

### MOT DE LA COORDONNATRICE

*Chers membres,*

*Voici la nouvelle parution de notre journal. Nous espérons grandement que cette édition vous amènera les informations et les conseils dont vous avez besoin. L'année 2018-2019 s'est terminée en mars dernier avec un immense sentiment de satisfaction. Lors de la rédaction de notre Rapport d'activités, nous avons pu constater tout le travail accompli et nous en sommes bien fiers. Plus que jamais, j'ai la sensation du travail accompli tout au long de l'année. Nous continuons à travailler fort afin de vous appuyer dans vos démarches de revendications.*

*Nous sommes toujours intéressés à recevoir vos commentaires.*

*Marie-Ève Picard, coordonnatrice*

---

### SUIVI ASSEMBLÉE GÉNÉRALE ANNUELLE

Le 4 juin dernier, l'ATA tenait sa 32<sup>e</sup> assemblée générale. 36 membres et sympathisants ont participé activement à cette importante rencontre et ont pu prendre connaissance des principales activités de la dernière année.

Monsieur Guy Haillez, vice-président de l'Aide aux Travailleurs Accidentés-ATA, a remercié les différents collaborateurs, les membres du conseil d'administration ainsi que les intervenantes. Il a souligné la fidélité des membres et souhaité la bienvenue à tous les nouveaux venus.



## Voici un bref résumé du Rapport d'activités du 1<sup>er</sup> avril 2018 au 31 mars 2019

- 515 membres au 31 mars 2019 ;
- 20 391 interventions directes auprès des membres ;
- 5 éditions du journal ;
- Continuation des groupes d'entraide et des activités ouvertes à toute la population ;
- Création d'une capsule Web ;
- 10 527 télécommunications ;
- 661 dossiers actifs dont 368 nouveaux dossiers ;
- Motifs de nouvelles demandes : suivi technique, refus d'indemnisation, suivi médical, réadaptation, plaintes et raisons financières ;
- 76 % des dossiers actifs concernent la CNESST et 12 % la SAAQ ;
- 33 % de nos membres reçoivent des IRR, 15 % sont sans revenu, 11 % reçoivent des prestations de l'aide sociale et 11 % des prestations de chômage ;
- L'âge moyen de nos membres est de 51 ans, 61 % sont des hommes contre 39 % des femmes
- Activités de mobilisation sociale : Projet "Formation Écoles", collaboration avec diverses campagnes de revendication ;
- Relations avec le milieu : l'ATA est présente sur plusieurs tables de concertation et collabore avec d'autres organismes communautaires.

Les membres sortants du conseil d'administration ont tous été réélus et ont volontiers accepté la poursuite de leur travail d'administrateur pour les deux prochaines années. Les membres suivants forment le conseil d'administration 2019-2020 : Claude Chouinard, Roger Pelletier, Guy Haillez, Paul-Henri Guillemette, Gervais Martin et André Gagnon.

Merci à tous ceux et celles qui se sont déplacés pour participer à notre assemblée générale. Votre présence fort précieuse permet à notre organisme d'avoir une riche vie associative.

Si vous désirez obtenir une copie du rapport d'activités 2018-2019, il nous fera plaisir de vous le faire parvenir. Vous n'avez qu'à communiquer avec nous.

---

### CONGÉ PÉRIODE ESTIVALE

VEUILLEZ NOTER QUE L'ATA SERA OUVERTE DURANT TOUTE LA PÉRIODE ESTIVALE  
À L'EXCEPTION DU 26 JUILLET, 23 ET 30 AOÛT !

IL Y AURA TOUJOURS UNE TRAVAILLEUSE POUR RÉPONDRE À VOS QUESTIONS.

IL FAUT CEPENDANT COMPRENDRE QU'EN RAISON DE LA RÉDUCTION DU  
PERSONNEL, LE DÉLAI DE RETOUR D'APPELS POURRAIT ÊTRE UN PEU PLUS LONG  
QU'À L'HABITUDE.

BON ÉTÉ À TOUS !!!



