borne alors à dire «appliquer la règle de la main gauche» (c'est-à-dire manipuler le sectionneur ou le disjoncteur de la main gauche de sorte que le corps ne soit pas en face de la boîte). Mais est-ce vraiment suffisant?

Notre expérience, notre réflexion et nos discussions nous laissent croire que non. Voici donc les éléments de formation que nous jugeons nécessaires pour devenir «une personne compétente et qualifiée» selon la norme.

La formation pour rendre **une personne compétente** à faire une tâche doit lui apprendre à :

- Distinguer un circuit de commande d'un circuit de puissance;
- Identifier les types de panneaux électriques : de commutation, de distribution, boîte électrique à fusibles, centre de commande moteur, démarreurs de moteurs, autre (**voir encadré 1**);
- Identifier l'ampérage nominal du panneau;
- Identifier la machine à laquelle le dispositif est relié;
- Identifier les types de sectionneurs ou disjoncteurs;
- Identifier la tension nominale d'un sectionneur ou d'un disjoncteur;
- Trouver les fréquences de service du dispositif établies par le fabricant afin de s'assurer de les respecter. Un tel dispositif n'est pas nécessairement conçu pour être actionné fréquemment; ce n'est

pas un interrupteur. Consultez les électriciens ou le fabricant au besoin;

- Comprendre la fonction du modèle de cet équipement : est-ce un dispositif d'arrêt, d'arrêt d'urgence, d'arrêt de fin de quart de travail, d'arrêt pour fin de maintenance, etc.;
- Connaître les exigences minimales du Code électrique sur les obligations suivantes :
 - » Le dispositif doit être visible à partir de la machine;
 - » Le dispositif doit être à une distance maximale de la machine;
 - » Chaque machine doit posséder un sectionneur (pas nécessairement dédié).

La formation pour rendre **une personne qualifiée** doit porter sur les méthodes de travail sécuritaires et surtout sur les limites que cette formation confère :

- Ne jamais ouvrir un sectionneur ou un disjoncteur sous charge. Arrêter la machine ou l'équipement selon la procédure établie;
- Actionner le sectionneur ou le disjoncteur de la main gauche, la tête tournée du côté opposé;
- Porter les ÉPI de catégorie 0, tels que décrits dans la norme CSA Z462;
- Ne pas manœuvrer un disjoncteur qui est situé à l'intérieur d'un panneau électrique. Demander un électricien;
- Inspecter visuellement le panneau électrique. Détecter tout signe anormal : odeur de brûlé, bruit ou clignotement, dommage externe au panneau. Appeler un électricien;
- Ne jamais forcer un sectionneur qui semble coincé car cela peut être le signe d'un problème sérieux qui peut mener à un éclair d'arc (**voir encadré 2**). Appeler un électricien;
- Avoir suivi une formation sur le cadenassage;
- Si le dispositif est situé dans un emplacement humide (par exemple, si l'équipement auquel il est relié doit être lavé à l'eau sous pression) ou corrosif, demander à un électricien de vérifier l'appareillage.

Qu'entend-on par personne autorisée?

La personne qui a été déterminée compétente et qualifiée doit être «autorisée» (selon CSA Z460) par l'employeur pour pouvoir manœuvrer et cadenasser un sectionneur ou un disjoncteur. L'employeur a la responsabilité de désigner ces personnes dans son établissement.

L'encadré 3 montre bien pourquoi la formation sur les risques électriques (basée sur la norme CSA Z462) et la formation sur le cadenassage (basée sur la norme CSA Z460) doivent aller de pair.

¹ Voir l'article intitulé : *Une personne compétente est-elle automatiquement une personne qualifiée?*, SANTÉ SÉCURITÉ +, Septembre 2011, page 9.



par **Tony Venditti, M. Ing.**
Chargé de recherche technique, ASFETM

1

Différents types de panneaux électriques et sectionneurs

L'ampleur d'un arc électrique dépend de l'énergie électrique disponible au panneau ainsi que du temps de réaction à la coupure des disjoncteurs et fusibles de protection.

Voici l'illustration d'une infrastructure électrique et d'un appareillage électrique industriel typique, pouvant alimenter et protéger un appareillage constitué de quatre moteurs de 15 kW, 575 V.

