



Centre d'information
scientifique et technique



LISTE DES FORMATIONS OFFERTES PAR LES ASP

Centre d'information scientifique et technique
Juin 2025





TABLE DES MATIÈRES

TABLE DES MATIÈRES	2
INTRODUCTION	11
APSAM	12
1. Cadenassage : comprendre et appliquer son programme.....	12
2. Cadenassage : implantation d'un programme.....	12
3. Cadenassage : réseaux d'aqueduc.....	13
4. Cadenassage pour personne qualifiée : rédaction, validation et approbation de fiches.....	13
5. Clientèles à défi : trousse de survie.....	13
6. Clientèles difficiles ou agressives : intervenir de façon sécuritaire.....	14
7. Comité de santé et sécurité efficace.....	15
8. Creusement, excavation et tranchée : travailler de façon sécuritaire.....	15
9. Découpeuse à disque abrasif ou à meule.....	16
10. Déneigement : travailler de façon sécuritaire.....	16
11. Droits et obligations en santé et sécurité du travail.....	16
12. Enquête et analyse des accidents du travail.....	17
13. Entrée en puits d'accès électriques.....	17
14. Ergonomie au bureau : personne-ressource.....	18
15. Espace clos : formation initiale.....	18
16. Espace clos : formation théorique.....	19
17. Espace clos : rappel de type coaching en milieu de travail.....	19
18. Inspection en milieu de travail.....	20
19. Manutention manuelle.....	20
20. Responsable des travaux en puits d'accès électriques.....	21
21. Sécurité en action : gestion des risques sur le terrain.....	21
22. Signaleur de chantier.....	22
23. Signaleur routier : exercer la fonction.....	22
24. Signalisation des travaux routiers.....	23
25. Signalisation des travaux routiers pour gestionnaire planificateur.....	23
26. Travail à proximité ou sur l'eau.....	24
APSM	25
1. Comité de santé et sécurité efficace.....	25
2. Lois et règlements.....	25
3. La maîtrise du cadenassage.....	25
4. Utilisation sécuritaire des palans et ponts roulants (rappel).....	25
5. Vérification automatisée du cadenassage – utilisateurs.....	26
6. Utilisation sécuritaire du chariots élévateur (rappel).....	26
7. Risques électriques pour non-électriciens.....	26
8. Sécurité des machines pour opérateur.....	27
9. Prévenir le harcèlement par la civilité au travail.....	27
10. Initiation à l'analyse sécuritaire de tâches.....	27
11. Transport des marchandises dangereuses (excluant les explosifs).....	27
12. Loi C-21 – Travailleur.....	28
13. Utilisation sécuritaire des transpalettes électriques.....	28
14. Les espaces clos.....	28
15. SIMDUT 2015 – Système d'information sur les matières dangereuses utilisées au travail.....	29
16. Loi C-21 (diligence raisonnable) – Superviseur.....	29
17. Les fondements du comité de santé et sécurité.....	29
18. Leadership SST, des agents de changement.....	30
19. Animation des rencontres de sécurité.....	30
20. Enquête et analyse d'événement.....	30



21.	Inspection planifiée.....	31
22.	Travail en hauteur.....	31
23.	Utilisation sécuritaire des appareils et des accessoires de levage.....	31
24.	Utilisation sécuritaire des chariots élévateurs.....	32
25.	Formation des formateurs – Formateur interne.....	32

APSSAP 34

1.	ORGANISATION DE LA PRÉVENTION.....	34
1.1	S'adapter au mode hybride.....	34
1.2.	Gestion efficace de la SST en mode hybride.....	34
1.3	Inspection des lieux de travail.....	35
1.4	Enquête et analyse d'accident.....	35
1.5	Initiation des nouveaux membres du comité de santé et sécurité (CSS).....	36
1.6	Identification et analyse des risques.....	36
1.7	Enquête et analyse d'accident.....	36
1.8	La SST, c'est l'affaire de tous!.....	36
1.9	Inspection des lieux de travail.....	37
1.10	Parcours du superviseur.....	37
2.	ERGONOMIE ET PRÉVENTION DES TMS.....	38
2.1	Troubles musculosquelettiques : agir pour prévenir.....	38
2.2	J'adapte mon poste en télétravail.....	39
2.3	Formation et accompagnement en manutention de charges.....	39
2.4	Personnes-ressources en adaptation de postes de travail.....	40
2.5	J'adapte mon poste en quelques étapes faciles.....	40
2.6	Le rôle du CSS en ergonomie et prévention des TMS.....	40
2.7	ADAPTE : l'ergonome virtuel.....	41
3.	SANTÉ PSYCHOLOGIQUE.....	41
3.1	Comment ça va? Introduction à la santé psychologique au travail.....	41
3.2	Les défis du changement.....	42
3.3	Les clés de la reconnaissance.....	42
3.4	Stress au travail, à chacun son cinéma!.....	42
3.5	Les pratiques gagnantes de civilité au travail.....	42
3.6	Contrer la fatigue virtuelle.....	43
3.7	Les 5 dimensions de la charge de travail.....	43
3.8	Naviguer vers son autonomie décisionnelle.....	43
3.9	Prendre en charge sa santé psychologique en équipe.....	44
3.10	Stimuler le soutien social.....	44
3.11	La reconnaissance au travail.....	44
3.12	S'adapter au changement.....	45
3.13	Tous mobilisés vers un même objectif.....	45
3.14	Transformer sa charge de travail.....	45
3.15	Civilité au travail : rédaction d'une charte d'équipe.....	46
3.16	Civilité au travail : prévenir le commérage.....	46
3.17	Civilité au travail : utilisation des aires ouvertes.....	47
3.18	Code de communications virtuelles.....	47
3.19	Communiquer pour mieux s'entendre.....	48
3.20	Mettre le cap vers son autonomie décisionnelle.....	48
3.21	La santé psychologique, un sentier à explorer pour le CSS.....	49
4.	PRÉVENTION DE LA VIOLENCE AU TRAVAIL.....	50
4.1	Violence et clientèle agressive.....	50
4.2	Le rôle du CSS en prévention de la violence.....	50
4.3	Intervenir en équipe lors d'un appel à l'aide : partie pratique.....	51
4.4	Intervention préventive en situation d'agressivité, d'intimidation et de menace.....	51
4.5	Prévention de la violence : situations particulières avec la clientèle.....	52
4.6	Intervenir en équipe lors d'un appel à l'aide : partie théorique.....	53
5.	SÉCURITÉ DES TRAVAILLEURS.....	53



5.1	Les risques et mesures préventives associés aux travaux en présence de machinerie lourde.	53
5.2	Les risques liés à l'exposition de l'amiante et de la silice cristalline	53
5.3	Les risques liés à l'exposition du monoxyde de carbone (CO)	54
5.4	Santé et sécurité générale sur les chantiers de construction – (30 heures – ASP Construction)	54
5.5	L'exposition au bruit	55
5.6	Utilisation sécuritaire des chariots élévateurs	55
5.7	Signaleur de chantier	56
5.8	Cadenassage	56
5.9	Travail sécuritaire en espace clos	57
5.10	Utilisation sécuritaire de la scie à chaîne	57
5.11	Utilisation sécuritaire des ponts roulants et gréage	58
5.12	Prévention des chutes en hauteur et harnais	58
5.13	Utilisation sécuritaire des plateformes élévatrices mobiles de personnel (PEMP)	58
5.14	Formation des responsables d'essais d'ajustement (Fit-Test)	59
5.15	SIMDUT 2015	59
5.16	Utilisation sécuritaire des transpalettes électriques	60
5.17	Transport des matières dangereuses (TMD)	60
5.18	Inspections avant utilisation	60

ASFETM **62**

1.	APPAREILS DE LEVAGE DE CHARGES	62
1.1	Utilisation sécuritaire des chariots élévateurs	62
1.2	RAPPEL : Utilisation sécuritaire des chariots élévateurs	62
1.3	Utilisation sécuritaire des transpalettes électriques	62
1.4	Utilisation sécuritaire des chariots tout terrain à mât télescopique	63
1.5	Utilisation sécuritaire des élingues et des ponts roulants	63
1.6	RAPPEL : Utilisation sécuritaire des élingues et des ponts roulants	63
1.7	Utilisation sécuritaire des palettiers	64
2.	CADENASSAGE, SÉCURITÉ DES MACHINES ET RISQUES ÉLECTRIQUES	64
2.1	Cadenassage : procédure	64
2.2	Cadenassage : programme	64
2.3	Sécurité des machines : analyse et réduction du risque	65
2.4	Sécurité des machines pour opérateurs	65
2.5	Sécurité des machines pour personnel de maintenance	65
2.6	Risques électriques : procédure	66
2.7	Risques électriques : programme	66
2.8	Prévention des risques électriques pour personnel non électro	66
3.	COMITÉ DE SANTÉ ET DE SÉCURITÉ (CSS) ET ACTIVITÉS DE PRÉVENTION	67
3.1	Fonctions du comité de santé et de sécurité (CSS)	67
3.2	Prévention des blessures	67
3.3	Prévention des blessures aux doigts et aux mains	67
3.4	Analyse de la sécurité de la tâche (AST)	68
3.5	Inspection préventive	68
3.6	Enquête et analyse d'accident	68
4.	GESTION DE LA SST	68
4.1	La SST, c'est l'affaire de tous	68
4.2	Loi C-21 sur la responsabilité pénale des organisations	69
4.3	Mieux-être psychologique au travail	69
4.4	Prévenir le harcèlement par la civilité au travail	69
4.5	Comprendre le harcèlement psychologique et sexuel pour le prévenir	70
4.6	Risques biologiques (COVID)	70
5.	ERGONOMIE	70
5.1	Troubles musculo-squelettiques (TMS)	70
5.2	Maux de dos	70
5.3	Ergonomie de bureau	71



6.	ESPACES CLOS	71
6.1	Espace clos : procédure.....	71
6.2	Espace clos : programme.....	71
7.	MATIÈRES DANGEREUSES	72
7.1	SIMDUT (système d'information sur les matières dangereuses utilisées au travail).....	72
7.2	TMD (transport des marchandises dangereuses).....	72
8.	PROTECTION RESPIRATOIRE	73
8.1	Protection respiratoire : procédure.....	73
8.2	Protection respiratoire : programme.....	73
8.3	Utilisation des équipements de protection respiratoire (ÉPR).....	73
9.	RISQUES PHYSIQUES.....	74
9.1	Prévention auditive.....	74
9.2	Électricité statique : prévention des risques.....	74
9.3	Sensibilisation aux risques des lasers.....	74
10.	SOUDAGE ET ACTIVITÉS CONNEXES	75
10.1	Utilisation sécuritaire des gaz comprimés	75
10.2	Prévention des risques du métier de soudeur.....	75
10.3	Travail à chaud : réglementation et permis	75
11.	TRAVAIL EN HAUTEUR	76
11.1	Prévention des chutes incluant l'utilisation du harnais.....	76
11.2	Plateformes élévatrices de personnel (PEMP).....	76
11.3	Échelles et escabeaux.....	76
ASP CONSTRUCTION		78
1.	Cadenassage.....	78
2.	Conduite sécuritaire de chariots élévateurs.....	78
3.	Contraintes thermiques : travailler à la chaleur ou au froid.....	79
4.	Élingage : éléments de sécurité.....	79
5.	Enquête et analyse d'accident.....	80
6.	Exposition au plomb : risques et mesures de prévention.....	80
7.	Gestion de la prévention sur les chantiers de construction	81
8.	Pause-sécurité.....	81
9.	Prévention des chutes.....	81
10.	Prévention des maux de dos.....	82
11.	Prévention des risques en présence de monoxyde de carbone	82
12.	Prévention des risques liés au bruit.....	83
13.	Prévention en milieu riverain : travaux au-dessus ou à proximité d'un cours d'eau.....	83
14.	Procédures sécuritaires pour les travaux en espace clos.....	84
15.	Protection respiratoire.....	85
16.	Protection respiratoire avancée : formation avancée.....	85
17.	Sécurité lors de travaux dans des tranchées et des excavations	86
18.	Sécurité lors de travaux d'enlèvement de l'amiante.....	86
19.	Signaleur de chantier.....	87
20.	Signaleur routier.....	87
21.	Silice cristalline dans la construction et Protection respiratoire avec essai d'ajustement qualitatif 88	
22.	SIMDUT 2015 (Système d'information sur les matières dangereuses utilisées au travail).....	89
23.	Transport des matières dangereuses.....	89
24.	Travailler hors tension.....	90
25.	Travaux à proximité des lignes électriques	90
26.	Travaux sécuritaires en présence de moisissures et champignons	91
27.	Utilisation sécuritaire de la découpeuse à disque abrasif ou à meule.....	91
28.	Utilisation sécuritaire des échafaudages à cadres métalliques.....	92
29.	Utilisation sécuritaire des plates-formes élévatrices mobiles de personnel (PEMP).....	92
30.	Utilisation sécuritaire de la scie à chaîne.....	93



ASSTSAS.....	94
1. ORGANISATION DE LA SST.....	94
1.1 Identification et analyse des risques.....	94
1.2 Inspection des lieux de travail.....	94
1.3 Prévention 101 – Nouvelle version des Bases essentielles d'un préventionniste.....	94
1.4 La SST, c'est l'affaire de tous!.....	95
1.5 Enquête et analyse d'un événement accidentel.....	95
2. RISQUES BIOLOGIQUES.....	95
2.1 Protection respiratoire – Essais d'ajustement pour APR N95 [Ajusteurs] (risques biologiques).....	95
3. RISQUES CHIMIQUES.....	95
3.1 Gestion intégrée des matières dangereuses (SIMDUT) dans les établissements de santé.....	95
3.2 Gestion sécuritaire de l'amiante.....	96
4. RISQUES ERGONOMIQUES.....	96
4.1 Prévention des TMS en hygiène et salubrité – formateurs.....	96
4.2 Manutention de charges – travailleurs.....	96
4.3 Ergo-coach en laboratoire.....	97
4.4 PDSP écoles (Moniteurs-Enseignants).....	97
4.5 PDSP travailleurs – Pédiatrie.....	97
4.6 Principes pour le déplacement sécuritaire de personnes (PDSP) – Volet théorique.....	97
4.7 PDSP Moniteurs.....	98
4.8 Méthodes de travail sécuritaires pour le personnel éducatif.....	98
4.9 L'ergonomie chez les hygiénistes dentaires en milieu scolaire.....	98
4.10 Entretien ménager sécuritaire à domicile.....	98
4.11 Méthodes de travail sécuritaires en échographie.....	99
4.12 Ajustement d'un poste de travail – Personne-ressource (anciennement Ergonomie du bureau) 99	
5. RISQUES LIÉS À LA SÉCURITÉ.....	99
5.1 Cadenassage.....	99
5.2 Utilisation sécuritaire des plates-formes élévatrices.....	99
5.3 Utilisation sécuritaire du chariot élévateur.....	100
6. VIOLENCE ET RISQUES LIÉS À LA SANTÉ PSYCHOLOGIQUE.....	100
6.1 Approche relationnelle de soins.....	100
6.2 Prévention de l'incivilité et du harcèlement au travail.....	100
6.3 Bonnes pratiques pour assurer sa sécurité.....	101
6.4 Prévention des comportements agressifs et perturbateurs liés aux troubles neurocognitifs.....	101
6.5 Agir en prévention pour la santé psychologique au travail.....	101
6.6 Oméga formateurs.....	101
6.7 Communiquer avec bienveillance.....	102
AUTO PRÉVENTION.....	103
1. ERGONOMIE.....	103
1.1 Ergonomie et TMS : dosez vos efforts.....	103
1.2 Service de pneus ergonomique.....	104
2. GESTION D'UN ACCIDENT.....	104
2.1 Enquête d'accident.....	104
3. GESTION DE LA PRÉVENTION.....	105
3.1 La Loi C-21, mieux vaut prévenir!.....	105
3.2 Contrôle des déversements.....	105
3.3 Prévention des incendies chez les recycleurs de pièces.....	106
3.4 Stress et santé mentale au travail.....	107
4. RISQUES POUR LA SANTÉ.....	107
4.1 Bruit et surdité professionnelle (formation obligatoire).....	107
4.2 Risques biologiques.....	108
4.3 SIMDUT (formation obligatoire).....	108
4.4 Prévenir les lésions aux yeux.....	109