## L'épicondylite c'est quoi ?

L'épicondylite est une inflammation de l'épicondyle ou des tissus qui s'y rattachent. L'épicondyle est la petite proéminence à la surface du coude où se fixent plusieurs muscles de l'avant-bras. Il s'agit d'un trouble musculo-squelettique.

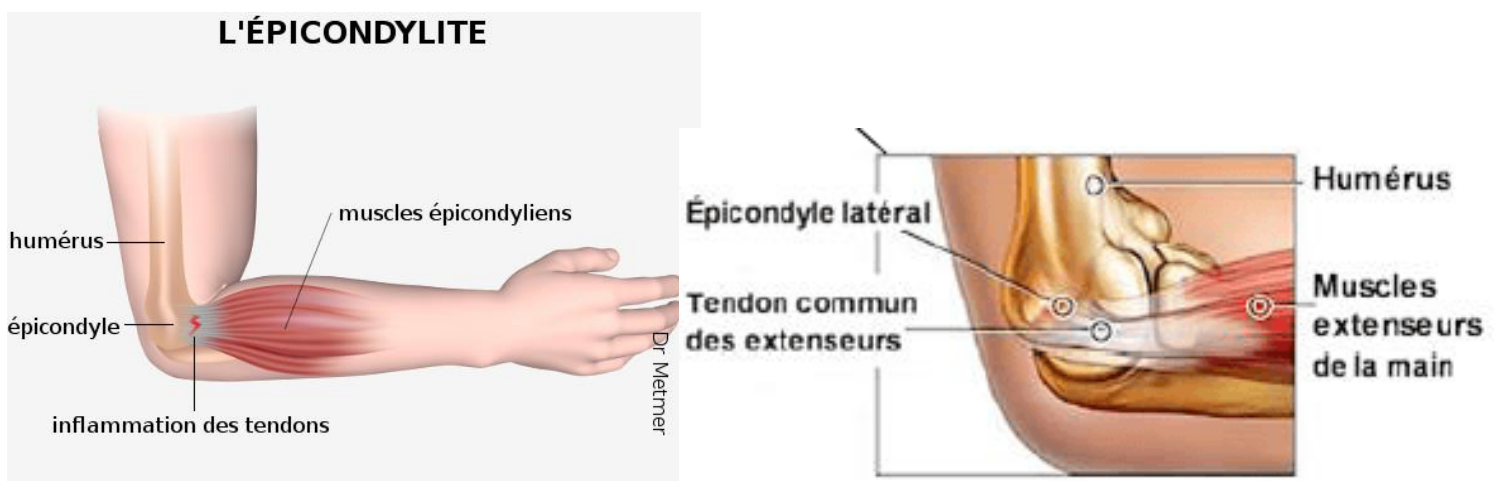
L'épicondylite est caractérisé par une douleur aigue au coude, au niveau de l'insertion des tendons sur l'épicondyle. Cette douleur est présente lors de certains mouvements en particulier : rotation de l'avant-bras de l'extérieur vers l'intérieur, le port d'objet lourd. Également, une douleur est possible au simple toucher de la région inflammée.

Facteurs de risques :

- Facteur principal est une forte préhension/gestes effectués avec force (exemple porter un poids lourd avec le coude en extension)
- Rotation extrême en force de l'avant-bras avec répétition
- Flexion/extension répétitive du poignet contre résistance
- Efforts statiques incluant la préhension prolongée d'outils ou d'objets de toutes sortes en particulier au cours de prises de force
- Absence de période de repos et surutilisation du membre

Les traitements prescrits sont le repos (arrêt des activités responsables de la lésion), la correction des postures et des mouvements et des traitements de physiothérapie.

La prévention de l'épicondylite repose sur l'adoption de gestes protecteurs, par exemple s'échauffer avant tout travail avec force, boire de l'eau, éviter les efforts avec le coude tendu et garder le coude fléchi en cas d'effort, effectuer des mouvements fluides plutôt que saccadés, placer la paume vers le haut pour porter des objets, prévoir des temps de récupération et alterner les tâches répétitives avec d'autres tâches.