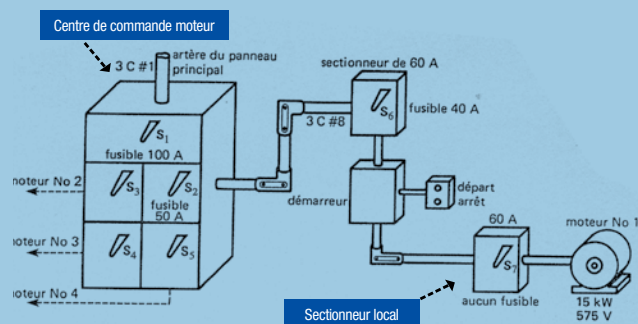


Illustration tirée de : Wildi Théodore et Sybille Gilbert, *Électrotechnique*, Quatrième édition, Les Presses de l'Université Laval, 2005.

Le centre de commande moteur (CCM) permet d'acheminer l'énergie provenant du panneau principal de l'usine vers les quatre moteurs. Ainsi, le sectionneur S2 alimente et protège le moteur No 1. Il permet aussi d'isoler le circuit de dérivation allant au sectionneur S6. Ce dernier permet d'isoler et de cadenasser le démarreur du moteur lors des réparations.

On voit ici que l'installation est une cascade de dispositifs de sectionnement permettant de couper et de cadenasser en amont chaque panneau de manière à ce que les travailleurs puissent travailler hors tension en toute sécurité.

Ces dispositifs peuvent être de modèles différents.

L'exemple du sectionneur illustré sur le schéma expose l'avant-bras du travailleur en cas d'arc électrique, même s'il adopte la règle de la main gauche.

Cependant, pour les sectionneurs comme ceux montrés sur la photo ci-dessous, la règle de la main gauche permet au travailleur de s'éloigner et donc de se protéger davantage dans l'éventualité d'un arc électrique.



2

Le cas d'un levier bloqué

Forcer un dispositif électrique est une pratique dangereuse. Dans le cas d'un sectionneur de 400 ampères-600 V où le levier du sectionneur bloquait en mi-parcours, on a tenté de dévisser le panneau et un arc électrique a causé de graves brûlures aux deux électriciens. L'enquête a établi que les contacts du sectionneur étaient corrodés et que l'oxyde de cuivre avait fait gonfler le métal des contacts, causant le blocage.

Le sectionneur en cause affichait 34 ans de service.

Selon les spécialistes, les sectionneurs électriques de ce type doivent être inspectés et lubrifiés aux cinq ans. De plus, le manufacturier recommandait d'inspecter régulièrement les contacts fixes et mobiles des sectionneurs et de les nettoyer dès qu'une substance verdâtre apparaît dans le lubrifiant.

Même une simple prise électrique qui résiste à son débranchement peut être défectueuse. Si l'on persiste à la tirer, on peut créer un court circuit et un arc électrique.

3

Formation de cadenassage, à adapter aux tâches du travailleur

Les autorisations délivrées par l'employeur pour un travail nécessitant du cadenassage, peuvent être modulées en fonction des tâches et des risques.

Par exemple, un opérateur d'une machine qui doit nettoyer celle-ci, peut être autorisé à cadenasser la machine et aussi à manœuvrer un dispositif de sectionnement. Il a une excellente connaissance du fonctionnement de sa machine et, sans être électricien ni technicien de maintenance, il aura

reçu une formation le rendant compétent et qualifié pour effectuer cette procédure de cadenassage, incluant la manœuvre du sectionneur.

Cependant, un travailleur qui doit changer les huiles de lubrification et de coupe de cette même machine, pourrait ne pas être autorisé à manœuvrer les sectionneurs. Pour cela, il devra faire appel à un collègue autorisé à le faire. Par la suite, il pourra alors apposer son cadenas.

MIEUX-ÊTRE PSYCHOLOGIQUE OU...

...Comment faire son propre C.I.N.É. maison !

Les absences du travail pour « cause autre que physique » sont de plus en plus nombreuses et durent de plus en plus longtemps. Que ce soit la CSST, l'Organisation mondiale de la santé ou tout autre acteur des milieux du travail, l'observation est la même. Nous utilisons à dessein l'expression « cause autre que physique » parce qu'elle englobe le burnout, la dépression et les problèmes de santé mentale, dont peut souffrir un travailleur et qui le forcent à un arrêt de travail.