5.	RISQUES POUR LA SÉCURITÉ.....	109
5.1	Conduite préventive des véhicules automobiles.....	109
5.2	Conduite sécuritaire des chariots élévateurs (et autres véhicules motorisés de manutention).....	110
5.3	Conseillers aux ventes : santé et sécurité du travail.....	110
5.4	Transport des marchandises dangereuses (formation obligatoire).....	111
5.5	Travail sécuritaire sur les véhicules à motorisation électrique.....	112
5.6	Utilisation sécuritaire des plateformes élévatrices.....	112
5.7	Utilisation sécuritaire des ponts roulants (formation obligatoire).....	113
5.8	Ponts élévateurs (levage sécuritaire des véhicules légers).....	114
5.9	Chutes, glissades et déneigement.....	114
5.10	Travail en hauteur et harnais de sécurité.....	114
5.11	Colonnes mobiles (levage sécuritaire des véhicules lourds).....	115
5.12	Utilisation sécuritaire des chargeuses sur roues.....	115
5.13	Sécurité en dépannage et remorquage de véhicules à motorisation électrique.....	116
5.14	Utilisation sécuritaire des chariots de transport.....	117
	MULTIPRÉVENTION.....	118
1.	APPAREILS DE LEVAGE.....	118
1.1	(Dé)charger sans s'tuer à l'ouvrage.....	118
1.2	Accessoires pour chariot élévateur : pas à prendre à la légère.....	118
1.3	L'aménagement de la circulation en entreprise : à chacun sa voie!.....	118
1.4	Utilisation sécuritaire des palans et des ponts roulants.....	119
1.5	Utilisation sécuritaire des palans et des ponts roulants - RAPPEL.....	119
1.6	Utilisation sécuritaire des plates-formes élévatrices.....	119
1.7	Utilisation sécuritaire des transpalettes électriques.....	119
1.8	Utilisation sécuritaire du chariot élévateur.....	120
1.9	Utilisation sécuritaire du chariot élévateur - RAPPEL.....	120
2.	BRUIT.....	120
2.1	Bien se protéger du bruit.....	120
2.2	Gérer la réduction du bruit en entreprise.....	120
2.3	Gérer le bruit : une obligation et des moyens pour le faire.....	120
2.4	L'exposition au bruit et aux produits chimiques ototoxiques : un risque plus grand de dommages à l'audition.....	121
3.	CADENASSAGE.....	121
3.1	Appliquer son programme de cadenassage.....	121
3.2	Élaborer un programme de cadenassage.....	121
3.3	La maîtrise du cadenassage.....	122
3.4	Sensibilisation au cadenassage.....	122
4.	COMITÉS DE SANTÉ ET DE SÉCURITÉ.....	122
4.1	Dynamiser votre comité.....	122
4.2	Le parcours de formation du CSS : pour une collaboration optimale de ses membres.....	122
4.3	Réunions efficaces du comité de santé et de sécurité.....	123
5.	ERGONOMIE.....	123
5.1	Devenir un ergo-coach dans son entreprise.....	123
5.2	Devenir un ergo-coach pour les postes de travail à l'écran.....	123
5.3	Évaluez vos risques ergonomiques avec E2.....	123
5.4	La prévention des troubles musculosquelettiques, ça vaut le coût!.....	124
5.5	Le travail à l'écran.....	124
5.6	Manutention : une approche terrain et pragmatique.....	124
5.7	Manutention et maux de dos.....	124
5.8	Prévenir les maux de dos.....	125
5.9	Principes de manutention sécuritaire.....	125
5.10	Principes et fondements en manutention.....	125
5.11	Travail à l'écran : ce qu'il faut savoir.....	125
5.12	Travailler au binoculaire en électronique.....	126
6.	ESPACE CLOS.....	126



6.1	Espace clos : découvrez nos nouveaux outils!	126
6.2	Le travail en espace clos	126
7.	GESTION DE LA PRÉVENTION	126
7.1	Accueil et intégration des nouveaux membres de l'équipe au Groupe Mondial	126
7.2	Choisir ses gants, choisir de bien se protéger	127
7.3	Élaborer un plan de sécurité incendie	127
7.4	Enquête et analyse d'accidents	127
7.5	Instaurer une démarche de mentorat en prévention	127
7.6	L'identification et l'analyse des risques : une démarche participative!	128
7.7	L'inspection planifiée des lieux de travail	128
7.8	L'intelligence artificielle au service de la SST	128
7.9	Le programme de prévention, un incontournable!	128
7.10	Les batteries au lithium-ion par l'IRSST	129
7.11	Planifier des inspections des lieux de travail efficaces	129
7.12	Préparer le terrain pour mieux gérer les contraintes thermiques	129
7.13	Repérer les dangers pour analyser et maîtriser les risques	129
7.14	Savoir inspecter	129
7.15	Sensibilisation aux risques liés à l'air comprimé	130
8.	LOIS ET RÈGLEMENTS	130
8.1	Faites preuve de diligence raisonnable en prévention	130
8.2	Introduction à la diligence raisonnable	130
8.3	Introduction aux lois et aux règlements en santé et en sécurité du travail	130
8.4	Le devoir de diligence raisonnable, c'est quoi?	131
8.5	Tour d'horizon de l'actualité en SST	131
9.	PALETTIERS	131
9.1	La sécurité et l'inspection des palettiers	131
9.2	Utilisation sécuritaire des palettiers – Caristes	131
10.	PRODUITS DANGEREUX	132
10.1	L'entreposage des produits dangereux, c'est pas sorcier!	132
10.2	La formation spécifique sur le SIMDUT 2015 : ça s'organise	132
10.3	Les chambres de peinture : comprendre et appliquer les règles de sécurité qui s'imposent	132
10.4	Sensibilisation au SIMDUT 2015	132
10.5	SIMDUT 2015	133
10.6	Transport des marchandises dangereuses	133
11.	PROTECTION RESPIRATOIRE	133
11.1	Adapter votre programme de protection respiratoire (PPR)	133
11.2	Appliquer votre programme de protection respiratoire	133
11.3	Programme d'accompagnement des instructeurs des essais d'ajustement pour les appareils de protection respiratoire	134
12.	PRÉVENTION DES CHUTES	134
12.1	Inspection et port du harnais de sécurité	134
12.2	La prévention des chutes, voyons-y!	134
12.3	Prévention des chutes en hauteur et de même niveau	134
13.	RISQUES ÉLECTRIQUES	135
13.1	Comprendre et prévenir les risques électriques	135
13.2	Élaborez votre programme de sécurité électrique	135
13.3	Plan d'action pour implanter un programme de sécurité électrique	135
13.4	Prévention des risques électriques : norme CSA Z462 et nouveautés 2021	136
13.5	Sensibilisation à la sécurité électrique	136
13.6	Sensibilisation pour tous à la sécurité électrique	136
14.	SANTÉ PSYCHOLOGIQUE	136
14.1	La prévention du harcèlement par la civilité au travail (employés de bureau)	136
14.2	La prévention du harcèlement par la civilité au travail (secteur manufacturier)	136
14.3	Le sommeil et son impact sur le travail	137
14.4	Les alliés indispensables de la santé psychologique au travail	137
14.5	Milieus de travail alliés contre la violence conjugale	137



14.6	Utiliser ses forces au quotidien pour augmenter la performance et le plaisir au travail.....	137
15.	SOUDEGE ET COUPAGE	138
15.1	La sécurité en soudage et en coupage.....	138
15.2	Réduire les fumées de soudage.....	138
15.3	Soudage : quand les vêtements deviennent des équipements de protection!.....	138
16.	SUPERVISEURS	138
16.1	Communiquer comme un leader en SST.....	138
16.2	Exercer mon leadership en prévention.....	139
16.3	Le coût de l'inaction en prévention	139
16.4	Leadership positif pour une culture forte.....	139
16.5	Mon département, mes priorités.....	139
16.6	Mon équipe, ma responsabilité.....	140
17.	SÉCURITÉ DES MACHINES.....	140
17.1	Évaluer pour prévenir les risques machines.....	140
17.2	Initiation à la sécurité des machines.....	140
17.3	Introduction à la sécurité des lasers industriels.....	140
17.4	La sécurité des machines : nouvelles exigences réglementaires	141
17.5	La sécurité des machines pour les opérateurs	141
VIA PRÉVENTION.....		142
1.	Signaleur de chantier.....	142
2.	Transport de marchandises dangereuses (TMD).....	142
3.	Sécurité du conducteur camion-benne	143
4.	Prévention lors de la collecte des matières résiduelles.....	144
5.	Extraction sécuritaire de véhicules embourbés	145
6.	SIMDUT.....	145
7.	Ronde de sécurité – Autobus scolaire	146
8.	Enquête et analyse d'accident	147
9.	Heures de conduite et de repos.....	147
10.	Sécurité du chauffeur d'autobus et d'autocars.....	148
11.	Transport adapté – Utilisation de la plateforme élévatrice et arrimage des fauteuils.....	149
12.	Livrer en sécurité.....	149
13.	Transport de marchandises dangereuses (TMD) – Matières infectieuses	150
14.	Ronde de sécurité – Véhicules lourds.....	151
15.	La diligence raisonnable.....	151
16.	Palettiérs : sécurité et inspection.....	152
17.	Sécurité du camionneur.....	152
18.	Ajustement d'un poste de conduite dans les véhicules	152
19.	Arrimage sécuritaire.....	153
20.	Bruit, surdité et protection auditive.....	153
21.	Chariot élévateur et transpalette électrique – Prévention, théorique et pratique.....	154
22.	Comité SST paritaire en transport	155
23.	Conduite préventive des chariots élévateurs — Avancée.....	155
24.	Conduite préventive des chariots élévateurs — Théorie.....	156
25.	Conduite préventive des chariots élévateurs — Théorie et pratique.....	156
26.	Déménageons en sécurité avec Bob.....	157
27.	Déménager en sécurité	157
28.	Enquête et analyse d'accident.....	158
29.	Extraction sécuritaire de véhicules embourbés	158
30.	Fondements du comité SST	159
31.	Gestion SST pour entreprise de compétence fédérale.....	160
32.	Heures de conduite et repos.....	161
33.	Initiation au cadénassage.....	162
34.	Initiation au travail sécuritaire en espace clos.....	162
35.	Intervention en cas de déversement.....	162



36.	<i>Introduction à l'utilisation sécuritaire des plateformes élévatrices mobiles de personnes (PEMP)</i>	163
37.	<i>L'identification et l'analyse de risques</i>	164
38.	<i>L'inspection des lieux de travail</i>	165
39.	<i>La diligence raisonnable</i>	165
40.	<i>Livrer en sécurité</i>	166
41.	<i>Manutention manuelle</i>	167
42.	<i>Nettoyage industriel au jet d'eau sous haute pression</i>	167
43.	<i>Palettiers : sécurité et inspection</i>	168
44.	<i>Pompage à vide</i>	168
45.	<i>Prévenir la violence dans le transport scolaire</i>	169
46.	<i>Prévention lors de la collecte des matières résiduelles</i>	169
47.	<i>Prévention lors du travail en hauteur – Théorie et pratique</i>	170
48.	<i>Principes pour le déplacement sécuritaire de personne (PDSP)</i>	171
49.	<i>Reconnaître les risques psychosociaux pour mieux les prévenir</i>	171
50.	<i>Récupérer en sécurité</i>	172
51.	<i>Règles de circulation des véhicules lourds sur les chantiers de construction</i>	173
52.	<i>Ronde de sécurité – Autobus scolaire</i>	173
53.	<i>Ronde de sécurité – Autocar</i>	174
54.	<i>Ronde de sécurité – Véhicules lourds</i>	174
55.	<i>Sécurité du camionneur</i>	175
56.	<i>Sécurité du chauffeur d'autobus et d'autocars</i>	175
57.	<i>Sécurité du conducteur camion-benne</i>	176
58.	<i>Signaleur de chantier</i>	176
59.	<i>SIMDUT</i>	177
60.	<i>Transport adapté – Utilisation de la plateforme élévatrice et arrimage des fauteuils</i>	178
61.	<i>Transport de marchandises dangereuses (TMD) – Camionnage</i>	179
62.	<i>Transport de marchandises dangereuses (TMD) – Matières infectieuses</i>	179
63.	<i>Transport de marchandises dangereuses – Traversiers</i>	180
64.	<i>Utilisation sécuritaire des transpalettes électriques – Théorie et pratique</i>	181



INTRODUCTION

La formation est un outil privilégié pour habiliter les travailleurs à accomplir leurs tâches de façon sécuritaire. Au Québec, les associations sectorielles paritaires (ASP) ont pour objet notamment de fournir des services de formation aux représentants des employeurs, aux travailleurs et aux membres des comités SST des secteurs d'activités qu'elles représentent. Pour faciliter l'identification des formations offertes par ces associations, le Centre d'information scientifique et technique de la CNESST a produit ce document qui les regroupe. Les formations sont présentées selon les ASP. Pour trouver une formation par sujet, vous pouvez parcourir la liste, naviguer à partir des signets ou encore utiliser la fonction de recherche dans le document.

Il est à noter que les informations colligées dans ce document sont tirées des sites Web des associations sectorielles paritaires (ASP). On retrouve donc une information plus complète sur les sites des ASP. Pour connaître les conditions d'inscription (clientèle, coûts, dates, etc.), il faut s'informer auprès des ASP qui sont responsables des formations qu'elles offrent.



APSAM

<https://www.apsam.com/formations/nos-formations>

1. Cadenassage : comprendre et appliquer son programme

Format : En classe

Cette [formation](#) adaptée au milieu de travail permet aux gestionnaires et aux travailleurs de comprendre et d'appliquer leur programme de cadenassage, et ce, peu importe si ce dernier a été élaboré à l'interne ou par une firme externe. Noter que vous pouvez inviter les travailleurs de vos sous-traitants à s'inscrire à cette formation.

Objectifs

Comprendre les exigences réglementaires, le contenu de leur programme de cadenassage et la portée de celui-ci, ainsi que leurs rôles et responsabilités;

- Appliquer leur programme de cadenassage : utiliser le matériel, les registres, respecter les procédures, etc.

Contenu

- Les objectifs du cadenassage;
- Les obligations légales;
- Les rôles et responsabilités des différents intervenants;
- Les types de cadenassage et exceptions;
- Le matériel de cadenassage;
- Les situations particulières de cadenassage;
- Mise à jour du programme (corrections, audits, etc.);
- Exercices pratiques sur l'application du cadenassage simple et multiple, ainsi que la continuité du cadenassage sur les équipements (ventilateur, pompe et réservoir) des maquettes de l'APSAM.

2. Cadenassage : implantation d'un programme

Format : En classe

Cette [formation](#) fournit aux participants les outils pratiques nécessaires pour implanter avec succès un programme de cadenassage adapté aux besoins du milieu de travail, qu'il soit élaboré à l'interne ou par une firme externe.

Objectifs

- Se conformer aux exigences réglementaires;
- Définir les besoins de l'organisation en matière de maîtrise des énergies dangereuses;
- Adapter les outils proposés à leur milieu de travail;
- Élaborer un plan d'action pour implanter avec succès un programme de cadenassage adapté à son milieu de travail.

Contenu

- Les obligations légales;
- Les rôles et responsabilités des différents intervenants;
- Les conditions gagnantes pour implanter avec succès un programme de cadenassage :
 - L'élaboration des bases du programme,
 - L'inventaire des machines et équipements,
 - L'identification des énergies (sources et résiduelles) et phénomènes dangereux à maîtriser,
 - L'identification des dispositifs de contrôle et points de coupure, ainsi que les dispositifs de cadenassage,
 - Les correctifs à apporter pour rendre les points de coupure physiquement cadenassables;
- L'adaptation du programme de cadenassage proposé par l'APSAM aux besoins de l'organisation;
- Exercices pratiques avec les maquettes de l'APSAM (ventilateur, pompe et réservoir).



3. Cadenassage : réseaux d'aqueduc

Format : En classe

Cette [formation](#) adaptée au milieu de travail permet aux gestionnaires et aux travailleurs de comprendre et d'appliquer les procédures de cadenassage simple et multiple sur les réseaux d'aqueduc. Notez que vous pouvez aussi inviter les travailleurs de vos sous-traitants à s'inscrire à cette formation.

Objectifs

- Comprendre les exigences réglementaires ainsi que leurs rôles et responsabilités;
- Utiliser le matériel approprié et appliquer les procédures de cadenassage;
- Compléter le plan de fermeture-ouverture des vannes et la fiche de cadenassage-décadenassage ainsi que les autres documents requis.

Contenu

- Les objectifs du cadenassage;
- Les obligations légales;
- Les rôles et responsabilités des différents intervenants;
- Les types de cadenassage, procédures et le matériel nécessaire;
- La demande de service et les types d'interventions;
- Ateliers pratiques sur :
 - La rédaction d'un plan de fermeture-ouverture et d'une fiche de cadenassage, incluant le décadenassage partiel,
 - Les procédures avec les maquettes de l'APSAM et le matériel de cadenassage de l'organisation.

