

# INFO RDS



Le bulletin d'information du réseau régional  
des déléguées et délégués sociaux

janvier-février 2009

## Semaine de prévention du suicide 2009 - 1er au 7 février

Cette semaine est là pour nous rappeler qu'il faut tous travailler ensemble pour prévenir ce phénomène. Encore une fois, il s'agit d'un bon moment pour organiser une activité sur cette thématique dans vos milieux de travail. Si vous avez besoin d'un coup de main ou de matériel, appelez-moi.

Steeve

## Formation de base

Deux autres sessions sont prévues soient les 11-12-13 mars 2009 et 10-11-12 juin 2009. L'horaire est de 8h30 à 16h30. Les sessions se déroulent à l'édifice FTQ à Québec. Les frais sont de 90\$ par personne pour une section locale affiliée au Conseil régional FTQ et le double pour les non-affiliées. Le dîner n'est pas inclus.

Si vous avez des noms ou un nombre de personnes à me communiquer pour la formation de base de déléguées et délégués sociaux, n'hésitez pas à le faire.

Si vous connaissez de vos consœurs et confrères de travail intéressés, informez-les. Les exécutifs locaux sont spécialement invités.

## 16ème Conférence annuelle du réseau régional

### « Hériter, c'est aussi partager »

C'est par cette expression que vous serez invités dans les prochaines semaines à la conférence annuelle du réseau. Celle-ci aura lieu les 30 avril et 1er mai prochain comme à l'habitude, à l'Hôtel Québec près des ponts.

Vous recevrez l'invitation officielle pour participer à cet événement dans les prochaines semaines.

## Retour sur la campagne des Paniers de Noël 2008

Les quelque 60 adultes (12 ans et plus), 20 enfants et 1 bébé tiennent à dire un gros **MERCI** à tous celles et ceux qui ont participé de près ou de loin au succès de la campagne de cette année.

Au total, 40 paniers de provisions furent remis à des membres de syndicats affiliés de nos régions.

À l'an prochain !

### Retour sur la journée d'activités du 26 novembre 2008

Deux sujets étaient à l'ordre du jour. La journée a débuté par une présentation de la ligne 211. Il s'agit d'une ligne d'information et de référence qui possède une banque de données sur tous les organismes communautaires des territoires de Québec et Chaudière-Appalaches. Vous trouverez le dépliant de cet organisme avec ce bulletin.

Aussi, deux intervenants en centre de réadaptation sont venus nous présenter les différents tests mis à la disposition des intervenants pour évaluer les personnes quant à leur niveau de consommation. Parmi ces tests, il y a : IGT, IGT-ado, DEP-ado, DÉBA-jeu, DÉBA-a/d, ALCOCHOIX+. Ces outils permettent aux intervenants de préparer le plan de thérapie.

Ce fut une journée riche en échanges mais que seulement neuf personnes y ont participé.

### Pensée

J'ai la très forte impression que le contraire de l'amour n'est pas la haine, c'est l'indifférence. C'est s'en fiche complètement. Si quelqu'un me hait c'est qu'il ressent quelque chose à mon sujet, sinon il ne pourrait même pas me haïr. Et donc, il y a sûrement moyen pour moi de communiquer avec lui. Mais si quelqu'un ne me voit même pas, je suis fichu, il n'y a aucun moyen pour moi d'entrer en contact avec lui. Si vous n'aimez pas le rôle que vous tenez, si vous êtes malheureux, si vous êtes seul, si vous n'avez pas l'impression que quelque chose se passe, changez de rôle. Installez-vous un nouveau décor. Entourez-vous de nouveaux acteurs. Écrivez une nouvelle pièce, et si la pièce n'est pas bonne, sortez donc de scène et écrivez-en une autre. Il y a des millions de pièces possibles, autant que d'individus.

LEO BUSCAGLIA

### Jurisprudence à partager

Voici un texte qui provient du site internet du SITBCTM du Québec (bctm.qc.ca)

#### Résumé d'une décision favorable concernant un diagnostic de dépression

Une travailleuse, membre de la section locale 227, demande à la Commission des Lésions Professionnelles (CLP) de conclure que le diagnostic de dépression est en relation avec sa lésion professionnelle d'entorse lombaire.

#### LES FAITS ET LES MOTIFS

La Commission des Lésions Professionnelles doit d'abord déterminer si le diagnostic de dépression est en relation avec l'événement initial survenu au travail.

Le 9 janvier 2005, la travailleuse, occupe un poste d'opératrice lorsqu'elle perd l'équilibre en manipulant un récipient et chute d'un escalier d'une hauteur de huit pieds et se retrouve en position assise sur le ciment.

L'attestation médicale est émise le jour même par le docteur Jean-Pierre Laurens qui pose le diagnostic d'entorse lombaire et prescrit un arrêt de travail.

Du 28 février 2005 au 9 mars 2005, la travailleuse est assignée à des travaux légers. À l'audience, elle précise que l'employeur lui a demandé de rester dans la salle où sont les cases des employés, sans

(suite à la page 4)

### Les boissons énergisantes

Le texte qui suit provient du site internet du GRIP au [gripmontreal.org](http://gripmontreal.org) . C'est une bonne lecture à partager.