À l'ASFETM, nous nous sommes intéressés au stress, qui est l'un des facteurs qui peut détériorer la santé psychologique d'un travailleur et mener à son absence du travail. Le stress affecte la qualité de vie au travail, le bien-être du travailleur, ses relations avec ses collègues et, finalement, la qualité même de son travail.

En utilisant les résultats des recherches menées par le Centre d'études sur le stress humain¹, nous avons développé une session de sensibilisation au mieux-être psychologique au travail. Voici quelques-unes des notions utilisées dans cette session.

Le mot stress a été introduit en 1956 par Hans Selye² dans son livre *Le stress de la vie*³. Il y définit le stress comme un mécanisme d'adaptation du corps à une situation ou un événement désagréable, menaçant ou traumatisant. Depuis, cette notion a été utilisée à toutes les sauces, au point de vouloir dire tout et son contraire... Le manque de temps est le plus souvent cité comme étant responsable de notre stress. On serait stressé par peur de ne pas finir un travail promis ou d'arriver en retard. Or, les recherches démontrent plutôt que le manque de temps n'est pas le grand responsable de notre stress. Pour arriver à cette conclusion, on a utilisé la mesure du niveau de cortisol dans la salive, puisque cette hormone est sécrétée en plus grande quantité par une personne stressée.

C'est grâce à ce simple traceur qu'on a pu, suite à de nombreuses expériences effectuées depuis 50 ans, identifier les caractéristiques des situations « stressantes » puisque le niveau de cortisol d'une personne placée dans une situation que son cerveau perçoit comme menaçante augmentera. Mais il y a des situations que tous perçoivent comme menaçantes : un tremblement de terre, par exemple. Nous aurons tous une montée de cortisol ! Mais, en général, toutes les personnes ne réagissent pas exactement de la même façon dans les mêmes situations.

Les recherches ont identifié quatre caractéristiques de situation dont la présence augmente les risques de stress chez une personne :

1. Une situation sur laquelle elle n'a pas de contrôle ;
2. Une situation imprévisible ;
3. Une situation nouvelle ;
4. Une situation où cette personne peut mal paraître.

Comme le résume bien le Centre de recherche sur le stress humain : « Une situation n'est stressante que si VOUS l'interprétez comme étant stressante. Vous devez sentir que vous perdez le **Contrôle**, que la situation est **Imprévisible** ou **Nouvelle** ou encore que quelque chose menace votre **Ego**, d'où l'acronyme **C.I.N.É.** qui identifie bien ces quatre caractéristiques afin de nous aider à gérer notre stress. En effet, lorsqu'on analyse une situation stressante, on peut identifier quelles caractéristiques en font une situation menaçante ou déplaisante. Il s'agit ensuite d'essayer d'éliminer ou de diminuer cette caractéristique.

Donner une conférence vous stresse ? Si c'est une première pour vous et que la **Nouveauté** est votre bête noire, il vous faudra répéter la conférence plusieurs fois avant la première pour rendre cette situation « moins » nouvelle. Si la réaction des participants est un élément d'**Imprévisibilité** désagréable, vous pourriez reporter toutes les questions des participants à la fin de votre conférence ou encore la tester devant un auditoire représentatif pour en connaître les réactions, avant la vraie première.

Une **Nouvelle** machine ou un nouveau procédé est en implantation ? On prévoit alors une formation et une période de rodage pour les opérateurs et leurs superviseurs, ce qui présente plusieurs avantages pour la production mais aussi pour les travailleurs car ces activités aideront à diminuer les sources de stress pour eux. En effet, une formation diminue l'**imprévisibilité**, une période de rodage diminue la **Nouveauté** et augmente le **Contrôle** et, en prime, la crainte des erreurs et donc le risque de voir son **Ego** malmené sont diminués d'autant. Bref, la formation et l'entraînement ont aussi des bénéfices pour le mieux-être psychologique des travailleurs.