4. Cadenassage pour personne qualifiée : rédaction, validation et approbation de fiches

Format : En classe

Cette [formation](#) fournit aux participants les outils nécessaires pour rédiger, valider et approuver des fiches de cadenassage. La partie théorique consiste à rappeler les notions de base contenues dans le programme de cadenassage de l'organisation. La partie pratique consiste à rédiger, valider et approuver des fiches pour les équipements des maquettes de l'APSAM. La partie pratique peut être remplacée ou complétée par des ateliers sous forme de coaching en milieu de travail.

Objectifs

- Se conformer aux exigences réglementaires;
- Identifier les sources d'énergie (sources et résiduelles) et les phénomènes dangereux environnants à maîtriser;
- Préciser les tâches pour lesquelles chaque fiche de cadenassage est applicable;
- Identifier le matériel de cadenassage et les équipements de protection individuelle appropriés;
- Rédiger, valider et approuver des fiches de cadenassage.

Contenu

- Le programme de cadenassage de l'organisation;
- Le processus d'évaluation des besoins afin que le cadenassage soit applicable;
- Le processus de rédaction, validation et approbation d'une fiche de cadenassage;
- Ateliers pratiques sur :
 - L'utilisation de la grille d'inventaire et d'analyse en cadenassage manuscrite de l'organisation,
 - L'analyse des besoins et l'élaboration de fiches de cadenassage pour les équipements des maquettes de l'APSAM (ventilateur, pompe et réservoir),
 - L'utilisation du matériel de cadenassage de l'organisation.

5. Clientèles à défi : trousse de survie

Format : En classe

Cette [formation](#), adaptée au contexte et à la réalité du client, vise à habiliter les gestionnaires et leurs employés à composer avec différents types de personnes à défi auxquels ils font face presque quotidiennement. Dans une perspective de santé et sécurité au travail, cette formation outillera les



participants à reconnaître ces types de citoyens afin de composer plus efficacement avec leurs comportements.

Objectifs

- Connaître les critères d'une bonne santé mentale au travail;
- Reconnaître les comportements toxiques;
- Découvrir des outils afin d'agir efficacement lors de situations avec les personnes à défi;
- Adopter de nouveaux comportements relationnels lors de situations de tension au travail;
- Développer de nouvelles croyances et connaissances permettant d'augmenter son sentiment d'efficacité et son aisance à interagir avec une personne à défi.

Contenu

- Rappel de la formation [Clientèles difficiles ou agressives : intervenir de façon sécuritaire](#);
- Les deux systèmes du cerveau;
- Stratégies et solutions pour garder le contrôle dans son rôle;
- Les personnes matures;
- Les vampires émotionnels;
- Les personnes à défi;
- L'aïkido verbal;
- Les trois compétences relationnelles;
- Qui êtes-vous?
- Les stratégies;
- Comment se protéger?
- Les secrets des personnes saines et en santé psychologique;
- Les sept clés pour communiquer avec une personne à défi;
- Le cerveau réceptif et le cerveau réactif.

6. Clientèles difficiles ou agressives : intervenir de façon sécuritaire

Format : En classe

Cette formation, adaptée au contexte et à la réalité du client, vise à outiller les gestionnaires et les employés pour intervenir lors de situations particulières et auprès des clientèles difficiles ou agressives selon des critères de santé et de sécurité.

Objectifs

- Identifier les perceptions qu'ils ont de leur rôle et des différentes situations de tension;
- Reconnaître l'importance du langage non verbal dans la communication;
- Déceler rapidement les indices d'une situation ou d'une conversation qui dérape;
- Pratiquer des techniques de communication susceptibles de prévenir et de diminuer l'agressivité verbale;
- Adopter des stratégies de protection lors de relations conflictuelles;
- Identifier des moyens de gérer efficacement leur stress à l'égard des situations tendues ou agressives.

Contenu

- Le cerveau et son fonctionnement lors de situations de tension;
- Le modèle de la pression;
- La chaîne comportementale;
- Les trois formes de violence verbale;
- Questionnaire : que faites-vous quand la situation devient difficile?
- Qu'est-ce qu'une conversation difficile?
- La maîtrise de vos émotions!
- Les principales objections rencontrées;
- Comment communiquez-vous? Trois outils importants;
- L'escalade verbale de l'agressivité;
- Comment créer une zone de sécurité;
- La technique de gestion des conversations et des situations difficiles et stratégies de communication;
- Les stratégies de protection;
- Exercices pratiques basés sur des cas et mises en situation adaptés à votre réalité.



7. Comité de santé et sécurité efficace

Format : En classe, Virtuel

Cette [formation](#) présente les principes et les conditions qui favorisent l'efficacité d'un comité de santé et de sécurité (CSS). Elle traite des éléments essentiels au bon fonctionnement d'un comité paritaire de santé et de sécurité, en plus de vous présenter les nouvelles obligations du régime intérimaire touchant le CSS et le RSS. La formation des membres du CSS sera obligatoire au plus tard le 6 octobre 2025. Le contenu et la durée seront établis par règlement. Pour l'instant, cette formation vise à rendre votre CSS efficace.

Note : Cette formation a été revue pour intégrer les nouvelles dispositions du régime intérimaire de la Loi modernisant le régime de santé et sécurité du travail applicables au comité de santé et de sécurité (CSS) ainsi que le rôle du représentant en santé et en sécurité (RSS).

Objectifs

- Implanter les conditions qui favorisent l'efficacité d'un comité de santé et de sécurité;
- Connaître les obligations légales entourant le CSS et le RSS;
- Définir les rôles et les fonctions d'un comité de santé et de sécurité efficace incluant ceux du RSS;
- Développer les outils nécessaires pour un comité de santé et de sécurité gagnant;
- Identifier les pièges pouvant nuire à l'efficacité d'un comité de santé et de sécurité.

Contenu

- La définition et les avantages d'un comité de santé et de sécurité efficace;
- La composition du CSS;
- Les rôles et fonctions d'un CSS efficace;
- Les règles de fonctionnement;
- Présentation de la démarche d'un plan d'action en SST;
- Les pièges à éviter.

8. Creusement, excavation et tranchée : travailler de façon sécuritaire

Format : En classe, Virtuel

Cette [formation](#) aborde les risques et mesures de prévention reliés aux travaux de creusement, d'excavation et de tranchée généralement exécutés par les travailleurs municipaux. À chaque étape d'un chantier type, les travailleurs apprendront à identifier les risques présents, les étapes préalables et techniques pour effectuer les travaux sécuritairement, ainsi que la réglementation en vigueur.

Objectifs

- Identifier si les étapes préalables pour effectuer des travaux de creusement, d'excavation et de tranchée de façon sécuritaire ont été réalisées;
- Connaître les étapes, les techniques et les équipements requis pour exécuter les travaux de façon sécuritaire;
- Comprendre les mesures préventives à appliquer lors des travaux en fonction des lois et règlements en vigueur, ainsi que des règles de l'art.

Contenu

- Les étapes préalables aux travaux de creusement pour assurer la sécurité des travailleurs et du public;
- Les distances sécuritaires et les installations requises pour protéger l'aire de travail;
- Les risques et les actions à prévoir pour effectuer les travaux de façon sécuritaire;
- Les méthodes et équipements requis pour creuser de façon sécuritaire;
- Les distances sécuritaires à respecter pour le dépôt des déblais;
- Les types d'étaonnements et les méthodes d'installation;
- Les risques et moyens de prévention spécifiques aux travaux dans ou près de la tranchée;
- Comment évacuer sécuritaire un chantier en cas de danger;
- Comment sécuriser et fermer le chantier;
- Comment inspecter et entretenir les équipements;
- La réglementation en vigueur et les formations complémentaires.



9. Découpeuse à disque abrasif ou à meule

Format : En classe, Virtuel

Cette [formation](#) permet aux gestionnaires et aux travailleurs de comprendre les mesures de prévention appropriées à appliquer pour prévenir les lésions lors de l'utilisation d'une découpeuse à disque abrasif ou à meule (moteur à essence).

Objectifs

- Identifier les dangers et les risques;
- Prioriser l'élimination à la source;
- Planifier les travaux en fonction des mesures de prévention à prendre avec cet outil;
- Choisir les équipements de protection individuelle et collective adéquats;
- Appliquer les méthodes de travail sécuritaires;
- Remplir la fiche d'inspection de l'outil.

Contenu

- Les dangers et risques associés à l'utilisation d'une découpeuse à disque ou à meule;
- Les mesures de prévention;
- Exemples d'outils alternatifs.

10. Déneigement : travailler de façon sécuritaire

Format : En classe, Virtuel

Cette [formation](#) aborde les risques et mesures de prévention reliés aux divers travaux de déneigement. Les travailleurs apprendront à identifier les risques présents et les techniques pour effectuer les travaux sécuritairement, et en conformité avec la réglementation en vigueur.

Objectifs

- Connaître les risques et les mesures préventives à appliquer lors des travaux de déneigement;
- Se familiariser avec les obligations légales qui s'appliquent aux activités de déneigement;
- Identifier des moyens de prévention des accidents et lésions professionnelles chez les travailleurs affectés aux opérations de déneigement.

Contenu

- Les mesures de prévention reliées aux principaux risques lors du déneigement :
 - La conduite de véhicules de déneigement,
 - Le déblaiement et à l'épandage des abrasifs et fondants,
 - Le soufflage, le chargement et le transport de la neige (surveillant au déneigement),
 - Les lieux d'élimination de la neige,
 - Le déneigement manuel;
- Les obligations légales.

11. Droits et obligations en santé et sécurité du travail

Format : En classe, Virtuel

La prise en charge en santé et sécurité du travail dans une organisation est une responsabilité partagée. Le cadre législatif établi par la Loi sur la santé et la sécurité (LSST) et par ses règlements encadre les responsabilités des travailleurs et des employeurs en précisant notamment leurs droits et obligations.

Cette [formation](#) présente ces droits et obligations ainsi que les diverses sanctions en cas de non-respect de celles-ci et aborde la notion de diligence raisonnable.

Objectifs

- Connaître les droits et obligations des différents intervenants en SST et en comprendre leur portée;
- Comprendre quelles sanctions sont applicables en cas de non-respect des obligations légales en SST;
- Identifier les pratiques à adopter afin de faire preuve de diligence raisonnable.

Contenu

- Le cadre légal et réglementaire;
- Les droits et obligations du travailleur et de l'employeur;
- Les sanctions en cas de non-respect;



- La diligence raisonnable.

12. Enquête et analyse des accidents du travail

Format : En classe, Virtuel

Cette **formation** présente les notions de base liées à la réalisation d'enquêtes et d'analyses des accidents du travail. On y aborde les différentes étapes pour identifier les causes des événements accidentels et recommander des mesures correctives dans le but de les éliminer ou de les contrôler.

Objectifs

- Comprendre les différentes composantes du travail et la démarche d'enquête et d'analyse des accidents;
- Recueillir les faits entourant un accident du travail;
- Déterminer les causes d'un accident du travail;
- Identifier les mesures correctives;
- Rédiger un rapport d'enquête et d'analyse des accidents;
- Comprendre le suivi, le contrôle et l'évaluation de la démarche.

Contenu

- L'enquête et l'analyse des accidents dans la gestion de la santé et de la sécurité du travail;
- Les avantages d'enquêter et analyser les accidents?
- Les obligations légales;
- La définition d'un accident du travail;
- Les composantes du travail qui peuvent provoquer un accident (MÉLITO);
- La démarche suite après un accident;
- La maîtrise de la situation;
- La déclaration des accidents;
- L'enquête et l'analyse des accidents;
- Le suivi, le contrôle et l'évaluation;
- Exercice pratique basé sur un cas.

13. Entrée en puits d'accès électriques

Format : En classe

Cette **formation** vise à faire connaître les risques et les mesures de prévention en santé et sécurité au travail lors de travaux sur et en bordure de la voie routière ainsi qu'à transmettre les connaissances de base à l'installation d'une signalisation routière lors de travaux selon les dispositions générales du chapitre 4 – Travaux du document de référence **Tome V – Signalisation routière de la collection Normes – Ouvrages routiers du MTQ**.

IMPORTANT : Par la LSST, l'employeur est tenu de s'assurer que l'organisation du travail ainsi que les équipements, les méthodes de travail et les techniques pour l'accomplir sont sécuritaires. Par conséquent, l'employeur devra avoir à sa disposition une ressource qualifiée qui pourra supporter les gestionnaires et les travailleurs dans leurs responsabilités en lien avec l'application du chapitre 4 du *Tome V*.

Objectifs

- Connaître les droits et obligations des différents intervenants;
- Reconnaître les dangers et les risques inhérents aux PA électriques;
- Connaître les directives d'autorisation et d'accès aux PA électriques, ainsi que les procédures d'entrée, de travail et de sauvetage;
- Connaître les équipements de protection individuels et collectifs nécessaires à une intervention sécuritaire dans un PA électriques;
- Se sensibiliser aux formations et procédures de travail complémentaires à prévoir selon les travaux à effectuer;
- Savoir enclencher la procédure de sauvetage.

Contenu

- Les risques et moyens de prévention;
- Les obligations;
- Les préalables aux travaux dans le PA électriques;



- Les inspections et les anomalies;
- Les moyens de protection;
- La procédure d'entrée et de sauvetage pour les PA électriques.

14. Ergonomie au bureau : personne-ressource

Format : En classe, Virtuel

Cette **formation** vise à habiliter les participants à devenir des personnes-ressources pouvant accompagner le personnel de leur milieu dans l'adaptation de leur poste de travail informatisé au bureau et à la maison.

Objectifs

- Comprendre le rôle et les responsabilités de la personne-ressource;
- Valider l'ajustement d'un poste de travail ou l'ajuster à l'aide d'un guide;
- Communiquer ses observations aux personnes impliquées à l'aide d'une fiche d'ajustement.

Contenu

- Les rôles et les responsabilités de la personne-ressource;
- Les critères de la posture optimale;
- L'ajustement du fauteuil;
- La disposition des écrans;
- La position du clavier et de la souris;
- L'organisation des surfaces de travail;
- Exercices de prévention du statisme;
- Astuces de communication.

15. Espace clos : formation initiale

Format : En classe

Cette **formation** a été élaborée à partir de la réglementation en vigueur, de l'évaluation des risques inhérents aux espaces clos types du secteur municipal, leur contenu, leur environnement ainsi qu'aux tâches qui y sont effectuées régulièrement.

Objectifs

Cette formation vise à aider les employeurs à rencontrer les exigences des articles « 298. Travailleurs habilités », « 301. Informations des travailleurs préalable à l'exécution d'un travail » et « 309. Procédures de sauvetage » du *Règlement sur la santé et la sécurité du travail*.

- Identifier les espaces clos dans leur milieu de travail;
- Reconnaître les dangers et les risques inhérents à ceux-ci;
- Connaître les rôles et obligations des différents intervenants;
- Reconnaître l'importance d'effectuer le travail à partir de l'extérieur de l'espace clos lorsque cela est possible;
- Inspecter et utiliser les équipements de protection individuels et collectifs nécessaires à une intervention sécuritaire;
- Appliquer les procédures d'entrée en espaces clos (ex. : analyse de l'atmosphère, protection contre les chutes, ventilation, maintien de la ligne de vie, protection respiratoire appropriée, etc.);
- Savoir que les travaux peuvent générer d'autres risques qui doivent être contrôlés;
- Enclencher les mesures d'urgence ou les procédures de sauvetage, selon le cas.

Contenu

- La définition d'un espace clos;
- Les rôles et responsabilités des différents intervenants;
- Les risques et moyens de prévention;
- Les mesures d'urgence et les procédures prévues au Plan de sauvetage;
- Ateliers pratiques sur :
 - L'application de la procédure d'entrée en espace clos en utilisant tous les équipements de l'organisation,
 - L'enclenchement des mesures d'urgence ou des procédures de sauvetage, selon le cas.



16. Espace clos : formation théorique

Format : Virtuel

Cette **formation** a été élaborée à partir de la réglementation en vigueur, de l'évaluation des risques inhérents aux espaces clos types du secteur municipal, leur contenu, leur environnement ainsi qu'aux tâches qui y sont effectuées régulièrement.

Objectifs

Cette formation vise à aider les employeurs à rencontrer les exigences des articles « 298. Travailleurs habilités », « 301. Informations des travailleurs préalable à l'exécution d'un travail » et « 309. Procédures de sauvetage » du *Règlement sur la santé et la sécurité du travail*.