**Boissons énergisantes: la modération est aussi de mise !**

Nous entendons de plus en plus parler de boissons énergisantes dans les médias et elles prennent de plus en plus de place dans les présentoirs des dépanneurs et des magasins d'alimentation.

Aux États-Unis, des cas d'intoxication sévère à la caféine tendent à s'accumuler (référence) alors que l'industrie nous propose à grand coup de publicité des produits de plus en plus volumineux et contenant parfois des ingrédients qui n'étaient pas présents dans les versions précédentes.

Voici quelques extraits d'une émission diffusée récemment à Télé-Québec, que vous pourrez retrouver ici.

*Ces boissons contiennent essentiellement de la caféine, dissimulée sous plusieurs formes, et de la taurine, un acide aminé qui augmente les effets de la caféine.*

*Une Red Bull contient 80 mg de caféine, une tasse de café, entre 80 et 120 mg. Boire trois Red Bull équivaut donc à avaler 3 cafés. (Cependant, la quantité en caféine est fortement variable d'un produit à l'autre).*

*Le guarana, plante brésilienne qui contient même de quatre à six fois plus de caféine que le café.*

*L'adulte en bonne santé ne devrait pas consommer plus de 4 tasses de café par jour (450 mg).*

*Quant aux ados (12-17 ans), la limite est de 1 tasse par jour (ou 2,5 mg par kg de poids).*

*Aux États-Unis, la mode est à la I love blow, une boisson qui contient trois fois plus de caféine que celles qui sont vendues ici. Et le fabricant a déposé une demande pour la distribuer au Canada.*

*Certains médicaments agissent sur la concentration de la caféine dans le sang. La pilule contraceptive, par exemple, ralentit l'élimination de la caféine par l'organisme. Les effets de la caféine seront donc amplifiés et prolongés.*

#### Pour rejoindre le coordonnateur

-téléphone 418-622-4911 avec boîte vocale

-télécopieur 418-623-9932

-courriel [rdscrqca@videotron.ca](mailto:rdscrqca@videotron.ca)  
(correspondance confidentielle)

#### Pour les internautes

L'association des centres de réadaptation en dépendance du Québec.

Vous connaissez ? Allez à :

[www.fqcrpat.org](http://www.fqcrpat.org)

Bonne exploration!

lui donner de tâches à accomplir.

Elle explique qu'elle se demandait pourquoi on lui demandait de rester là à ne rien faire alors qu'elle était une personne qui était valorisée par son travail, qui n'attendait pas qu'on lui assigne des tâches et qui aimait aider ses collègues. Elle se sentait jugée par son entourage qui semblait douter de ses douleurs alors que son patron lui disait « Je me demande ce que je vais faire avec toi aujourd'hui ? ». Elle avait l'impression d'être de trop et se demandait si on voulait se débarrasser d'elle.

Le 10 mars 2005, la travailleuse consulte le docteur Payne qui pose les diagnostics de dépression, d'entorse de l'épaule gauche, d'entorse lombaire et d'entorse cervicale. À ses notes de consultation, il fait état d'un « insight » faible et d'un ralentissement psychomoteur. Il prescrit un arrêt de travail et une psychothérapie.

Pour le docteur Payne, le lien entre l'état dépressif et les conséquences de la lésion professionnelle est évident dans la mesure où aucun élément de nature personnelle n'a été porté à sa connaissance.

Aux notes évolutives du 18 octobre 2005, l'agente d'indemnisation de la CSST mentionne que la travailleuse est découragée et ne peut accepter sa situation. Le docteur Payne recommande une psychothérapie.

À la lumière de l'ensemble de cette preuve, la Commission des Lésions Professionnelles conclut que le diagnostic de dépression posé par le docteur Payne, le 10 mars 2005, est en relation avec les conséquences de l'événement survenu au travail le 9 janvier 2005.

À l'audience, la travailleuse a expliqué l'importance de ses douleurs et comment elle se sentait diminuée et humiliée par son incapacité à effectuer des tâches manuelles contrairement à ce qu'elle faisait depuis l'âge de 14 ans.

Le tribunal retient de plus que les premières manifestations d'un état dépressif apparaissent dans les jours qui suivent une assignation temporaire en mars 2005 où l'employeur n'assigne aucune tâche à la travailleuse, symptômes qui seront amplifiés lors de la deuxième assignation temporaire à l'automne 2005 où elle n'est occupée qu'environ une heure par jour et où elle est confrontée aux commentaires de son supérieur qui ont pour effet de la dévaloriser.

**PAR CES MOTIFS LA COMMISSION DES LÉSIONS PROFESSIONNELLES :**

**ACCUEILLE** la requête de la travailleuse;

**INFIRME** la décision rendue par la Commission de la Santé et de la Sécurité du Travail (la CSST) le 1er février 2006, à la suite d'une révision administrative;

**DÉCLARE** que le diagnostic de dépression est en relation avec l'événement survenu au travail le 9 janvier 2005;

**DÉCLARE** que la travailleuse a droit aux prestations et indemnités prévues par la Loi sur les accidents du travail et les maladies professionnelles

#### À venir au réseau

Février	»	12-13 : formation sur le harcèlement psychologique
Mars	»	11-12-13 : formation de base ds
Avril	»	30 et 1er Mai CONFÉRENCE ANNUELLE du réseau régional
Juin	»	10-11-12 : formation de base ds