Mais pourquoi gérer notre stress en essayant de désamorcer les situations que nous trouvons stressantes ? La réaction de notre corps au stress d'aujourd'hui est la même que celle de nos ancêtres. Notre corps pense qu'il est toujours en train de se préparer à chasser le mammoth, comme au temps de l'homme de Cro-magnon. Il ne sait pas faire la différence entre les deux situations désagréables et menaçantes suivantes : un face-à-face avec un mammoth et le fait d'être coincé dans la circulation. Conséquence : dans les deux cas, il sécrète les mêmes hormones de stress qui ont les mêmes répercussions sur notre corps et notre cerveau. Or, si ces hormones aident notre corps lorsqu'il s'agit de combattre ou de fuir le mammoth (en accélérant certains systèmes, notamment le rythme cardiaque et la pression artérielle et en rendant accessible l'énergie supplémentaire nécessaire, par la transformation du gras), elles ne sont d'aucune utilité lorsqu'on est coincé dans un bouchon ! Pire, elles nuisent au bon fonctionnement de certains organes et des processus physiologiques (systèmes immunitaire et digestif, par exemple), avec comme résultat, à la longue, un mal fonctionnement de certains organes et autres fonctions du corps. Ces troubles ne sont pas d'origine physique mais bien psychosomatique avec des effets concrets et néfastes sur le corps.



par **Waguih Geadah, M.Sc., MAP**
Ingénieur/coordonnateur, ASFETM

De plus, lorsque le système de réponse au stress est trop souvent sollicité et que nous sécrétons continuellement les hormones du stress, les systèmes maintenus constamment en alerte (pression artérielle et taux de sucre sanguin élevés) finissent par mener à l'épuisement et peuvent générer de l'anxiété voire même la dépression.

On peut aussi utiliser cette notion du **C.I.N.É.** pour examiner l'adéquation entre notre personnalité et les exigences de notre emploi, afin de chercher

des pistes qui nous permettraient une meilleure adéquation. Que ce soit en cherchant de la formation, de l'expérience ou de l'assistance ou en modifiant les tâches de l'emploi, lorsque c'est possible. Notons que ce qui est « stressant » pour nous ne l'est pas nécessairement pour une autre personne. Le stress et les solutions qu'on peut y opposer sont donc liés à une expérience personnelle. Voilà des sujets de réflexion et de recherche intéressants !

MIEUX-ÊTRE PSYCHOLOGIQUE AU TRAVAIL

SESSION DE SENSIBILISATION

Un demi-million de Canadiens s'absentent chaque jour du travail pour des problèmes de santé mentale. De plus en plus, les entreprises s'inquiètent de l'impact de cette situation sur la disponibilité de leur main-d'œuvre et des coûts croissants qui y sont rattachés.

Une nouvelle norme – développée grâce à une collaboration entre la Commission de la santé mentale du Canada, le Bureau de normalisation du Québec et le Groupe CSA – vise à promouvoir la santé et la sécurité psychologiques en milieu de travail et ainsi prévenir le préjudice psychologique que divers facteurs liés au milieu de travail sont susceptibles de causer.

L'ASFETM a développé une session de sensibilisation au mieux-être psychologique au travail, offerte en entreprise sur demande ou en session publique. Cette session intéressera particulièrement une entreprise qui reconnaît l'existence des risques psychosociaux (charge de travail, conflit, harcèlement, etc.) comme présents dans l'organisation, au même titre que les risques techniques, mécaniques, chimiques, etc.

Clientèle cible

Les travailleurs, leurs superviseurs, la direction et toute personne préoccupée par le mieux-être psychologique au travail.

Objectif général

À la fin de la session, les participants auront été sensibilisés au mieux-être au travail et seront en mesure d'en intégrer les notions dans une démarche globale de prévention.

Objectifs spécifiques

À la fin de la session, les participants pourront :

- démystifier le « mal-être »
- définir le « bien-être »
- reconnaître les symptômes et les causes du stress
- reconnaître les situations (professionnelles et personnelles) pouvant mener au stress
- identifier les moyens concrets de prévenir le stress et le mal-être
- identifier les moyens d'intervention.

Contenu

- Facteurs influençant le bien-être
- Stress humain : son mécanisme, les situations qui le favorisent et les moyens de le prévenir
- Moyens de conservation de l'équilibre et du bien-être

Durée : 2 ½ heures

Prochaines sessions publiques :

4 juin 2013 ; 26 septembre 2013 ; 29 novembre 2013. De 8h à 10h30.