- Connaître les espaces clos types dans le secteur municipal;
- Reconnaître les dangers et les risques inhérents à ceux-ci;
- Connaître les rôles et obligations des différents intervenants;
- Reconnaître l'importance d'effectuer le travail à partir de l'extérieur de l'espace clos lorsque cela est possible;
- Savoir qu'il faut inspecter, connaître le fonctionnement et les limites des équipements de protection collectifs et individuels pour que l'intervention soit sécuritaire;
- Savoir qu'il faut des procédures sécuritaires d'entrée en espaces clos (ex. : analyse de l'atmosphère, protection contre les chutes, ventilation, maintien de la ligne de vie, protection respiratoire appropriée, etc.);
- Savoir que les travaux peuvent générer d'autres risques qui doivent être contrôlés;
- Savoir qu'il faut enclencher les mesures d'urgence ou les procédures de sauvetage, selon le cas.

Contenu

- La définition d'un espace clos;
- Les responsabilités des différents intervenants;
- Les risques et moyens d'intervention;
- Les mesures d'urgence et les procédures prévues au Plan de sauvetage.

17. Espace clos : rappel de type coaching en milieu de travail

Format : En classe

Cette **formation** de rappel vise à maintenir les compétences et s'adresse à ceux qui ont déjà suivi une formation *Espaces clos : formation initiale* ou *Espaces clos : formation théorique*.

Objectifs

Cette formation vise à aider les employeurs à rencontrer les exigences des articles « 298. Travailleurs habilités », « 301. Informations des travailleurs préalable à l'exécution d'un travail » et « 309. Procédures de sauvetage » du *Règlement sur la santé et la sécurité du travail*.

- Identifier les espaces clos dans son milieu de travail;
- Reconnaître les dangers et les risques inhérents à ceux-ci;
- Connaître les rôles et obligations des différents intervenants;
- Reconnaître l'importance d'effectuer le travail à partir de l'extérieur de l'espace clos lorsque cela est possible;
- Inspecter et utiliser les équipements de protection individuels et collectifs nécessaires à une intervention sécuritaire;
- Appliquer les procédures sécuritaires d'entrée en espaces clos (ex. : analyse de l'atmosphère, protection contre les chutes, ventilation, maintien de la ligne de vie, protection respiratoire appropriée, etc.);
- Savoir que les travaux peuvent générer d'autres risques qui doivent être contrôlés;
- Enclencher les mesures d'urgence ou les procédures de sauvetage, selon le cas.

Contenu

- Avant le départ ou sur les lieux de l'intervention :
 - L'inspection des équipements, incluant le test de fonctionnalité et la consultation des fiches d'identification des risques et de contrôle,
 - Les procédures d'entrée, de travail et de sauvetage pour les espaces clos;



- Sur les lieux :
 - Le rappel des rôles et responsabilités des différents intervenants,
 - L'identification des risques et application de la procédure sécuritaire d'entrée et de travail (inspection) en espace clos,
 - L'enclenchement virtuel de la procédure de sauvetage.

18. Inspection en milieu de travail

Format : En classe

Cette [formation](#) présente les notions liées à la réalisation d'activités d'inspection planifiées dans les milieux de travail. On y aborde les différentes étapes nécessaires à la mise en place d'une démarche structurée pour la mise en place de l'inspection départementale qui répondent à ces questions : Pourquoi inspecter? Quoi inspecter? Comment inspecter?

Objectifs

- Comprendre la position qu'occupe l'inspection dans un système de gestion de la prévention;
- Décrire les différentes composantes du travail et la démarche d'inspection structurée;
- Nommer les différents types d'inspections qui constituent un programme;
- Identifier les anomalies à rechercher;
- Expliquer les 4 étapes de l'inspection;
- Réaliser des inspections dans leur milieu de travail.

Contenu

- Les différents types d'inspection qui constituent un programme d'inspection;
- L'inspection départementale en tant qu'activité d'identification des risques;
- Les avantages et les obligations en matière d'inspection (Pourquoi inspecter?);
- Les habiletés nécessaires à l'identification des risques;
- Les types de risques à identifier (Quoi inspecter?);
- Les prérequis et les outils d'inspection (la procédure, la grille, le rapport, etc.);
- Les étapes de l'inspection : la préparation, la tournée, la rédaction du rapport, le suivi et l'évaluation (Comment inspecter?);
- Les modalités de réalisation d'une inspection départementale sur le terrain (Exercice pratique : la tournée d'inspection).

19. Manutention manuelle

Format : En classe

Cette [formation](#) vise à mettre en pratique des techniques de manutention manuelle novatrices dans des contextes difficiles et/ou fréquents ciblés directement par les organisations. Les huit règles d'action développées par l'IRSST y seront abordées ainsi que d'autres notions théoriques essentielles, et ce, à travers des exercices pratiques.

Objectifs

- Connaître les risques de blessures associées aux tâches de manutention manuelle;
- Analyser une situation de manutention afin d'effectuer celle-ci de la meilleure façon possible;
- Mettre en pratique des techniques de manutention plus sécuritaires qui tiennent compte des règles d'action et ainsi diminuer les risques de maux de dos;
- Identifier des situations à risque de manutention manuelle par les travailleurs et gestionnaires dans le but de trouver des solutions pour celles-ci.

Contenu

- Les techniques de base en manutention selon les cinq principes d'actions de l'IRSST :
 - La réduction et répartition de la charge,
 - L'équilibre corporel et le contrôle de la charge,
 - La transition fluide et la vitesse d'exécution;
- Ateliers pratiques adaptés à vos situations de manutention manuelle.



20. Responsable des travaux en puits d'accès électriques

Format : En classe

Cette formation a été élaborée à partir des exigences des redistributeurs d'électricité municipaux ainsi que des propriétaires des câbles de moyenne tension, dont Hydro-Québec. Elle a pour but de permettre aux responsables de la gestion des travaux de se familiariser avec les modalités qui régissent les travaux dans les puits d'accès (PA) électriques.

Objectifs

- Comprendre leurs rôles et obligations, ainsi que ceux des différents intervenants;
- Expliquer les étapes préalables à l'accès à un PA électrique conformément aux exigences des propriétaires de câbles, du propriétaire des PA électriques et de la réglementation en vigueur;
- Savoir comment compléter les formulaires exigés;
- Connaître les directives d'autorisation et d'accès aux PA électriques qui contiennent des câbles MT;
- Connaître les équipements de protection individuels et collectifs nécessaires à une intervention sécuritaire dans un PA électrique.

Contenu

- Les rôles et responsabilités du responsable de la gestion des travaux et des différents intervenants;
- Les étapes préalables à l'accès à un PA électrique;
- La planification des travaux et les mesures de prévention à prévoir pour travailler de façon sécuritaire;
- Les procédures d'entrée et de sauvetage en espaces clos.

21. Sécurité en action : gestion des risques sur le terrain

Format : En classe

Cette formation vise à développer la conscience des risques et à renforcer leur gestion lors d'interactions avec la clientèle sur le terrain (ex.: visite dans les résidences, commerces). Les participants apprendront à identifier les menaces potentielles et à intégrer les principes de vigilance, prudence et réactivité (VPR). À travers des ateliers pratiques et des mises en situation, ils affineront également leurs stratégies d'intervention pour assurer leur protection.

Note : La présence d'un gestionnaire est fortement recommandée.

Objectifs

- Renforcer le sentiment de sécurité à travers l'intégration des cinq filets de sécurité (informationnel, mental, relationnel, préventif et physique), en lien avec le VPR (vigilance, prudence, réactivité);
- Évaluer et prévoir les dangers dans les trois moments clés de la sécurité: avant, pendant et après une visite résidentielle, commerciale, etc.;
- Développer des compétences pratiques de gestion des risques, incluant la reconnaissance et l'analyse des signaux de danger, afin d'agir avec assurance et adaptabilité;
- Adopter une approche proactive et réflexive de la sécurité, en intégrant les apprentissages issus de situations vécues pour améliorer le savoir-faire et le savoir-être dans des contextes variés.

Contenu

- Introduction et sensibilisation aux risques lors d'interactions avec la clientèle sur le terrain;
- Développement d'un plan de sécurité personnel;
- Principes fondamentaux de sécurité: Vigilance, Prudence et Réactivité (VPR);
- Application des protocoles de visite et gestion des interactions;
- Sécurité et neurosciences: comprendre les réactions face au danger;
- Analyse et résolution de 8 situations à risques;
- Maîtrise du langage non verbal et gestion des tentatives de manipulation;
- Conclusion et intégration des apprentissages.

Nouveauté!



22. Signaleur de chantier

Format : En classe, Virtuel

Cette **formation obligatoire** selon le *Code de sécurité pour les travaux de construction* (voir l'article 2.8.3), vise à habilitier les travailleurs à exercer le rôle de signaleur de chantier et à contrôler les risques liés à la circulation des personnes et des véhicules automoteurs sur le chantier ou l'aire de travail.

Objectifs

- Reconnaître les risques liés à la circulation simultanée des personnes et des véhicules automoteurs sur un chantier ou dans toute autre aire de travail;
- Identifier et mettre en œuvre des moyens de prévention notamment lors des manœuvres de recul;
- Connaître et reconnaître l'importance des obligations en lien avec les manœuvres de recul citées au CSTC;
- Connaître le rôle, les responsabilités ainsi que les méthodes de travail du signaleur de chantier afin de réaliser vos tâches de façon sécuritaire et avec efficacité auprès des différents intervenants sur les lieux de travail.

Contenu

- Les obligations du *Code de sécurité pour les travaux de construction* (CSTC);
- Les exigences réglementaires dans les chantiers et autres aires de travail;
- Les responsabilités de l'employeur;
- L'utilisation du plan de circulation;
- Les exigences concernant les avertisseurs ou alarmes de recul;
- L'aire de recul versus l'utilisation d'un signaleur de chantier;
- Les rôles et responsabilités du signaleur de chantier;
- Les risques pour le signaleur de chantier;
- Le contrôle des risques et méthodes de travail sécuritaires du signaleur de chantier notamment lors des manœuvres de recul.

23. Signaleur routier : exercer la fonction

Format : En classe

Le signaleur routier joue un rôle déterminant dans la gestion de la circulation. Intervenant de premier plan en matière de sécurité, il agit comme intermédiaire entre les usagers de la route et les travailleurs œuvrant sur un chantier ou qui effectuent des travaux occupant le chemin public. La **formation** Exercer la fonction du signaleur routier est obligatoire pour pratiquer ce métier (*Code de sécurité pour les travaux de construction, art. 10.3.2.*). Elle est sujette à un renouvellement tous les 3 ans.

Note : Afin de bénéficier au maximum de cette formation, il est fortement recommandé que les participants suivent, comme préalable, la formation **Signalisation des travaux routiers** ou toute autre formation en signalisation.

Objectifs

- Connaître le cadre réglementaire de la fonction du signaleur routier;
- S'approprier des notions de base caractérisant la fonction du signaleur routier;
- Organiser le travail en appliquant les règles de planification, de communication et de positionnement sécuritaire.

Contenu

- La réglementation;
- Les rôles et responsabilités;
- La distinction entre le signaleur routier et signaleur de chantier;
- Les notions générales;
- Les équipements et accessoires du signaleur routier;
- La signalisation des travaux routiers;
- Les risques, danger et mesures préventives;
- Planification de la tâche;
- Le positionnement sécuritaire du signaleur routier;

Nouveauté!



- Les signaux et communication;
- La gestion des véhicules.

24. Signalisation des travaux routiers

Format : En classe, Virtuel

Cette **formation** vise à faire connaître les risques et les mesures de prévention en santé et sécurité au travail lors de travaux sur et en bordure de la voie routière ainsi qu'à transmettre les **connaissances de base** à l'installation d'une signalisation routière lors de travaux selon les dispositions générales du chapitre 4 – Travaux du document de référence *Tome V – Signalisation routière de la collection Normes – Ouvrages routiers* du MTQ.

IMPORTANT : Par la LSST, l'employeur est tenu de s'assurer que l'organisation du travail ainsi que les équipements, les méthodes de travail et les techniques pour l'accomplir sont sécuritaires. Par conséquent, l'employeur devra avoir à sa disposition une ressource qualifiée qui pourra supporter les gestionnaires et les travailleurs dans leurs responsabilités en lien avec l'application du chapitre 4 du *Tome V*.

Objectifs

- Comprendre l'importance d'une signalisation efficace afin d'assurer la sécurité des travailleurs et celle des usagers de la route lors de travaux sur et en bordure de la voie routière;
- Se familiariser avec les dispositions du chapitre 4 - Travaux du Tome V;
- Utiliser des pratiques sécuritaires lors de l'installation et du démantèlement de la signalisation de travaux routiers.

Contenu

- Les risques et les mesures de prévention en santé et sécurité du travail;
- Les objectifs et les principes fondamentaux de la signalisation;
- La réglementation et les obligations;
- L'installation de la signalisation des travaux (composantes d'une zone de travaux, catégories de travaux, dispositifs de signalisation);
- Le contrôle de la circulation par un signaleur;
- La mise en place et le retrait des dispositifs de signalisation.

25. Signalisation des travaux routiers pour gestionnaire planificateur

Format : En classe, Virtuel

Cette **formation** vise principalement à outiller les participants à procéder à la planification de la signalisation des travaux de manière conforme et efficace suivant la réglementation et les directives de l'employeur, en tenant compte des risques et des impacts liés aux travaux ainsi qu'au milieu environnant.

IMPORTANT : Par la LSST, l'employeur est tenu de s'assurer que l'organisation du travail ainsi que les équipements, les méthodes du travail et les techniques pour accomplir sont sécuritaires. Par conséquent, l'employeur devra avoir à sa disposition une ressource qualifiée qui pourra supporter les gestionnaires et les travailleurs dans leurs responsabilités en lien avec l'application du chapitre 4 du *Tome V*.

Objectifs

À la fin de la formation, le participant sera en mesure de planifier une intervention sécuritaire lors de travaux sur et en bordure de la voie routière (signalisation chap. 4, Tome V et pratiques de travail).

Les objectifs spécifiques du cours sont :

- Comprendre les responsabilités des principaux intervenants (employeur et travailleur);
- Comprendre les rôles et responsabilités des autres intervenants;
- Connaître la législation en matière de signalisation des travaux, ainsi que les documents de références;
- Trouver, interpréter et adapter un dessin normalisé;
- Analyser les risques suivants les particularités du milieu environnant et des usagers de la route;
- Trouver des mesures d'atténuation ou des mesures correctives afin de minimiser les risques et les impacts;
- Comprendre et appliquer les principes d'installation et de démantèlement de la signalisation des travaux.



Contenu

- Introduction;
- Réglementation et documentation;
- Obligations et responsabilités des intervenants;
- Réalité du milieu environnant et évaluation des risques;
- Catégories de travaux, dispositifs de signalisation et véhicules;
- Cas d'exception et situations particulières;
- Recherche, interprétation et adaptation d'un dessin normalisé;
- Gestion de la mobilité active;
- Signaleur routier;
- Installation et démantèlement de la signalisation;
- Exercices et mises en situation;
- Conclusion.

26. Travail à proximité ou sur l'eau

Format : En classe

Cette **formation** vise à outiller les gestionnaires et les travailleurs dans la planification et l'organisation des travaux à proximité ou sur l'eau afin de prévenir la noyade, en conformité avec le *Règlement sur la santé et la sécurité du travail* (RSST). Les participants seront donc sensibilisés aux risques associés aux travaux à proximité ou sur l'eau et pourront déterminer les mesures de prévention ainsi que les mesures de sauvetage à inclure lors de la planification des travaux.

Objectifs

- Connaître les principales obligations légales qui s'appliquent lors de travaux (ex. : lois, règlements et normes);
- Reconnaître et identifier les principaux risques liés aux travaux effectués à proximité ou sur l'eau;
- Identifier les moyens de prévention à mettre en place en fonction des caractéristiques du plan d'eau ou du cours d'eau (ex. : eau calme, eau en mouvement ou champs de glace);
- Nommer les équipements de sécurité nautiques (collectifs et individuels), leurs caractéristiques, leur utilisation et leur inspection;
- Distinguer les situations de travail qui requièrent l'utilisation d'un vêtement de flottaison individuel ou d'un gilet de sauvetage;
- Identifier les équipements et les moyens à prévoir pour secourir un travailleur tombé à l'eau;
- Reconnaître les dangers d'une immersion en eau froide et les mesures de prévention pour les contrer.

Contenu

- Les obligations légales;
- La chute à l'eau;
- Les équipements de protection individuels;
- Les équipements de travail nautique;
- Les traumatismes liés l'exposition au froid;
- Les risques, les dangers et les mesures de prévention associés aux différents environnements de travail :
 - Eau calme,
 - Champs de glace,
 - Eau en mouvement,
 - Zone inondée;
- La planification de travaux à risque de noyade, le plan de transport et le plan de sauvetage.



APSM

<https://aspmine.gc.ca/fr/formations/>

(Toutes les formations se retrouvent sur la même page web, donc le lien ne sera pas répété.)

