

# Santé en têtes



## COLLOQUE santé et sécurité du travail 2017 CÔTE-NORD

Danielle Pedneault,  
Infirmière-conseil  
Santé au travail

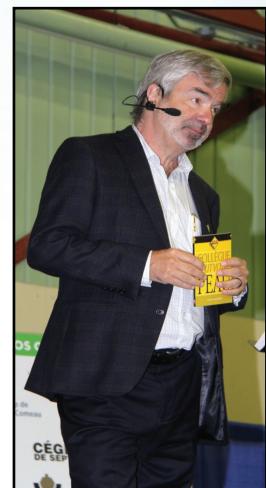
**L**e 31 mai et le 1<sup>er</sup> juin derniers se tenait, à Sept-Îles et à Baie-Comeau, la 14<sup>e</sup> édition du Colloque Santé et sécurité du travail Côte-Nord. Plus de 400 personnes ont pris part aux deux journées. Quelques nouveautés étaient proposées cette année par le comité organisateur, dont les membres sont issus de divers grandes entreprises et organismes de la région.

À Sept-Îles, le Cégep a permis de regrouper toutes les activités au même site. La programmation a également été revue : ainsi, les participants ont assisté à deux conférences au choix dont la durée a été allongée à 90 minutes. Les personnes présentes ont pu, encore cette année, visiter les exposants qui sont venus montrer

des produits et services en lien avec les dernières tendances en santé et sécurité du travail.

Toujours un incontournable, la conférence d'ouverture a gardé sa place dans la grille horaire, donnant le ton à la journée.

Prononcée par M. Alain Samson, auteur, conférencier, formateur en management et spécialiste du mieux-être au travail, elle avait pour titre des plus évocateurs : « Sois positifs ou bedon reste chez vous ».



Crédit photo : Michel Frigon

## Colloque santé... (suite)

M. Samson, a abordé avec humour le sujet des relations avec les collègues et du plaisir au travail. Il a consacré une partie de sa présentation au bonheur, dans la vie personnelle et professionnelle, l'a décortiqué en expliquant ses avantages, son équation et les facteurs contrôlables pour y parvenir.

Affirmant qu'être heureux, ça commence par soi-même, il a abordé diverses façons de soigner sa relation la plus intime. De nombreux outils pour soigner les relations avec les autres et se construire un réseau de relations positives ont également été présentés.

Il a partagé différents conseils pour vivre de façon plus harmonieuse avec ses collègues, notamment : se trouver des points communs, mettre l'emphase sur leurs qualités, être souriant, être généreux et ne pas avoir d'attentes spécifiques... donner à l'un peut signifier recevoir de l'autre. En guise de conclusion, il a encouragé son auditoire à « avoir du fun » et à propager cette bonne habitude dans leur environnement professionnel.

### Grands Prix santé et sécurité du travail

La remise des Grands Prix santé et sécurité du travail (SST), qui se déroulait dans le cadre du colloque, a permis à des entreprises de la région d'être reconnues pour leurs innovations. Deux d'entre elles ont été lauréates régionales dans leur catégorie respective.

La remise des grands prix SST est organisée annuellement par la Commission des normes, de l'équité, de la santé et de la sécurité du travail (CNESST) pour couronner les leaders en santé et sécurité du travail de la région. Présentée en début d'après-midi, elle a permis de souligner les efforts des entreprises pour prévenir les accidents du travail et les maladies professionnelles.

**Deux entreprises de la région ont été récompensées dans la catégorie « Innovation » :**

#### PETITES ET MOYENNES ENTREPRISES

**Fabnor**, de Sept-Îles, s'est illustrée par la conception et la fabrication d'un système automatique de nettoyage du filtre de capteur à source. Le système rotatif d'inspiration complètement fermé permet d'éliminer à la source les poussières émises. Cette innovation a rendu l'opération de nettoyage plus efficace et prolonge également la durée de vie des filtres.

#### GRANDES ENTREPRISES

**ArcelorMittal Exploitation minière Canada - Usine de bouletage de Port-Cartier** a été récompensée dans la catégorie Grandes entreprises. Aidés par le contremaître, les travailleurs ont conçu un prototype d'unité de ventilation de toiture qui élimine toute les interventions en espaces clos et en hauteur. Un cylindre pneumatique permet de soulever facilement l'unité et l'aspect sécurité a également été amélioré grâce à un caillebotis qui empêche la chute d'outils lors des travaux. Enfin, cette nouvelle unité a également l'avantage de nécessiter peu d'entretien.

Ces lauréats sont en lice pour le Gala national des Grands Prix santé et sécurité du travail, qui se tiendra à Québec au printemps 2018.

Il est possible de visionner les vidéos illustrant les réalisations gagnantes sur le site Web de la CNESST à l'adresse suivante : [cnesst.gouv.qc.ca/remisesregionales](http://cnesst.gouv.qc.ca/remisesregionales).