Lieu des formations

Aux bureaux de l'ASFETM :
3565, rue Jarry Est, Bureau 202
Montréal H1Z 4K6

Coût | Information | Inscription :
514 729-6961 | 1 888 527-3386
info@asfetsm.com

1 Centre d'études sur le stress humain, Centre de recherche Fernand-Seguin, Hôpital Louis-H. Lafontaine.

2 Hans Selye (1907-1982) fut le fondateur et le directeur de l'Institut de médecine et chirurgie expérimentale de l'Université de Montréal et un pionnier des études sur le stress. Il a défini le stress comme l'ensemble des moyens physiologiques et psychologiques mis en œuvre par une personne pour s'adapter à un événement donné. Le changement brutal survenant dans les habitudes d'une personne, jusque-là bien équilibrée, est susceptible de déclencher un bouleversement dans sa structure psychique et même somatique.

3 Selye Hans, *Le Stress de la vie*, Gallimard, 1956, 1962 et 1975.

LA MAINTENANCE DES CHARIOTS ÉLÉVATEURS



par **Waguih Geadah, M.Sc., MAP**
Ingénieur/coordonnateur, ASFETM

Attention : Danger !

Nous savons tous que l'utilisation d'un chariot élévateur comporte des risques.

Il ne faut cependant pas oublier que le travail de maintenance des chariots élévateurs comporte également des risques. Nous rapportons ici deux accidents mortels qui viennent nous le rappeler douloureusement...

Dans le premier cas, un électromécanicien effectue une réparation sur un chariot élévateur. Il s'agit d'une fuite d'huile provenant du raccord réducteur reliant le cylindre principal au boyau hydraulique, à la base du cylindre. Le travailleur colmate la fuite, puis, afin de vérifier le résultat et pour compléter son travail, il élève le tablier et se place en dessous pour serrer le raccord réducteur. Mais... pas assez serré, celui-ci cède sous la pression, libérant d'un coup l'huile hydraulique du cylindre qui maintenait le tablier en position élevée. Il tombe alors et frappe mortellement le travailleur à la tête.

Dans le second cas, un travailleur s'affaire à remplacer un boyau hydraulique sur un chariot élévateur. Le mât en extension est supporté par une poutre appuyée sur le sol. Pour atteindre les rouleaux de guidage du boyau, le travailleur grimpe sur la carrosserie du chariot. Ce faisant, la secousse qu'il cause fait bouger légèrement le chariot. La poutre qui soutient le mât se désengage alors ce dernier tombe, frappant le travailleur à la tête, causant ainsi son décès.



Dans ces deux cas, l'on peut constater une procédure de travail inadéquate. Les méthodes d'analyse du risque que l'on applique à l'opération d'une machine, peuvent aussi être appliquées aux tâches de maintenance de l'équipement. C'est ce qu'on fait lorsqu'on élabore une procédure de cadenassage, par exemple, ou encore du travail en hauteur. Il est vrai que le travail de maintenance comporte des situations peu banales et parfois même difficiles à prévoir, mais nous recommandons fortement une telle analyse rigoureuse des risques associés à ce travail afin d'avoir une procédure de travail sécuritaire pour les travailleurs de maintenance, aussi.

Les rapports d'enquêtes dépersonnalisés concernant ces accidents peuvent être consultés sur le site Web de la CSST :

<http://www.centredoc.csst.qc.ca/pdf/ed003823.pdf>

<http://www.centredoc.csst.qc.ca/pdf/ed003780.pdf>

Par ailleurs... Rappelons que, depuis 2007, le *Règlement sur la santé et la sécurité du travail* exige, à l'article 256.3, que tout opérateur soit formé à son utilisation sécuritaire. L'ASFETM a conçu une formation pour aider les établissements à répondre à cette obligation. Notre session de formation comprend une partie théorique d'une durée de 4 heures, suivie d'une évaluation de la pratique sécuritaire, pour chaque participant, sur les lieux de travail, avec l'équipement et dans les conditions normales d'utilisation, le tout en conformité avec les exigences réglementaires. Pour plus d'informations : www.asfetm.com

Les Grands
DDRIX
PRIX
SANTÉ ET SÉCURITÉ DU TRAVAIL

INSCRIVEZ-VOUS AUX

GRANDS PRIX SANTÉ ET SÉCURITÉ DU TRAVAIL !