1. Comité de santé et sécurité efficace

Format : En entreprise

Objectifs

- Évaluer le CSS et en émettre des constats;
- Comprendre et définir le rôle du CSS ainsi que les responsabilités de ses membres;
- Améliorer le fonctionnement du CSS;
- Implanter les conditions qui favorisent l'efficacité du comité.

2. Lois et règlements

Format : En entreprise, En régionale, En ligne (en direct)

Objectifs

- Connaître le cadre légal de la santé et de la sécurité du secteur minier québécois;
- Naviguer dans le cadre légal applicable au secteur minier québécois;
- Contribuer à l'application des principales lois, règlements et normes dans le secteur minier québécois.

Description

- Rôle et responsabilités du superviseur;
- Cadre légal;
- Historique et cadre légal du secteur minier;
- Environnement législatif du secteur minier;
- Ressources, intervenants et partenaires;
- Recherches;
- Activités d'intégration des compétences;
- Devoir de diligence.

3. La maîtrise du cadenassage

Format : En ligne (asynchrone)

Objectifs

Cette formation vise les objectifs généraux suivants :

- Comprendre et distinguer les différentes sources d'énergies et les notions relatives au cadenassage;
- Adopter des comportements sécuritaires en présence des différentes sources d'énergies en utilisant les principes du cadenassage;
- Être convaincu de la nécessité du cadenassage en milieu de travail.

Description

Cette formation est le résultat d'une collaboration avec les Mines Agnico Eagle.

Les principaux sujets traités dans cette formation sont les suivants :

- Les sources d'énergies;
- Le contrôle d'énergies;
- Impacts du non-respect du programme;
- Définitions, concepts et notions de base;
- Rôles et responsabilités;
- Procédures.

4. Utilisation sécuritaire des palans et ponts roulants (rappel)

Format : En ligne (asynchrone)



Objectifs

Cette formation vise les objectifs suivants :

- Identifier les risques associés à l'utilisation des appareils de levage;
- Appliquer les mesures de prévention afin de prévenir les risques;
- Reconnaître les éléments clés à inspecter sur les différents types d'appareils et d'accessoires de levage.

Description

Les principaux sujets traités dans cette formation sont les suivants :

- Revue des accidents fréquents et leurs causes (bris, surcharge, etc.);
- Critères d'inspection des appareils de levage;
- Principes de sécurité à respecter à chaque étape de levage;
- Types d'élingues et accessoires.

5. Vérification automatisée du cadenassage – utilisateurs

Format : En ligne (asynchrone)

Objectif

Cette formation vise les objectifs suivants :

- Se familiariser avec les raisons pour lesquelles les systèmes ont été mis en œuvre;
- Comprendre les principes entourant leur conception;
- Savoir comment utiliser correctement ces systèmes;
- Être convaincu de l'importance de leur fiabilité.

Description

- Démontrer l'importance de l'étape de vérification dans une procédure de cadenassage;
- Distinguer les différents types de solutions;
- Connaître les articles réglementaires pertinents;
- Saisir l'importance de la fiabilité des systèmes de vérification automatisés;
- Utiliser les systèmes de vérification automatisés;
- Connaître les limites d'utilisation de ces systèmes;
- Saisir l'importance de la responsabilité des concepteurs;
- Connaître les rôles et responsabilités de l'ensemble des parties prenantes.

6. Utilisation sécuritaire des chariots élévateur (rappel)

Format : En ligne (asynchrone)

Objectifs

Réviser les bonnes pratiques de conduite sécuritaire des chariots élévateurs.

- Reconnaître les principes liés à la stabilité;
- Identifier les principaux risques associés à l'utilisation des chariots élévateurs;
- Appliquer les mesures de prévention afin de prévenir les risques.

Description

Cette formation de rappel permet de réviser à l'aide de quatre scénarios d'accidents, les pratiques de conduite sécuritaire des chariots élévateurs. La formation de rappel s'adresse aux participants ayant déjà suivi la formation *Utilisation sécuritaire des chariots élévateurs* de l'APSM.

7. Risques électriques pour non-électriciens

Format : En ligne (asynchrone)

Objectifs

- Reconnaître les principaux intervenants;
- Décrire les responsabilités des principaux intervenants;
- Identifier les principaux risques électriques pour le personnel non électrique;
- Associer des stratégies de prévention à des risques électriques;
- Énumérer les règles de base mises en place par le personnel *électro*.

Nouveauté!



8. Sécurité des machines pour opérateur

Format : En ligne (asynchrone)

Objectifs

- Identifier les risques sur les machineries lourdes;
- Décrire les caractéristiques des diverses composantes liées à la sécurité des machines;
- Apprendre les principes de bases des inspections;
- Connaître les principales consignes de sécurité pour l'opération.

9. Prévenir le harcèlement par la civilité au travail

Format : En ligne (asynchrone)

Objectifs

- Distinguer les concepts de harcèlement psychologique et sexuel;
- Reconnaître les cinq critères définissant du harcèlement psychologique;
- Comprendre l'importance des principes de civilité en milieu de travail;
- Comprendre les conséquences de l'incivilité;
- Être convaincu de l'importance d'un climat de travail sain;
- Susciter une réflexion individuelle sur l'amélioration du climat de travail.

10. Initiation à l'analyse sécuritaire de tâches

Format : En entreprise, En régionale, En ligne (en direct), Programme de formateurs accrédités en entreprise

Objectifs généraux

- Comprendre quels sont les risques pouvant être reliés à chacune des étapes d'une tâche;
- Choisir les bonnes mesures de prévention pour effectuer la tâche sécuritairement;
- Être convaincu des avantages de mettre en place une analyse sécuritaire de tâche, de bien les communiquer et d'en faire les suivis.

Description

- Les concepts :
 - Les définitions,
 - Les obligations légales et les rôles des acteurs;
- Les mesures préventives :
 - Hiérarchie des mesures préventives,
 - Recommandations adéquate;
- Les étapes d'une analyse sécuritaire de tâches :
 - Préparer l'analyse sécuritaire de tâches,
 - Réaliser l'analyse sécuritaire de tâches,
 - Recommander des mesures préventives,
 - Valider les recommandations;
- Les communications et le suivi.

11. Transport des marchandises dangereuses (excluant les explosifs)

Format : En ligne (asynchrone)

Objectifs

- Reconnaître les obligations légales associées à la réception et à l'expédition des marchandises dangereuses (excluant les explosifs) en entreprise;
- Remplir et vérifier adéquatement un document d'expédition.

Description

- Réglementation;
- Responsabilités;
- Procédure à suivre lors de la réception et de l'expédition des marchandises dangereuses (excluant les explosifs) :
 - Explication sur la classification des dangers,



- Identification des danger sur les emballages,
- Inscription des renseignements,
- Identification des sections,
- Vérification du document.

12. Loi C-21 – Travailleur

Format : En entreprise, En ligne (asynchrone), En régionale, En ligne (en direct), Programme de formateurs accrédités en entreprise

Objectifs

- Reconnaître la nature et la portée de votre responsabilité et celle de l'organisation;
- Connaître l'origine et les points importants de la *Loi C-21*;
- Distinguer le droit pénal et criminel en SST;
- Comprendre la notion de « diligence raisonnable ».

Description

- L'origine de la *Loi C-21* et les objectifs de la *Loi C-21*;
- Le cadre législatif de la santé et de la sécurité du travail au Québec;
- Les obligations légales en matière de santé et de sécurité.

13. Utilisation sécuritaire des transpalettes électriques

Format : En ligne (asynchrone)

Objectifs

- Reconnaître les risques reliés à l'usage du transpalette électrique et les règles de conduite sécuritaire;
- Établir le cadre légal associé à l'utilisation du transpalette électrique;
- Reconnaître le rôle et les responsabilités du cariste;
- Identifier les composantes et effectuer l'inspection du transpalette électrique;
- Reconnaître les techniques d'utilisation sécuritaire.

Cette formation n'a pas comme objectif de vous apprendre à opérer un transpalette électrique. Il s'agit d'un cours théorique de perfectionnement en prévention qui devrait vous aider à adopter les pratiques sécuritaires reliées à l'utilisation des transpalettes électriques.

Description

- Le transpalette électrique;
- Risques et accidents;
- Rôle et responsabilités;
- Maîtriser son équipement;
- Utiliser les techniques sécuritaires;
- Manipuler la charge;
- Les bonnes pratiques.

14. Les espaces clos

Format : En entreprise, En ligne (asynchrone), En régionale, Programme de formateurs accrédités en entreprise

Objectifs

- Identifier un espace clos;
- Connaître les obligations de l'employeur;
- Connaître les obligations du travailleur;
- Connaître les conséquences légales découlant de l'absence d'un programme de gestion du travail en espace clos;
- Connaître la nature des risques en espace clos;
- Connaître les risques atmosphériques, physiques et biologiques que l'on peut rencontrer en espace clos;
- Connaître les principales mesures de prévention concernant les risques présents en espace clos;
- Connaître les ressources, opérations, procédures et programme à suivre;
- Connaître les informations qui doivent être notées et conservées concernant l'entrée en espace clos;



- Connaître le rôle et les responsabilités de l'entrant et du surveillant;
- Connaître les types de sauvetage ainsi que le contenu d'un plan de sauvetage.

Description

Un espace clos désigne un espace totalement ou partiellement fermé ayant des voies d'entrée et de sortie restreintes et qui n'est pas conçu pour être occupé par des personnes sauf pour l'exécution d'un travail. Cette formation en ligne informe les travailleurs et les employeurs sur les risques à la santé et à la sécurité du travail associés aux espaces clos et présente les moyens ainsi que les mesures de prévention à mettre en place pour réaliser un travail sécuritaire.

15. SIMDUT 2015 – Système d'information sur les matières dangereuses utilisées au travail

Format : En ligne (asynchrone), Programme de formateurs accrédités en entreprise

Objectifs

- Comprendre les responsabilités des intervenants impliqués dans le SIMDUT;
- Identifier les différentes étiquettes apposées sur les contenants des produits dangereux;
- Élaborer une étiquette du lieu de travail ou de l'employeur.

Description

- Les origines du SIMDUT 2015 et les droits et obligations;
- La classification;
- Les étiquettes;
- La fiche de données de sécurité;
- Les bonnes pratiques à adopter.

Note : Cette formation est aussi disponible en anglais.

16. Loi C-21 (diligence raisonnable) – Superviseur

Format : En entreprise, En régionale, En ligne (en direct), Programme de formateurs accrédités en entreprise

Objectif

- Comprendre la nature et la portée de votre responsabilité et de celle de votre organisation face aux lois en santé et sécurité du travail;
- Connaître l'origine et les points importants de la *Loi C-21*;
- Distinguer le droit pénal et criminel en santé et sécurité du travail;
- Comprendre la notion de « diligence raisonnable ».

Description

- L'origine de la *Loi C-21*;
- Le cadre législatif de la santé et sécurité du travail au Québec;
- Les obligations légales en matière de santé et de sécurité;
- Le concept de diligence raisonnable et ses trois devoirs.

17. Les fondements du comité de santé et sécurité

Format : En entreprise, En régionale, En ligne (en direct)

Objectifs

- Comprendre les fondements du comité de santé et sécurité pour l'établissement d'un CSS;
- Mettre en place les mécanismes soutenant le comité dans son rôle et ses responsabilités;
- Être convaincu de l'importance du comité de santé et sécurité comme vecteur paritaire de prévention dans votre organisation.

Description

- Connaître le cadre législatif et réglementaire du comité de santé et sécurité (CSS);
- Comprendre les rôles et fonctions d'un CSS;
- Définir les règles de fonctionnement et identifier le mandat du comité de santé et sécurité;
- Comprendre l'objectif d'un programme de prévention;
- Connaître le contenu obligatoire d'un programme de prévention et comprendre la responsabilité du CSS envers ce programme;



- Se familiariser avec la démarche d'identification et d'analyse de risque;
- Comprendre les niveaux d'intervention en matière de mesures correctives et préventives;
- Comprendre l'importance d'assurer un suivi dans la tenue des registres d'événements;
- Connaître les obligations de déclaration d'événements à la Commission;
- Comprendre l'importance de la participation du CSS dans le processus d'enquête et d'analyse d'événements;
- Savoir reconnaître quels types de sujets devraient être discutés dans un CSS;
- Réaliser l'importance de la promotion et de la visibilité d'un CSS dans l'organisation.

18. Leadership SST, des agents de changement

Format : En entreprise

Objectifs

- Préciser les changements à réaliser en SST et la mission du CSS;
- Clarifier le rôle d'agent de changement des membres du CSS;
- Développer de nouvelles compétences axées sur la culture et le comportement humain;
- Spécifier les initiatives individuelles et communes à mettre en œuvre par les membres du CSS.

Description

- Changement et mission du CSS exposé et discussion;
- Rôle des agents de changement, individuellement et en groupe;
- Établir les composantes d'une culture ainsi que son évolution et apprentissage théorique sur les éléments essentiels du comportement;
- Comment se positionner individuellement avec les 3C et comment établir le plan d'action pour réaliser la vision du CSS.

Note : Cette formation s'adresse au CSS qui désire augmenter leur impact au sein de l'organisation et contribuer à développer une culture de prévention durable.

19. Animation des rencontres de sécurité

Format : En entreprise, En régionale, Programme de formateurs accrédités en entreprise

Objectifs

- Développer des habiletés pour améliorer la préparation, l'animation, la gestion et le suivi des rencontres de sécurité;
- Contribuer à faire en sorte que les réunions soient un investissement rentable pour l'organisation et l'équipe;
- Améliorer la façon d'animer les réunions;
- Partager des trucs et outils afin d'animer des rencontres efficaces et de qualité.

Description

- L'organisation et la planification des rencontres;
- La préparation (déterminer les objectifs et les moyens, cibler un sujet, préparer l'information, organiser la rencontre);
- L'animation (le déroulement, les rôles et fonctions de l'animateur, les habiletés de l'animateur, les types de participants, les situations critiques à gérer, l'évaluation, les trucs utiles);
- Le compte-rendu et le suivi après la rencontre;
- Activité pratique d'animation de rencontre de sécurité en réalisant toutes les étapes du processus.

20. Enquête et analyse d'événement

Format : En entreprise, En régionale, En ligne (en direct), Programme de formateurs accrédités en entreprise

Objectifs

- Distinguer et comprendre les différentes étapes du processus d'enquête et d'analyse;
- Savoir mettre en place les conditions favorables à la réalisation d'une bonne enquête et analyse;
- Être convaincu des avantages de mettre en place un processus efficace d'enquête et d'analyse.



Description

- Les concepts : les définitions, les obligations légales de déclaration, les rôles des acteurs;
- Le processus d'enquête et d'analyse : l'action immédiate;
- L'enquête : la cueillette des faits, les méthodes de collecte, le rapport d'enquête;
- L'analyse : les méthodes d'analyses;
- Les mesures correctives;
- Le rapport final, l'évaluation et le suivi.

21. Inspection planifiée

Format : En entreprise, En régionale, Programme de formateurs accrédités en entreprise

Objectifs

- Se familiariser avec les différentes étapes permettant la réalisation d'une inspection;
- Savoir reconnaître l'importance d'une procédure d'inspection pour planifier et réaliser des inspections de qualité dans son milieu de travail.

Description

- Se familiariser avec les étapes de l'inspection;
- Développer sa capacité à reconnaître les risques et dangers;
- Identifier les principaux points à observer;
- Apprivoiser les normes applicables en SST;
- Participer à une inspection;
- Se familiariser avec le rapport d'inspection de l'entreprise.

22. Travail en hauteur

Format : En entreprise, En régionale, Programme de formateurs accrédités en entreprise

Objectifs

- Réaliser de façon efficace et sécuritaire toutes les étapes pour inspecter, installer et utiliser les dispositifs antichute lors des travaux comportant des risques de chutes, le tout en conformité avec les exigences du *Règlement sur la santé et la sécurité du travail*;
- Comprendre pourquoi il est possible de tomber et quelles peuvent être les conséquences;
- Identifier les moyens de prévention des chutes de mêmes niveaux;
- Identifier des situations de travail présentant des risques en hauteur et se questionner sur la nécessité du travail en hauteur;
- Connaître les réglementations applicables à la protection contre les chutes et les équipements;
- Inspecter et utiliser de façon sécuritaire certains équipements nécessaires pour le travail en hauteur;
- Connaître les équipements de protection collective contre les chutes et leurs utilisations;
- Connaître les équipements de protection individuelle contre les chutes et leurs utilisations.

Description

- Réglementations;
- Obligations;
- Risques et moyens de contrôle;
- Dispositifs antichute;
- Moyens d'accès.