## Travailler à la chaleur !

Avec l'été qui approche à grand pas, il faut être conscient des risques associés à la chaleur. Depuis 5 ans, en moyenne 24 travailleurs sont victimes d'un coup de chaleur au travail. Il faut demeurer vigilant par rapport à cela. Un coup de chaleur se produit lorsque le corps ne réussit pas à se refroidir, alors la chaleur du corps augmente. Si aucunes mesures de refroidissement n'est prises, l'hyperthermie va progresser, ce qui peut causer des dommages irréversibles et une finalité fatale.

Les symptômes d'un coup de chaleur sont : maux de tête, étourdissements, pouls rapide, peau sèche et rouge, respiration rapide et saccadée, confusion, perte de connaissance.

Les travailleurs à risques sont surtout les bûcherons, les ouvriers agricoles et tout travailleur effectuant un travail physique exigeant dans des conditions de chaleurs supérieures à la normale.

Le Règlement sur la santé et la sécurité du travail règlemente certaines dispositions pour l'exposition à la chaleur. Pour plus de détails, veuillez consulter le tableau ci-dessous.

T° AIR CORRIGÉE	TRAVAIL LÉGER	TRAVAIL MOYEN	TRAVAIL LOURD	EAU
30,4 °C ou moins	[Vert]	[Vert]	[Vert]	[Bleu clair]
31,0 °C				
31,6 °C				
32,2 °C				
32,8 °C				
33,3 °C				
33,9 °C				
34,5 °C				
35,0 °C				
35,6 °C				
36,1 °C				
36,7 °C				
37,2 °C	[Vert pâle]	[Vert pâle]	[Vert pâle]	[Bleu clair]
37,8 °C				
38,3 °C				
38,9 °C	[Vert pâle]	[Vert pâle]	[Vert pâle]	[Bleu clair]
39,5 °C				
40,0 °C				
40,6 °C	[Vert pâle]	[Vert pâle]	[Vert pâle]	1 verre toutes les 15 minutes
41,1 °C				
41,7 °C				
42,2 °C	[Vert pâle]	[Vert pâle]	[Vert pâle]	[Bleu clair]
42,8 °C				
43,3 °C				
43,9 °C ou plus	[Rouge]	[Rouge]	[Rouge]	[Bleu clair]

**Section verte :** risque faible. Vous et votre employeur devez quand même prendre certaines précautions

**Section verte pâle :** Risque plus grand si vous n'êtes pas acclimaté à la chaleur.

**Section orange :** risque de plus en plus grand. Vous et votre employeur devez prendre différentes mesures préventives pour rendre les conditions de travail sécuritaires

**Section rouge :** Risque très élevé et plus grand si vous n'êtes pas acclimaté. Votre employeur doit appliquer des mesures préventives qui vous permettront de poursuivre vos activités en toute sécurité

Il est également possible d'effectuer le travail en alternance avec des périodes de repos. Voir le tableau à la page suivante pour plus de détails.

Toutes les heures	Travail léger	Travail moyen	Travail lourd
Travail continu	30 °	26.7 °	25 °
Travail 75 %, repos 25 %	30.6 °	28 °	25.9 °
Travail 50 %, repos 50 %	31.4 °	29.4 °	27.9 °
Travail 25 %, repos 75 %	32.2 °	31.1 °	30 °

## CONGÉ DE LA ST-JEAN-BAPTISTE ET FÊTE DU CANADA

La *Loi sur les normes du Travail* prévoit minimalement 8 jours fériés par année. La Fête de la St-Jean-Baptiste et la Fête du Canada sont deux jours fériés.