Les Grands Prix santé et sécurité du travail permettent avant tout de mettre en lumière les visages de la prévention au Québec. Orchestré par la CSST, le concours fait l'éloge des gens qui ont à cœur la santé et la sécurité dans leur milieu de travail.

Les Grands Prix sont composés de deux catégories :

Innovation et Leader en santé et sécurité du travail.

N'attendez plus ! Inscrivez-vous au concours : www.grandsprixsst.com

SESSIONS PUBLIQUES

Formation en santé et sécurité du travail

Voici quelques sujets de formation SST offerts en sessions publiques, à Montréal et à Québec. Ces formations de l'ASFETM peuvent aussi se donner en entreprise, sur demande, moyennant un minimum requis de participants (8 ou 10 personnes). N'hésitez pas à communiquer avec nous pour toute information ou toute autre demande de formation SST.



À MONTRÉAL

FORMATIONS POUR TRAVAILLEURS

UTILISATION SÉCURITAIRE DE CHARIOTS ÉLÉVATEURS

Partie théorique seulement. Pratique donnée en entreprise par la suite, s'il y a lieu.

17 avril 2013 ; 15 mai 2013 ; 12 juin 2013 ;
10 juillet 2013 ; 14 août 2013 ; 18 septembre
2013 ; 16 octobre 2013 ; 13 novembre 2013 ;
11 décembre 2013

Durée : 4 heures (de 8h à midi)

UTILISATION SÉCURITAIRE DES ÉLINGUES ET DES PONTS ROULANTS

Partie théorique seulement. Pratique donnée en entreprise par la suite, s'il y a lieu.

23 avril 2013 ; 22 mai 2013 ; 19 juin 2013 ;
17 juillet 2013 ; 15 août 2013 ;
15 septembre 2013 ; 23 octobre 2013 ;
20 novembre 2013 ; 12 décembre 2013

Durée : 4 heures (de 8h à midi)

UTILISATION SÉCURITAIRE DES PLATEFORMES ÉLÉVATRICES

Partie théorique seulement. Pratique donnée en entreprise par la suite, s'il y a lieu.

24 avril 2013 ; 27 juin 2013 ;
11 septembre 2013 ; 28 novembre 2013

Durée : 4 heures (de 8h à midi)

TRANSPORT DES MATIÈRES DANGEREUSES

29 mai 2013 ; 28 août 2013 ;
21 novembre 2013

Durée : 4 heures (de 8h à midi)

SIMDUT POUR TRAVAILLEURS

10 avril 2013 ; 26 juin 2013 ; 29 août 2013 ;
3 décembre 2013

Durée : 4 heures (de 8h à midi)

PRÉVENTION DES CHUTES ET UTILISATION DU HARNAIS

30 mai 2013 ; 5 septembre 2013 ;
5 décembre 2013

Durée : 4 heures (de 8h à midi)

TRAVAIL SÉCURITAIRE EN ESPACE CLOS

18 avril 2013 ; 20 juin 2013 ;
4 septembre 2013 ; 24 octobre 2013 ;
10 décembre 2013

Durée : 4 heures (de 8h à midi)

MIEUX-ÊTRE PSYCHOLOGIQUE AU TRAVAIL

4 juin 2013 ; 26 septembre 2013 ;
29 novembre 2013

Durée : 2 ½ heures (de 8h à 10h30)

PROTECTION RESPIRATOIRE

13 juin 2013 ; 19 septembre 2013 ;
14 novembre 2013

Durée : 4 heures (de 8h à midi)

SÉCURITÉ DES MACHINES

3 et 4 avril 2013 ; 10 et 11 juin 2013 ;
24 et 25 septembre 2013 ;
26 et 27 novembre 2013

Durée : 14 heures (de 8h à 16h)

PROGRAMME DE CADENASSAGE

28 mai 2013 ; 10 septembre 2013 ;
19 novembre 2013

Durée : 7 heures (de 8h à 16h)