23. Utilisation sécuritaire des appareils et des accessoires de levage

Format : En entreprise, Programme de formateurs accrédités en entreprise

Objectif

- Apprendre les règlements spécifiques aux appareils de levage;
- Prendre connaissance des droits et obligations des employeurs et travailleurs;
- Connaître les trois différentes classes d'appareil de levage et les différents équipements de levage;
- Identifier des situations à haut risque d'accident;
- Comprendre les documents existants pour l'inspection.



Description

- Statistiques et accidents;
- Lois et règlements;
- Normes CSA et ASME-Classification;
- Les composantes;
- Les élingues;
- Les accessoires de gréage et d'élingage;
- Procédures;
- L'inspection;
- Capacité de la charge nominale;
- Le signaleur;
- Les équipements de protection individuels (EPI);
- Le plan d'urgence.

Note : Les contenus de ces formations répondent aux exigences du *Règlement sur la santé et la sécurité du travail*. Une formation pratique est aussi requise et cette formation est obligatoire afin de pouvoir opérer des équipements et accessoires de levage tel que les ponts roulants et les élingues.

24. Utilisation sécuritaire des chariots élévateurs

Format : En entreprise, Programme de formateurs accréditeurs en entreprise

Objectifs

- Identifier le type d'équipement utilisé dans l'entreprise;
- Définir le type de travail accompli avec l'équipement;
- Établir des méthodes de travail sécuritaire;
- Développer des aptitudes pour l'inspection et l'opération d'un chariot élévateur;
- Connaître les causes d'accidents et les prévenir.

Description

- Statistiques et accidents;
- Lois et règlements;
- Équipements et profil d'entreprise;
- Capacité et stabilité;
- Inspection;
- Profil de l'endroit de travail spécifique;
- Circulation sécuritaire;
- Manœuvres particulières;
- Gerbage et dégerbage.

Note : Les contenus de ces formations répondent aux exigences du *Règlement sur la santé et la sécurité du travail*. Une formation pratique est aussi requise et cette formation est obligatoire afin de pouvoir opérer des chariots élévateurs.

25. Formation des formateurs – Formateur interne

Format : En ligne (en direct), Programme de formateurs accrédités en entreprise

Objectifs

- Développer ses compétences de formateur et faciliter le développement des compétences chez les apprenants;
- Connaître les caractéristiques d'un bon formateur et se connaître en tant que formateur;
- Connaître l'apprenant;
- Préparer et planifier une séance de formation;
- Animer une formation;
- Évaluer les apprenants.

Description

- Comment définir le formateur et l'apprenant;
- Comment préparer un cours;



- Comment animer et communiquer efficacement un contenu;
- Comment évaluer l'apprenant.



APSSAP

<http://apssap.qc.ca/>

1. Organisation de la prévention

1.1 S'adapter au mode hybride

Format : Conférence en présentiel et virtuel

Maintenant que le travail hybride est le mode d'organisation du travail actuel dans la grande majorité des milieux de travail et qu'il a été expérimenté par les travailleurs, il est temps de réfléchir aux moyens que nous pouvons mettre à notre disposition pour faciliter notre adaptation et ainsi favoriser notre santé et sécurité dans ce contexte. Ce mode de travail présente plusieurs avantages, mais également quelques défis en ce qui a trait à la santé et à la sécurité du travail. L'APSSAP profite de cette conférence pour vous présenter les expériences vécues par les travailleurs ainsi que les constats de la littérature scientifique depuis l'arrivée du mode hybride. Des mesures préventives vous seront présentées afin de faciliter votre adaptation à cette organisation du travail.

Objectif et contenu de la conférence

- Cibler les enjeux clés reliés au travail hybride;
- Appliquer des mesures préventives pour protéger sa santé et sécurité dans un contexte de mode hybride.

La structure de cette conférence est simple et dynamique : on vous présente de façon subséquente les enjeux liés au travail hybride selon les différents thèmes de l'APSSAP ainsi que les mesures préventives reliées directement à ce thème. Chacun des sujets est abordé en profondeur avant de passer au suivant :

- Ergonomie et prévention des TMS;
- Santé psychologique;
- Risques liés à la sécurité;
- Prévention de la violence;
- Organisation de la prévention.

1.2. Gestion efficace de la SST en mode hybride

Format : Conférence en virtuel

L'APSSAP souhaite outiller les gestionnaires afin qu'ils développent des pratiques de gestion efficaces contribuant au maintien de l'intégrité physique et psychologique des employés et au succès du mode de travail hybride. La gestion de la santé et de la sécurité du travail (SST) en mode hybride donne lieu à de nombreux avantages, mais occasionne également plusieurs défis. Elle met de l'avant l'importance de développer de nouvelles habiletés invitant maintenant le gestionnaire à adapter ses pratiques de gestion à cette réalité du travail.

Objectif et contenu de la conférence

Au terme de cette conférence, les participants seront en mesure :

- De comprendre les enjeux et les défis liés au travail hybride ainsi que leurs impacts sur la santé et la sécurité des travailleurs;
- D'appliquer des pratiques de gestion efficace en matière de prévention.

La conférence abordera les différents points de vigilance liés à la gestion du mode hybride et mettra en lumière les stratégies préventives sur les thématiques suivantes :

- Santé psychologique;
- Ergonomie et prévention des troubles musculosquelettiques (TMS);
- Sécurité des travailleurs;
- Prévention de la violence.



1.3 Inspection des lieux de travail

Format : Formation ministérielle

L'[inspection](#) constitue une activité de prévention incontournable en santé et sécurité au travail, car elle joue un rôle essentiel dans l'identification des risques et permet de prévenir les accidents avant qu'ils ne surviennent. Toutefois, pour maximiser son efficacité, cette démarche ne doit pas être improvisée. Elle nécessite une planification minutieuse, une organisation rigoureuse et doit être adaptée aux réalités du milieu de travail.

Une inspection bien exécutée repose sur des objectifs clairs, des outils appropriés et une coordination efficace entre les acteurs du milieu. Il s'agit non seulement de détecter les dangers, mais aussi d'assurer le suivi des mesures correctives afin de garantir un environnement de travail sûr et conforme aux normes en vigueur. Par conséquent, intégrer cette approche de manière systématique dans une stratégie globale de prévention est essentiel pour réduire les risques et améliorer la performance en SST.

Objectif et déroulement

Cette formation offre aux participants l'opportunité d'appliquer concrètement les principes d'inspection des lieux de travail.

À l'issue de cette formation, les participants seront capables de :

- Appliquer les diverses étapes de la réalisation d'inspections;
- Utiliser la hiérarchie des mesures de prévention afin de proposer des recommandations.

Note : Les participants doivent d'abord suivre la formation en ligne [Inspection des lieux de travail](#) proposée par l'APSSAP.

- Recensement et analyse de la documentation disponible;
- Réalisation d'une inspection en milieu de travail;
- Rédaction d'un rapport inspection intégrant la recommandation de mesures préventives.

1.4 Enquête et analyse d'accident

Format : Formation ministérielle

L'[enquête et l'analyse d'accident](#) du travail constituent des activités fondamentales en santé et sécurité au travail, car elles permettent de faire ressortir les causes des événements accidentels et de prévenir leur récurrence. Bien au-delà d'une simple obligation légale, cette démarche vise à identifier les défaillances dans les processus, les comportements ou l'environnement de travail qui ont contribué à l'événement.

Pour qu'elle soit réellement efficace, cette activité doit être menée de manière méthodique tout en s'appuyant sur des données objectives. En documentant soigneusement les causes, il est possible de formuler des recommandations pertinentes et d'implanter des mesures correctives adaptées. Cette démarche devient donc un levier essentiel pour renforcer la culture de prévention et améliorer continuellement la performance en SST.

Objectif et déroulement

Cette formation permet aux participants de mettre en pratique les principes d'enquête et d'analyse des accidents du travail.

À l'issue de cette formation, les participants seront capables de :

- Appliquer les étapes du processus d'enquête d'accident;
- Analyser les données collectées au cours d'une enquête d'accident;
- Formuler des recommandations pertinentes et assurer leur suivi.

Note : Les participants doivent d'abord suivre la formation en ligne [Enquête et analyse d'accident](#) proposée par l'APSSAP.

- Recensement et analyse de la documentation disponible;
- Analyse approfondie d'un rapport d'accident;
- Rédaction d'un rapport d'accident intégrant la recommandation de mesures préventives.



1.5 Initiation des nouveaux membres du comité de santé et sécurité (CSS)

Format : Formation en ligne

En tant que nouveau membre de comité de santé et de sécurité, vous êtes appelé à jouer un rôle privilégié dans votre milieu. De nouvelles connaissances vous seront nécessaires. Cette [formation en ligne](#) vise à vous donner des bases solides pour bien assumer vos nouvelles fonctions au sein du comité.

Objectif et contenu de la formation

Au terme de cette formation, vous serez en mesure de prendre part à la réalisation des travaux du CSS de votre milieu dans le but d'améliorer la prise en charge de la santé et de la sécurité du travail (SST). Cette formation en ligne comprend 6 modules interactifs que vous pourrez réaliser à votre rythme.

- Module 1 : pourquoi un CSS?
- Module 2 : que font les CSS et les acteurs en SST?
- Module 3 : quels outils vous aident à jouer votre rôle?
- Module 4 : comment détecter les risques en SST?
- Module 5 : comment dresser un portrait de la prise en charge actuelle?
- Module 6 : comment prévenir les risques en SST?

1.6 Identification et analyse des risques

Format : Formation en ligne

Les organisations ont l'obligation d'identifier, de contrôler et d'éliminer les risques pouvant affecter la santé et la sécurité des travailleurs. L'APSSAP vous propose cette [formation en ligne](#) sur les techniques d'identification et d'analyse des risques de votre milieu de travail. L'identification et l'analyse des risques sont des pratiques importantes dans les milieux de travail, car elles permettent d'assurer le respect des obligations légales, de soutenir les organisations dans la prise en charge de la SST et de prioriser les risques sur lesquels il faut mettre des efforts et des ressources. Le paritarisme, le travail d'équipe et la participation active de tous les membres sont des éléments essentiels dans cette démarche préventive en SST.

Objectif et contenu de la formation

Au terme de cette formation, vous serez en mesure d'utiliser les méthodes d'identification et d'analyse des risques. Cette formation est divisée en quatre modules :

- Module 1 : introduction à la démarche préventive et à la méthode d'identification et d'analyse des risques;
- Module 2 : identification des risques dans des situations de travail;
- Module 3 : analyse des risques et mesures de prévention;
- Module 4 : conclusion et plan d'action.

1.7 Enquête et analyse d'accident

Format : Formation en ligne

Cette [formation en ligne](#) présente les notions de base concernant l'enquête et analyse d'accident. Elle présente ensuite un cas permettant la mise en application des différentes étapes pour identifier les causes d'un accident et recommander des mesures correctives pour éviter qu'un tel événement ne se reproduise.

Objectif et contenu de la formation

Au terme de cette formation, vous serez en mesure :

- De comprendre les notions de base concernant l'enquête et analyse d'accident;
- De mettre en application les étapes du processus d'enquête;
- D'analyser des données recueillies lors d'une enquête;
- De formuler des recommandations pertinentes et effectuer le suivi suite à une enquête.

1.8 La SST, c'est l'affaire de tous!

Format : Formation en ligne

Si vous croyez que la santé et la sécurité du travail, c'est l'affaire des autres? Détrompez-vous! Pour bénéficier d'un milieu de travail sécuritaire, tous les travailleurs et les employeurs doivent être sensibilisés aux différents enjeux en santé et sécurité du travail afin de collaborer pour éliminer ou, du moins, contrôler



les risques SST. La prévention en santé et sécurité, c'est l'affaire de tous ! D'une durée de 30 minutes et s'adressant à l'ensemble des employeurs et des travailleurs du secteur, cette [formation](#) vise à sensibiliser les travailleurs et les employeurs à leurs rôles et responsabilités dans la prévention des accidents, des incidents et des maladies professionnelles.

Objectif et contenu de la formation

Au terme de cette formation, vous serez en mesure :

- De définir la prévention en santé et sécurité du travail;
 - Identifier les conséquences d'une lésion professionnelle,
 - Décrire l'importance de la prévention,
 - Décrire les catégories de risques.
- D'identifier les rôles et les responsabilités de l'employeur, du comité de santé et de sécurité (CSS) et du travailleur en prévention;
- D'identifier les conditions de succès pour intégrer la santé et la sécurité au travail;
 - Résumer l'importance de la participation de tous dans les activités de formation,
 - Décrire les bénéfices de la collaboration et du paritarisme.

1.9 Inspection des lieux de travail

Format : Formation en ligne

L'inspection est l'activité de prévention à privilégier en SST parce qu'elle permet d'éviter les accidents. En revanche, pour qu'elle soit efficace, il est essentiel de planifier, organiser et structurer soigneusement cette démarche. Lors de cette [formation](#), d'une durée de 60 minutes, l'apprenant sera amené à suivre 3 mises en situation lui permettant de réaliser, étape par étape, une inspection des lieux de travail. Les environnements de travail dans lesquels il devra réaliser une inspection sont : un département informatique, un laboratoire de recherche et un entrepôt.

Objectif et contenu de la formation

Au terme de cette formation, vous serez en mesure de :

- Reconnaître la place de l'inspection des lieux de travail en prévention;
- Appliquer les diverses étapes pour la réalisation de l'inspection;
- Utiliser la hiérarchie des mesures de prévention pour émettre des recommandations.

La formation vous permettra de structurer vos inspections, en suivant la démarche préventive composée d'étapes ayant pour objectifs :

Identifier les risques

- Prendre connaissance de la documentation pertinente;
- Préparer les grilles d'inspections;
- Identifier le matériel nécessaire lors de l'inspection;
- Effectuer une inspection visuelle à partir des éléments de la grille;
- Échanger avec les travailleurs et gestionnaires concernés.

Corriger les risques :

- Proposer dans le rapport d'inspection des recommandations;
- Présenter les recommandations au comité de santé et de sécurité (CSS) pour bonification.

Contrôler les risques :

- Assurer le suivi des mesures correctives et leur durabilité.

1.10 Parcours du superviseur

Format : Formation en ligne

Ce [parcours](#) de 21 capsules vidéo s'adresse aux gestionnaires et superviseurs qui désirent avoir une compréhension plus précise de leur responsabilité en santé et sécurité au travail et leur permettre d'intégrer la prévention aux pratiques de gestion et aux activités quotidiennes. Quel que soit le domaine d'activité de l'organisation, le gestionnaire qui supervise des employés doit connaître et assumer sa responsabilité en matière de SST. Le leadership avec lequel le gestionnaire s'approprie ses rôles et responsabilités aura un impact sur la prise en charge des risques du milieu. Par ailleurs, le gestionnaire doit communiquer adéquatement avec les travailleurs afin de favoriser le paritarisme.



Objectif et contenu de la formation

Au terme de cette formation, vous serez en mesure d'identifier vos obligations en SST, en plus d'être outillé à devenir des communicateurs efficaces en SST et devenir des leaders en la matière. De plus le contenu des capsules sur les risques spécifiques vous permettra de perfectionner vos connaissances et vous aider à prendre en charge ces risques dans vos milieux de travail. Ce parcours est divisé en 2 modules :

MODULE GÉNÉRAL

Capsules :

1. Introduction aux obligations en SST (8 min) OBLIGATOIRE

Objectifs et contenu:

- Responsabilités et obligations en SST de l'employeur;
- Cadre législatif de la SST au Québec;
- Concept de la prise en charge de la SST (identifier, corriger, contrôler);
- La diligence raisonnable.

2. Communication (formation interactive – 20 min) OPTIONNELLE

Objectifs et contenu:

- Les éléments fondamentaux d'une communication clair;
- Les obstacles à une bonne communication;
- L'écoute active pour assurer l'efficacité des interactions;
- Les stratégies de communications.

3. Leadership (formation interactive – 20 min) OPTIONNELLE

Objectifs et contenu

- Les types de leadership;
- Les rôles et actions du superviseur démontrant du leadership en SST;
- Le leadership dans une activité en santé et sécurité du travail;
- Les obstacles au leadership et éléments facilitants.

MODULE SUR LES RISQUES SPÉCIFIQUES

Capsules (144 min) OPTIONNELLES

Les capsules subséquentes (no. 4 à 21) représentent une sélection de risques fréquents dans les organisations. Elles permettront aux représentants de l'employeur tels que les gestionnaires, les superviseurs ou les chefs d'équipe de perfectionner leurs connaissances et de les aider à prendre en charge ces risques dans les milieux de travail.