Le 24 juin est un jour férié, chômé et payé pour tous les salariés du Québec. La seule condition pour bénéficier de ce congé est d'être en emploi à la date du jour férié. Si le 24 juin tombe un dimanche :

- ce jour même est férié, chômé et payé pour le salarié qui travaille habituellement le dimanche
- le 25 juin devient le jour chômé et payé pour le salarié qui ne travaille pas habituellement le dimanche

Le salarié qui doit travailler le 24 juin, en raison de la nature des activités de l'entreprise ou de l'emploi, a droit à son salaire de la journée et à l'indemnité. Mais l'employeur peut choisir de lui accorder, au lieu de l'indemnité, un congé compensatoire le jour ouvrable précédant ou suivant le 24 juin.

Les salariés qui sont obligés de travailler à l'occasion de la Fête du Canada ont droit à une indemnité ou à un congé compensatoire, au choix de l'employeur. Ce congé doit être pris dans les 3 semaines qui précèdent ou qui suivent le jour férié, sauf dans le cas de la fête nationale.

Les salariés pour lesquels le jour férié ne coïncide pas avec une journée normalement travaillée ont droit soit à une indemnité afférente au jour férié, soit à un congé compensatoire, au choix de l'employeur. Cette indemnité est égale à 1/20 de votre salaire gagné au cours des quatre dernières semaines. Des particularités s'appliquent selon les horaires. Pour plus d'informations, n'hésitez pas à communiquer avec l'ATA.

**L'ATA sera fermée le lundi 24 juin, ainsi que le lundi 1<sup>er</sup> juillet.**

**SI VOUS DÉMÉNAGEZ, N'OUBLIEZ PAS D'AVISER L'ATA DE VOTRE  
CHANGEMENT D'ADRESSE !**







- **Envois de fax**

Lorsque vous nous faites parvenir des documents par fax au **418-598-9853**, il demeure prudent de vérifier si nous les avons bien reçus. Il arrive que nous recevions des pages entièrement blanches. Assurez-vous que vos documents se sont rendus à destination en nous téléphonant ou en nous laissant un message dans la boîte vocale au **418-598-9844**.

- **Numéro sans frais**

Vous pouvez joindre l'ATA au numéro sans frais : **1-855-598-9844**

- **Carte de membre**

Vous n'avez toujours pas renouvelé votre carte de membre malgré les avis reçus ? Il est encore possible de renouveler au coût de 20 \$. Appelez-nous !

- **Dons**

Les dons sont acceptés en tout temps et contribuent à maintenir les services pour vous et ceux qui suivront ! Nous émettons des reçus pour fins d'impôts pour les dons de plus de 10 \$.

## À PROPOS DE L'ATA

L'**Aide aux Travailleurs Accidentés-ATA**, est un organisme à but non lucratif, qui vient en aide aux personnes accidentées du travail ou de la route ainsi qu'aux personnes congédiées ou victimes de harcèlement. Aussi, nous nous efforçons de répondre à tous les problèmes qui peuvent se poser suite à un accident du travail, particulièrement lorsque la réclamation est refusée. Nous répondons donc à vos questions concernant la CNESST, le Tribunal administratif du travail, Retraite Québec, les assurances-invalidité, les normes du travail, la SAAQ, l'IVAC etc.

Les services offerts : informations au sujet de l'indemnisation et de la réadaptation, écoute, suivi technique des dossiers, consultations juridiques avec avocate spécialisée en droit du travail, représentation auprès de la CNESST et du Tribunal administratif du travail (TAT), références pour expertises médicales, groupes d'entraide et rencontres sociales, etc.

À partir de notre siège social de Saint-Jean-Port-Joli, nous acceptons les demandes d'aide en provenance de tout l'Est du Québec, incluant la grande région de Québec et Charlevoix. Bienvenue à tous !

**Heures d'ouverture :**

**Lundi au jeudi : 9H à 12H et 13H à 16H**

**Vendredi : 9H à 12H**



**Aide aux Travailleurs Accidentés-ATA**  
**114-B, avenue de Gaspé Est**  
**Saint-Jean-Port-Joli (Québec) G0R 3G0**  
**Tél : 418-598-9844 Fax : 418-598-9853**  
**Sans frais : 1-855-598-9844**  
**aideauxtravailleurs@outlook.com**  
**www.aideauxtravailleurs.com**