FORMATIONS POUR FORMATEURS

Offertes exclusivement aux entreprises des secteurs « Fabrication d'équipement de transport » et « Fabrication de machines »

SIMDUT POUR FORMATEURS

10 et 11 avril 2013 ; 29 et 30 août 2013 ;
3 et 4 décembre 2013

Durée : 14 heures (de 8h à 16h)

PROTECTION RESPIRATOIRE POUR FORMATEURS

19 et 20 septembre 2013 ;
14 et 15 novembre 2013

Durée : 14 heures (de 8h à 16h)

LIEU DES FORMATIONS À MONTRÉAL

Inscription préalable obligatoire

Aux bureaux de l'ASFETM :

3565, rue Jarry Est, Bureau 202,
Montréal H1Z 4K6

Chantal Lauzon

514 729-6961 • 1 888 527-3386
clauzon@asfetsm.com

À QUÉBEC

UTILISATION SÉCURITAIRE DES ÉLINGUES ET DES PONTS ROULANTS

*Partie théorique seulement.
Pratique donnée en entreprise par la suite.*

13 mai 2013 ; 21 octobre 2013

Durée : 4 heures (de 8h à midi)

UTILISATION SÉCURITAIRE DE CHARIOTS ÉLÉVATEURS

*Partie théorique seulement.
Pratique donnée en entreprise par la suite.*

14 mai 2013 ; 22 octobre 2013

Durée : 4 heures (de 8h à midi)

SIMDUT

16 mai 2013 ; 24 octobre 2013
Durée : 4 heures (de 8h à midi)

TRANSPORT DES MATIÈRES DANGEREUSES

17 mai 2013 ; 25 octobre 2013

Durée : 4 heures (de 8h à midi)

LIEU DES FORMATIONS À QUÉBEC

Inscription préalable obligatoire

Le Cofortel :

6500, Wilfrid-Hamel Québec G2E 2J1

Suzanne Ready

514 729-6961 • 1 888 527-3386
sready@asfetsm.com

RISQUES ÉLECTRIQUES ? travail hors tension !



ASFETM

6 juin 2013 Montréal Hôtel Universel

Programme

- Prévention des accidents lors de travaux de nature électrique CSST
- Nouvelle réglementation et partage des compétences Emploi-Québec, Régie du bâtiment
- Introduction aux normes CSA Z462 et NFPA 70E ASFETM
- Prévention à la source et équipements de protection individuelle pour travail sous tension IMAC Inc.

INSCRIVEZ-VOUS
SANS TARDER !

Information / inscription

Suzanne Ready

514 729-6961 ; 1 888 527-3386 ;

sready@asfetm.com

WWW.ASFETM.COM

INTRODUCTION À LA SST

Nouvelle session de formation de l'ASFETM

Nous constatons de plus en plus que l'on confie la responsabilité du « dossier SST » à de nouveaux venus dans le domaine de la santé et de la sécurité du travail. Que ce soit un employé des ressources humaines, du service de la formation ou un membre du comité de santé sécurité, cette situation est fréquente.

Une session de formation destinée à cette clientèle est désormais offerte, sur demande, en entreprise. Cette session contient des éléments provenant de plusieurs de nos formations en santé et sécurité du travail et vise à fournir aux participants une information de base en SST et les liens utiles : règlements, normes, organismes, adresses, etc. Son contenu, sous forme de modules, peut être adapté aux besoins particuliers des établissements.

Objectif

Donner une connaissance générale en santé et sécurité du travail sur les sujets les plus susceptibles d'être rencontrés dans le milieu de travail, pour contribuer à la prévention des accidents et des maladies du travail.

Contenu

- Réglementation
- Prévention des blessures aux doigts et aux mains
- Inspection des lieux de travail
- Utilisation et inspection des appareils de levage
- Utilisation et inspection des palettiers
- Mesures préventives pour le travail en hauteur
- Utilisation et inspection des échelles et des escabeaux
- Prévention des maux de dos
- SIMDUT
- Intervention en cas de déversement
- Présentation des équipements de protection individuelle
- Exercices en usine

Durée : 7 heures

Pour plus d'infos, communiquer avec nous : 514 729-6961 | 1 888 527-3386 | info@asfetm.com