À la suite du visionnement de ces capsules vidéo informatives, le participant sera en mesure de :

- Définir les risques présentés;
- Appliquer la réglementation en matière de santé et sécurité;
- Identifier les risques présents dans son milieu de travail;
- Prioriser les actions à mettre en place selon la hiérarchie des moyens de prévention.

Note : Les participants ont la possibilité de visionner uniquement les capsules en lien avec les risques de leur milieu.

2. Ergonomie et prévention des TMS

2.1 Troubles musculosquelettiques : agir pour prévenir

Format : Conférence

Les troubles musculosquelettiques (TMS) touchent plusieurs travailleurs et affectent leur santé. Cette conférence a pour but de vous éclairer sur ce que sont ces troubles et sur les façons de les prévenir en milieu de travail.



Objectif et déroulement

Informez sur le processus de lésion musculaire et les facteurs de risques liés aux troubles musculosquelettiques et débutez une réflexion sur des pistes de solution pour les prévenir.

- La définition et les statistiques;
- Le mécanisme de lésion musculaire;
- Les facteurs de risque;
- Quelques pistes de solutions.

2.2 J'adapte mon poste en télétravail

Format : Conférence en virtuel seulement

De nombreux employés du gouvernement réalisent leur prestation de travail à partir de la maison. Le mobilier et le matériel disponibles étant différents de ceux que l'on retrouve dans les milieux de travail conventionnels, les travailleurs peuvent rencontrer des contraintes en lien avec le travail statique, les postures contraignantes et les sollicitations visuelles. Il est donc important pour les travailleurs de connaître les possibilités d'ajustement de leur poste de travail.

Objectif et contenu de la formation

Au terme de cette [formation](#), les participants seront en mesure de :

- Utiliser les outils et les ressources disponibles;
- Reconnaître la posture à adopter lors du travail à l'écran;
- Ajuster un poste de travail avec le matériel « domestique ».

2.3 Formation et accompagnement en manutention de charges

Format : Formation ministérielle

Les troubles musculosquelettiques (TMS) touchent plusieurs travailleurs et affectent leur santé. Cette [démarche d'accompagnement](#) s'adresse aux gestionnaires d'équipe de travail réalisant des tâches de manutention ainsi qu'aux travailleurs accomplissant ces diverses tâches de manutention que ce soit dans des bureaux ou d'autres milieux de travail. Cette démarche vise à permettre aux participants de connaître les divers principes en manutention et de les appliquer concrètement dans leur environnement de travail tout en bonifiant leurs méthodes de travail.

Objectif et déroulement

Amener les participants à comprendre ce qu'est la manutention, identifier les facteurs de risques liés à cette activité, faire connaître aux participants les principes de manutention, leur permettre de les expérimenter dans leurs tâches quotidiennes et favoriser la mise en commun l'expérience des manutentionnaires du milieu.

Partie théorique

- Qu'est-ce que la manutention?
- Les différents stades d'un trouble musculosquelettique (TMS);
- Les principes de manutention :
 - Réduction du chargement initial,
 - Répartition du chargement,
 - Stabilisation du tandem travailleur-charge,
 - Continuité du mouvement,
 - Mise à profit des ressources.

Partie pratique

- Réaliser ou simuler les tâches quotidiennes en appliquant les principes de manutention;
- Prendre le temps d'échanger entre manutentionnaires divers trucs dans le but d'optimiser les méthodes de travail.



2.4 Personnes-ressources en adaptation de postes de travail

Format : Formation en présentiel ou en virtuel

L'ergonomie et l'adaptation de postes de travail sont des sujets qui vous intéressent? Vous désirez aider et accompagner efficacement les travailleurs et les gestionnaires dans l'évaluation et l'adaptation de leur poste de travail. Cette [formation](#) est faite pour vous!

Note : Cette formation est offerte préférentiellement en présentiel compte tenu de la partie pratique. Cependant, nous offrons également une version à distance de cette formation. La partie pratique peut être complétée lors d'accompagnements individuels.

Objectif et déroulement

Amener les participants à maîtriser la démarche proposée, les former sur les notions d'ergonomie pertinentes à la réalisation de leurs fonctions et leur permettre d'expérimenter l'adaptation de postes de travail.

- Le rôle de chaque intervenant;
- La démarche d'adaptation de poste :
 - La surface de travail,
 - Le fauteuil,
 - Le clavier et la souris,
 - Les écrans;
- Les particularités des postes partagés et des postes en télétravail;
- Exercices pratiques.

2.5 J'adapte mon poste en quelques étapes faciles

Format : Formation

Le risque de développer des troubles musculosquelettiques (TMS) est une réalité pour l'ensemble des travailleurs et gestionnaires qui effectuent du travail à l'écran au quotidien. Heureusement, ce risque peut être contrôlé en quelques minutes par l'ajustement de son poste de travail, mais encore faut-il savoir comment procéder. Dans cette optique, la [formation](#) incite les participants à se mettre en action avec leur propre chaise ergonomique pour apprendre concrètement comment adapter leur poste de travail en 6 étapes faciles. Une fois la formation terminée, les conseillers en prévention de l'APSSAP vous propose de faire une tournée des postes de travail des participants afin de répondre à leurs questions et finaliser l'ajustement de leur poste qu'ils viennent tout juste de compléter grâce aux connaissances acquises lors de la formation.

Objectif et déroulement

- Connaître les outils qui sont mis à votre disposition pour ajuster votre poste de travail de façon autonome et ainsi améliorer votre confort, même dans un contexte de postes partagés;
- Comprendre la posture recherchée et les raisons pour lesquelles vos ajustements devraient tendre vers celle-ci;
- Mobiliser les techniques expliquées pour ajuster l'ensemble de votre poste de travail en quelques minutes;
- Maîtriser la démarche proposée par l'APSSAP pour arriver à prévenir les troubles musculosquelettiques de façon efficace.

2.6 Le rôle du CSS en ergonomie et prévention des TMS

Format : Formation en virtuel ou en présentiel

Les [troubles musculosquelettiques](#) représentent en moyenne 35% de l'ensemble des lésions professionnelles au travail. Ce risque est donc bien présent dans le secteur de l'administration provinciale. Il est toutefois possible d'assurer une prise en charge efficace du risque ergonomique et en tant que membres du comité de santé et sécurité, vous êtes justement appelé à jouer un rôle de vigie quant à la prise en charge des risques dans votre milieu.

Objectif et déroulement

Aux termes de cette formation, vous serez en mesure d'identifier les différentes composantes de la prise en charge de l'ergonomie et de la prévention des TMS dans votre milieu de travail ainsi que de recommander des actions préventives pour prendre en charge le risque ergonomique. Cette conférence aborde les sujets suivants :



- L'identification des problèmes;
- La sensibilisation et l'information;
- La formation;
- Les personnes-ressources.

2.7 ADAPTE : l'ergonome virtuel

Format : Système d'apprentissage en ligne

ADAPTE est un système d'apprentissage en ligne unique en son genre vous permettant de prendre en charge l'évaluation et l'adaptation de votre poste de travail de bureau, tout en maximisant les possibilités du matériel mis à votre disposition.

Objectif et déroulement

Favoriser la prise en charge des travailleurs et des gestionnaires concernant l'évaluation et l'adaptation de leur poste de travail de bureau.

Modules généraux

- L'environnement de travail;
- Le fauteuil;
- Le clavier;
- La souris;
- Le moniteur;
- Le travail assis/debout;
- Les exercices.

Ordinateur portable

- L'ordinateur portable;
- Travailler à l'extérieur du bureau.

Télétravail

- Dans la cuisine;
- Dans le salon;
- Table ajustable;
- Bureau avec fauteuil ajustable;
- Travail debout.

Agents de la paix

- Surface profonde (30 po);
- Surface peu profonde (24 po).

3. Santé psychologique

3.1 Comment ça va? Introduction à la santé psychologique au travail

Format : Conférence

Vous avez à cœur votre bien-être? Vous désirez en apprendre davantage sur la santé psychologique au travail? Vous aimeriez connaître des pistes de prévention pour la protéger? Cette [conférence](#) de sensibilisation s'adresse à vous!

Objectif et déroulement

Sensibiliser les participants à une saine gestion de sa santé psychologique au travail.

- Quels sont les préjugés face aux problèmes de santé psychologique?
- Qu'entend-on par problèmes de santé psychologique au travail?
- Quelles sont les impacts des préjugés et les conséquences de la maladie mentale?
- Que peut-on faire pour protéger sa santé mentale au travail?



3.2 Les défis du changement

Format : Conférence

Les changements sont omniprésents dans les organisations. Comment les individus qui mettent en œuvre le changement le vivent-ils? Comment mieux vivre les changements dans les milieux de travail? Cette [conférence](#) s'intéresse à la dimension humaine du changement et propose différentes pistes de solutions afin de s'adapter plus facilement en période de changement.

Objectif et déroulement

Sensibiliser les participants sur la dimension humaine du changement, les informer sur le processus du changement, améliorer leurs connaissances sur les réactions possibles et leur proposer diverses pistes d'action individuelles pour faciliter l'adaptation.

- Mythes et différents enjeux du changement;
- Le processus du changement;
- Les réactions face au changement;
- Des outils pour mieux vivre le changement.

3.3 Les clés de la reconnaissance

Format : Conférence

Tout le monde a besoin de reconnaissance! Mais en a-t-on besoin au même moment, des mêmes personnes et de la même façon? Cette [conférence](#) permet d'amorcer une discussion sur l'importance de la reconnaissance au travail et la responsabilité commune de tous pour la développer et la maintenir au quotidien.

Objectif et déroulement

Sensibiliser les participants sur l'importance de la reconnaissance en milieu de travail, susciter une réflexion quant à son application, leur permettre de reconnaître ses formes.

- Qu'est-ce que la reconnaissance au travail?
- Quelles sont les formes et les sources de reconnaissance au travail?
- Quels sont les signes d'un besoin de reconnaissance?
- Quels sont les critères de qualité de la reconnaissance?
- Quels sont les leviers et les entraves à la reconnaissance au travail?

3.4 Stress au travail, à chacun son cinéma!

Format : Conférence

Cette [conférence](#) permet d'apprendre à jouer l'un des rôles les plus importants de la vie : prendre soin de sa santé psychologique! Les sources du stress au travail sont multiples, mais faut-il éviter le stress à tout prix? Dans quelles situations le stress est-il néfaste pour la santé? Tant l'individu que l'organisation peuvent favoriser la gestion du stress au quotidien et prévenir le stress chronique qui, lui, entraîne des répercussions sur la santé des gens et la santé organisationnelle.

Objectif et déroulement

Au terme de cette conférence, les participants seront en mesure :

- D'expliquer et de comprendre la notion de stress au travail;
- De reconnaître les manifestations du stress chronique et savoir quand aller chercher de l'aide;
- De connaître des stratégies gagnantes permettant de composer avec le stress au travail.

3.5 Les pratiques gagnantes de civilité au travail

Format : Conférence

Le travail, tant en présentiel qu'en virtuel, entraîne son lot de défis sur le plan de la civilité. Il importe de se comporter de manière à favoriser les relations harmonieuses et productives lorsque les travailleurs sont physiquement au bureau, de même que sur les différentes plateformes de communication numériques. Un milieu de travail empreint de civilité protège la santé mentale des travailleurs. L'APSSAP vous propose donc cette [conférence](#) afin de sensibiliser les travailleurs et les employeurs sur les pratiques qui favorisent une culture de respect pour un climat de travail sain et exempt de conflit.



Objectif et déroulement

Au terme de cette conférence, vous serez en mesure de :

- Comprendre l'importance de la civilité en milieu de travail, tant en présentiel qu'en télétravail;
- Cibler les pistes d'intervention permettant de développer une culture empreinte de civilité, adaptées au mode hybride.

3.6 Contrer la fatigue virtuelle

Format : Conférence

Vous participez à des rencontres virtuelles de façon régulière? Vous ressentez des symptômes de fatigue à la suite de ces rencontres? L'APSSAP vous propose d'explorer quelques causes de la fatigue virtuelle lors de ce [webinaire](#) d'une durée de 45 minutes. Plusieurs pistes de solutions visant à réduire la fatigue virtuelle associée aux rencontres virtuelles vous seront présentées, tant organisationnelles et qu'individuelles.

Objectif et déroulement

- Identifier les causes de la fatigue virtuelle;
- Sensibiliser sur les effets de la fatigue virtuelle;
- Prévenir et diminuer la fatigue virtuelle.

3.7 Les 5 dimensions de la charge de travail

Format : Conférence

Parmi les facteurs de risques psychosociaux en santé psychologique au travail, la charge de travail est souvent identifiée dans les équipes de travail. Dans la plupart des cas, on estime que la quantité de travail à effectuer est abondante. Toutefois, cette quantité est seulement l'une des cinq dimensions de la charge et elles peuvent toutes avoir un impact sur le travail à accomplir et sur la perception de surcharge des travailleurs et des travailleuses. L'APSSAP vous propose cette [conférence](#) pour découvrir ces cinq composantes afin de comprendre les impacts et explorer les pistes de solutions.

Objectif et déroulement

Au terme de cette conférence, les participants seront en mesure de se mettre en action pour tenter de moduler les impacts de la charge de travail sur leur bien-être au travail. Les objectifs spécifiques, qui reflètent la structure de la conférence, sont les suivants :

- Reconnaître les signes et les impacts d'une charge de travail mal adaptée;
- Comprendre les cinq dimensions de la charge de travail dans le but de mettre en place des actions qui peuvent aider à mieux gérer chacune d'entre elles.

3.8 Naviguer vers son autonomie décisionnelle

Format : Conférence

L'APSSAP vous propose cette [conférence](#) pour stimuler le dialogue sur les facteurs clés du développement et du renforcement de l'autonomie décisionnelle au travail. L'autonomie décisionnelle favorise la motivation, la créativité, la responsabilisation et la satisfaction au travail, tout en renforçant la performance et l'engagement au sein d'une organisation. Bien que son niveau varie selon les rôles et les environnements professionnels, une autonomie bien adaptée contribue à préserver la santé psychologique au travail.

Objectif et déroulement

La conférence explore les diverses approches ayant pour but d'optimiser l'autonomie décisionnelle tout en respectant le cadre organisationnel et légal. Elle met en lumière la distinction entre le pouvoir décisionnel et l'autonomie décisionnelle à travers des exemples concrets et des mises en situation conçues pour nourrir la réflexion, sensibiliser et, ultimement, prendre en charge ce facteur de risque psychosocial. Les objectifs spécifiques, qui reflètent la structure de la conférence, sont les suivants :

- Définir ce qu'est l'autonomie décisionnelle;
- Décrire les impacts de l'autonomie décisionnelle sur la santé psychologique au travail;
- Identifier des actions à prendre pour favoriser l'autonomie décisionnelle.

Nouveauté!



3.9 Prendre en charge sa santé psychologique en équipe

Format : Formation

Avec la reprise graduelle des activités en présence, plusieurs équipes de travail doivent faire face à une nouvelle forme d'organisation du travail. Pour vous aider dans cette nouvelle réalité, l'APSSAP vous propose un [atelier virtuel](#) avec nos conseillers en prévention.

Note : Il est fortement suggéré que les travailleurs et le gestionnaire responsable de l'équipe participent conjointement à cet atelier. La participation aux formations de l'APSSAP en santé psychologique demeure volontaire.

Objectif et déroulement

Permettre aux participants de connaître les facteurs de risque psychosociaux au travail, de comprendre comment le travail hybride influence ces facteurs psychosociaux, d'identifier leurs propres difficultés avec le travail hybride en lien avec la santé psychologique et d'élaborer des actions préventives à mettre en œuvre pour les atténuer.

- Module 1 : La santé psychologique et les risques psychosociaux en travail hybride;
- Module 2 : Actions préventives pour la période de travail hybride.

3.10 Stimuler le soutien social

Format : Formation

Le soutien social est une des pierres angulaires du bien-être au travail. Or, le mode hybride a modifié les façons d'interagir dans le cadre du travail. Cet [atelier](#) est une occasion de créer des liens, de réapprendre à interagir en présentiel et de développer et maintenir des liens en mode hybride. À l'aide d'exercice en sous-groupe et de discussions en équipe, les participants en viendront à élaborer un plan d'action visant à stimuler le soutien social.

Note : Il est fortement suggéré que les travailleurs et le gestionnaire responsable de l'équipe participent conjointement à cet atelier. La participation aux formations de l'APSSAP en santé psychologique demeure volontaire.

Objectif et déroulement

- Expliquer l'importance du soutien social en mode hybride;
- Tracer un portrait du soutien social dans votre équipe;
- Prendre action collectivement pour stimuler le soutien social en mode hybride dans votre équipe;
- Définition et bienfaits du soutien social;
- Exercice #1 : Nos défis en lien avec le soutien social en mode hybride;
- Exercice #2 : Nos pratiques actuelles de soutien social;
- Exercice #3 : Notre plan d'amélioration;
- Synthèse et conclusion.