Cinq autres entreprises et organismes de la région ont également été retenus comme finalistes soit Aluminerie Alcoa de Baie-Comeau, Aluminerie Alouette de Sept-Îles, ARBEC-Usine de Port-Cartier, ArcelorMittal Infrastructure Canada-Port de Port-Cartier et Hydro-Québec de Baie-Comeau. Leurs innovations ont été soulignées lors de la remise des grands prix.

## Ateliers offerts durant la journée



Crédit photo : Michel Frigon

### « Un petit pas à la fois, la santé tu viseras »

Kinésiologue et conseillère en prévention-promotion au Centre intégré de santé et de services sociaux de la Côte-Nord, Mme Marie-Hélène Fournier a amené ses auditeurs au cœur d'une réflexion sur les saines habitudes de vie. Elle a abordé les étapes pour changer une habitude de vie et les conditions gagnantes pour y arriver : la motivation, le soutien, la préparation et le plaisir qui est évidemment un facteur clé! Le mode de vie physiquement actif a été au cœur des discussions : les participants ont été invités à identifier leurs préférences afin d'adopter des activités qui répondent à leurs besoins. Elle a également abordé une vision de la saine alimentation en expliquant que tous les aliments ont leur place dans un mode de vie équilibré et que bien manger devait être à la fois simple et agréable! Enfin, elle a fait la promotion du programme « entreprise en forme » qui vise à améliorer la réussite professionnelle, la qualité de vie au travail et la conciliation vie personnelle/vie professionnelle.

### « La responsabilisation et la motivation de l'individu en santé et sécurité au travail »

M. Michel Juteau a vu sa vie prendre une tournure inattendue après un grave accident du travail dans une mine. Il a abordé les facteurs qui ont mené à l'accident et différents impacts de cet événement. Il a décrit les étapes qu'il a dû traverser afin de redonner un sens à sa vie, soit le deuil, l'acceptation et la réhabilitation. Il a aussi raconté comment il s'est réinventé à travers ces changements : sa carrière sportive l'a amené notamment à être champion canadien sur 10 000 mètres au marathon en fauteuil roulant et à participer aux Jeux paralympiques de Barcelone en 1992. Maintenant à la retraite « sportive », M. Juteau se consacre à ses conférences à travers lesquelles il sensibilise les travailleurs et gestionnaires à se responsabiliser sur différents aspects de la santé et de la sécurité au travail. Offrant un témoignage authentique, M. Juteau a pu livrer ses messages sur la santé et sécurité tout en touchant le cœur de son auditoire.



Crédit photo : Michel Frigon

### « Stress et changements technologiques : réflexion et stratégies »



Crédit photo : Michel Frigon

M. Jacques Lafleur, psychologue clinicien a su aborder un sujet bien d'actualité soit la place qu'occupent les différentes technologies dans nos vies et surtout, le stress qu'elles peuvent engendrer. Il a livré différents conseils afin de ne pas se laisser envahir par les outils technologiques utilisés au quotidien :

- Planifier du temps pour les tâches liées aux outils électroniques ou aux technologies de communications, s'en tenir à celui-ci afin de ne pas se laisser envahir;
- Se laisser du temps pour apprendre et demander du soutien pour les nouveautés;
- Éviter de faire plusieurs tâches à la fois, se concentrer sur une seule.

Il a également rappelé l'importance de favoriser les contacts humains et d'entretenir des relations avec son entourage, par exemple : privilégier une discussion en personne ou un appel plutôt qu'un courriel.

## Ateliers offerts... (suite)

« Les poursuites criminelles en SST : où en sommes-nous en 2017 ? »

M<sup>e</sup> Maryline Rosan est avocate et conseillère en prévention au centre patronal SST. Elle a dressé un historique de l'évolution du code criminel depuis sa modification en 2004 qui rendait « criminels » les manquements à la supervision de la part des organisations. L'impact de cette modification a également été abordé. Différentes causes qui ont mené à des accusations de négligence criminelle ont été résumées. Rappelant les obligations de diligence raisonnable des différents acteurs du milieu du travail, soit les superviseurs, les gestionnaires et les travailleurs, elle a amené les participants à réfléchir sur diverses situations.



Crédit photo : Michel Frigon

Le comité organisateur a encore une fois dressé un bilan positif de cette édition 2017 avec une formule renouvelée. Les membres du comité sont d'ailleurs déjà en train de préparer la 15<sup>e</sup> édition du colloque prévue les 30 et 31 mai 2018.



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

Ce bulletin d'information régional est distribué gratuitement.

### Comité de coordination

Danielle Pedneault, Nancy Lachance, Rémi Simard, Vincent Bounou, Stéphane Caron

### Collaboration spéciale

Danielle Pedneault

### Traitement de texte et mise en page

Johanne Bourgeois

### Comité de lecture

Johanne Bourgeois, Martine Létourneau, Marie-Claude Arsenault et Pascal Paradis

### Impression

Voltige  
(Baie-Comeau)

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

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

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

ISSN 1198-1873

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

Québec 