3.11 La reconnaissance au travail

Format : Formation

Cet [atelier](#) a pour but d'outiller l'équipe de travail et les individus qui la composent à développer des pratiques de reconnaissance dans leur milieu de travail. À travers différents exercices pratiques, les participants sont amenés à réfléchir sur leurs pratiques de reconnaissance et à élaborer une ébauche de plan d'action collectif pour améliorer la reconnaissance au sein de leur équipe.

Note : Il est fortement suggéré que les travailleurs et le gestionnaire responsable de l'équipe participent conjointement à cet atelier. La participation aux formations de l'APSSAP en santé psychologique demeure volontaire.

Objectif et déroulement

Sensibiliser les participants sur l'importance de la reconnaissance en milieu de travail, susciter une réflexion quant à son application, leur permettre de reconnaître les formes de reconnaissance et identifier avec eux des outils, des pistes d'action et des stratégies permettant d'implanter des pratiques de reconnaissance en milieu de travail.

- Qu'est-ce que la reconnaissance au travail?



- Quelles sont les formes de reconnaissance?
- Exercice 1 : pour bien connaître les signes;
- Quels sont les critères de qualité de l'expression de la reconnaissance?
- Exercice 2 : mes besoins et mes attentes de reconnaissance;
- Exercice 3 : mon bilan et mon engagement sur ma pratique de reconnaissance;
- Exercice 4 : qu'est-ce que l'équipe peut faire pour stimuler les pratiques de reconnaissance?

3.12 S'adapter au changement

Format : Formation

Cet [atelier](#) amène les participants à réfléchir sur la réalité du changement et à trouver des moyens personnels pour faire face aux divers changements qui se présentent. Plus particulièrement, à travers différents exercices pratiques, l'atelier leur permet de s'interroger sur le sens qu'ils accordent au changement, sur les émotions que le changement génère chez eux et sur les forces dont ils disposent pour s'y adapter.

Note : Il est fortement suggéré que les travailleurs et le gestionnaire responsable de l'équipe participent conjointement à cet atelier. La participation aux formations de l'APSSAP en santé psychologique demeure volontaire.

Objectif et déroulement

Sensibiliser les participants sur la dimension humaine du changement et les amener à trouver des pistes d'action personnelles pour faciliter leur adaptation au changement.

- Le processus de changement;
- Les réactions face au changement;
- Les outils pour faire face au changement.

3.13 Tous mobilisés vers un même objectif

Format : Formation

Cet [atelier de réflexion](#) a pour but principal de renforcer les équipes de travail en s'attardant particulièrement à la mobilisation de l'équipe et à son impact sur l'efficacité du travail. Au travers différents exercices pratiques, les participants sont amenés à reconnaître les forces et les zones d'amélioration de leur équipe.

Note : Il est fortement suggéré que les travailleurs et le gestionnaire responsable de l'équipe participent conjointement à cet atelier. La participation aux formations de l'APSSAP en santé psychologique demeure volontaire.

Objectif et déroulement

Connaître les facteurs qui influencent la mobilisation d'une équipe et déterminer quels moyens l'équipe peut prendre pour être davantage mobilisée.

- Qu'est-ce que la mobilisation?
- Modèle théorique : dimensions de la mobilisation;
- Leviers et freins à l'efficacité d'une équipe;
- Les outils pour la mobilisation d'une équipe.

3.14 Transformer sa charge de travail

Format : Formation

Parmi les facteurs de risques psychosociaux en santé psychologique au travail, la charge de travail est souvent identifiée dans les équipes de travail. Dans la plupart des cas, on estime que la quantité de travail à effectuer est abondante. Toutefois, cette quantité est seulement l'une des cinq dimensions de la charge et elles peuvent toutes avoir un impact sur le travail à accomplir et sur la perception de surcharge des travailleurs et des travailleuses. L'APSSAP vous propose cette [formation](#) pour découvrir ces cinq composantes et profiter de l'occasion pour réunir l'équipe. Ce moment d'arrêt permet à l'équipe de travailler collectivement et en profondeur sur des actions concrètes à mettre en place pour moduler la charge de travail de tout un chacun.

Note : Il est fortement suggéré que les travailleurs et le gestionnaire responsable de l'équipe participent conjointement à cette formation. La participation aux formations de l'APSSAP en santé psychologique demeure volontaire.



Objectif et déroulement

Au terme de cette formation, les participants seront en mesure de mettre en place des actions concrètes qui ont été identifiées pour tenter de moduler les impacts de la charge de travail sur le bien-être collectif de l'équipe au travail. Les objectifs spécifiques, qui reflètent la structure de la formation, sont les suivants :

- Reconnaître les cinq dimensions de la charge de travail;
- Identifier en équipe les difficultés du travail en lien avec la charge et chacune des dimensions;
- Élaborer des actions préventives pour aider à mieux gérer collectivement les impacts sur le travail à accomplir.

3.15 Civilité au travail : rédaction d'une charte d'équipe

Format : Formation

Le bien-être au travail est influencé par les interactions que nous avons avec nos collègues et nos gestionnaires. Or, nous ne choisissons pas avec qui nous travaillons et nous sommes tous différents. Ce faisant, il est possible, sans le vouloir, d'être l'irritant de quelqu'un à un certain moment! Cette [formation](#) vise à ouvrir le dialogue sur les perceptions de chacun concernant les comportements de civilité. Vous serez également en mesure d'identifier collectivement des solutions concrètes afin de créer un milieu de travail sain.

Note : Il est fortement suggéré que les travailleurs et le gestionnaire responsable de l'équipe participent conjointement à cette formation. La participation aux formations de l'APSSAP en santé psychologique demeure volontaire.

Objectif et déroulement

À son terme, les participants auront fait consensus sur des actions concrètes à mettre en place pour favoriser un climat de travail harmonieux et respectueux. L'équipe de travail sera en mesure de rédiger une charte de civilité comprenant des comportements objectivables.

Les objectifs spécifiques sont :

- Expliquer l'importance de la civilité en milieu de travail;
- Reconnaître la responsabilité de chacun pour créer un milieu de travail empreint de civilité;
- Identifier des gestes, des actions ou des attitudes qui pourraient améliorer la civilité dans le milieu de travail.

La formation comporte des exercices en groupes suivis de discussions et complétés par des informations additionnelles sur les sujets discutés. Plus spécifiquement, les éléments suivants seront abordés :

- Rappel des notions de base sur la civilité au travail;
- Exercice #1 : Déterminer les caractéristiques du respect;
- L'importance de la civilité au travail;
- Exercice #2 : Tracer un portrait de la civilité dans mon milieu de travail;
- Exercice #3 : Identifier des actions pour améliorer la civilité dans notre équipe;
- Synthèse des apprentissages et conclusion.

3.16 Civilité au travail : prévenir le commérage

Format : Formation

La civilité au travail a un impact important sur le bien-être du personnel. Nos comportements et nos paroles peuvent contribuer, ou non, au développement et au maintien d'un climat de travail sain et harmonieux. Les commérages peuvent mener à des problèmes d'incivilité au travail et ainsi affecter la santé psychologique des employés. Rassurez-vous, la majorité d'entre nous a déjà participé à ce genre de potinage. Nous avons donc tous une responsabilité commune afin de prévenir ou faire cesser ce genre de comportement. Cette [formation](#) vous permettra d'identifier des pistes de solution pour y arriver.

Note : Il est fortement suggéré que les travailleurs et le gestionnaire responsable de l'équipe participent conjointement à cette formation. La participation aux formations de l'APSSAP en santé psychologique demeure volontaire.

Objectif et déroulement

Au terme de cette formation, les participants seront en mesure d'établir un plan d'action afin de prévenir ou faire cesser le commérage. Les objectifs spécifiques sont :

- Susciter une réflexion sur le commérage et ses impacts;



- Prévenir les conflits et le harcèlement;
- Harmoniser les relations et favoriser les facteurs de protection au niveau social;
- Élaborer des lignes de comportements facilitant la gestion des commérages par l'ensemble du personnel.

La formation comporte des exercices en groupes suivis de discussions et complétés par des informations additionnelles sur les sujets discutés. Plus spécifiquement, les éléments suivants seront abordés :

- Rappel de notions de base;
- Exercice #1 : Définition du commérage;
- Exercice #2 : Conséquences du commérage;
- Exercice #3 : Pistes de solution;
- Conclusion.

3.17 Civilité au travail : utilisation des aires ouvertes

Format : Formation

L'aménagement de plusieurs bureaux de la fonction publique québécoise comporte des aires ouvertes, incluant des postes de travail non assignés et des espaces de travail collaboratif. Il est reconnu dans la littérature scientifique que l'aménagement des postes de travail a une incidence sur la santé psychologique des travailleurs. Entre autres, l'aménagement peut être lié à des enjeux de civilité au travail. Cette [formation](#) vise à ce que l'équipe de travail se positionne sur l'utilisation des aires ouvertes, communes et partagées.

Note : Il est fortement suggéré que les travailleurs et le gestionnaire responsable de l'équipe participent conjointement à cette formation. La participation aux formations de l'APSSAP en santé psychologique demeure volontaire.

Objectif et déroulement

Au terme de la formation, les participants seront en mesure de faire consensus sur les comportements à adopter en lien avec l'utilisation des aires ouvertes, partagées et communes. Les objectifs spécifiques sont :

- Sensibiliser sur l'impact du travail à aires ouvertes sur la santé psychologique;
- Prévenir les conflits et le harcèlement liés à l'aménagement des espaces de travail;
- Créer un code de conduite pour le travail à aires ouvertes.

La formation comporte des exercices en groupes suivis de discussions et complétés par des informations additionnelles sur les sujets discutés. Plus spécifiquement, les éléments suivants seront abordés :

- Rappel des notions de base sur la civilité;
- Exercice #1 : Portrait des irritants, des opportunités et impacts du travail en aires ouvertes;
- Exercice #2 : Comportements favorisant une utilisation optimale des aires communes;
- Exercice #3 : Consensus sur les comportements à adopter dans les aires communes.

3.18 Code de communications virtuelles

Format : Formation

Les différents modes d'organisation du travail amènent une utilisation différente et parfois accrue des canaux de communication. Afin de faciliter le bien-être au travail et l'efficacité commune, il importe que les équipes de travail s'entendent sur leur façon d'entrer en contact et de partager de l'information. Cette [formation](#) permettra aux participants de faire le point sur leur utilisation des canaux de communication suivants :

- Téléphone;
- Texto;
- Courriel;
- Conversations instantanées;
- Rencontres virtuelles.

Note : Il est fortement suggéré que les travailleurs et le gestionnaire responsable de l'équipe participent conjointement à cette formation. La participation aux formations de l'APSSAP en santé psychologique demeure volontaire. La demande doit être paritaire.

Objectif et déroulement

Au terme de cette formation, les participants seront en mesure de rédiger un code de communication commun concernant leur utilisation de différents canaux de communication virtuelle. Les objectifs spécifiques sont :



- Reconnaître des pratiques favorables à des communications virtuelles harmonieuses;
- Tracer un portrait des irritants vécus en lien avec l'utilisation des communications virtuelles;
- Prendre action collectivement pour améliorer les communications virtuelles dans votre équipe.

La formation comporte des exercices en groupes suivis de discussions et complétés par des informations additionnelles sur les sujets discutés. Plus spécifiquement, les éléments suivants seront abordés :

- Notions de base;
- Utilité d'un code de communication;
- Exercice #1 : les défis de notre équipe;
- Types de canaux de communication;
- Bonnes pratiques liées aux canaux de communication;
- Exercice #2 : les bonnes pratiques actuelles de notre équipe;
- Exercice #3 : ébauche de notre code de communication.

3.19 Communiquer pour mieux s'entendre

Format : Formation

Bien communiquer requiert des habiletés spécifiques qu'il importe de développer ou de maintenir. Ces aptitudes peuvent permettre de dénouer des tensions et surtout, favoriser des relations interpersonnelles saines au travail. De fait, il n'est pas toujours facile d'exprimer ce qui est important pour soi et avec des mots qui seront bien entendus par notre interlocuteur.

Cette [formation](#) est une introduction aux principes de la communication consciente, qui nous invite à prendre la responsabilité de ce qui nous habite et à le communiquer efficacement, surtout pour des sujets plus délicats ou chargés émotionnellement.

Objectif et déroulement

Au terme de cette formation, les participants seront en mesure d'utiliser des éléments de la communication consciente dans leurs interactions avec leurs collègues de travail.

Les objectifs spécifiques sont :

- Expliquer ce qu'est la communication consciente;
- Reconnaître les étapes de la communication consciente;
- Appliquer les principes de la communication consciente afin de favoriser un climat de travail harmonieux.

La formation présente les principes de la communication consciente et comporte des exercices individuels et en groupes, suivis de discussions sur les thèmes abordés. Plus spécifiquement, les éléments suivants seront présentés :

- Origine, définition et utilité de la communication consciente;
- Processus de la communication consciente :
 - Intention,
 - Attention;
- Quatre étapes de la communication consciente :
 - Observation,
 - Sentiment,
 - Besoin,
 - Demande.

3.20 Mettre le cap vers son autonomie décisionnelle

Format : Formation

L'autonomie décisionnelle fait référence à la possibilité de prendre des décisions au sujet de son travail. Elle favorise la motivation, la créativité, la responsabilisation et la satisfaction au travail, tout en renforçant la performance et l'engagement au sein d'une organisation. Bien que son niveau varie selon les rôles et les environnements professionnels, une autonomie bien adaptée joue un rôle clé dans le maintien d'une bonne santé psychologique au travail. Sous le thème de la navigation, l'APSSAP vous présente cette [formation](#) conçue pour mobiliser l'équipe dans la recherche de solutions concrètes et adaptées à sa réalité, tant individuelles que collectives.



Note : Il est fortement suggéré que les travailleurs et le gestionnaire responsable de l'équipe participent conjointement à cette formation. La participation aux formations de l'APSSAP en santé psychologique demeure volontaire.

Objectif et déroulement

La formation comporte des exercices de réflexions en sous-équipe, suivis de discussions en groupe. Au terme de cette formation, les participants seront en mesure de déployer les actions préventives qui auront été élaborées en équipe et qui contribueront au renforcement et au développement de l'autonomie décisionnelle.

Les objectifs spécifiques, qui reflètent la structure de la formation, sont les suivants :

- Expliquer ce qu'est l'autonomie décisionnelle;
- Identifier les avantages d'une autonomie décisionnelle bien adaptée sur la santé psychologique au travail;
- Cibler des actions préventives pour renforcer et développer l'autonomie décisionnelle.

3.21 La santé psychologique, un sentier à explorer pour le CSS

Format : Formation en ligne

Cette [formation](#) vise à outiller les membres de CSS afin qu'ils puissent agir de façon efficace en prévention de la santé psychologique au travail. Pour une prise en charge optimale des facteurs psychosociaux, l'ensemble des membres du CSS devraient suivre la formation. Cependant, il est également possible de s'y inscrire de façon individuelle. À la suite de cette formation, l'APSSAP peut vous accompagner dans la mise en place de mesures préventives, dans l'élaboration d'un plan d'action ou tout simplement pour répondre à vos questions. Nous vous invitons à faire une demande de service pour de l'accompagnement.

Objectif et contenu de la formation

Après avoir suivi la formation, l'apprenant sera en mesure :

- De décrire les facteurs psychosociaux au travail;
- D'expliquer le rôle du CSS dans la prévention en matière de santé psychologique au travail;
- D'inventorier les actions actuellement en place dans son milieu de travail en matière de prévention en santé psychologique au travail.

Module 1 : Introduction (Présentation de la formation)

- Examiner les thèmes proposés et l'organisation des modules;
- Identifier les bénéfices retirés pour son travail (en tant que membre de CSS).

Module 2 : Santé psychologique au travail

- Distinguer les 3 sphères de la santé mentale (Individu/travail/ social) et leurs interactions;
- Définir la santé psychologique au travail;
- Expliquer ce que comprend la sphère « travail » de la santé mentale, soit les facteurs psychosociaux;
- Reconnaître que les facteurs psychosociaux peuvent être des facteurs de risques ou des facteurs de protection.

Module 3 : Rôles des différents acteurs

- Identifier le champ d'action de l'APSSAP;
- Expliquer le mandat du CSS en santé psychologique au travail;
- Situer le rôle du CSS par rapport aux autres acteurs en milieu de travail.

Module 4 : Charge de travail

- Expliquer ce qu'est la charge de travail;
- Reconnaître les déterminants de la charge de travail;
- Identifier les bonnes pratiques de travail/de gestion / CSS en lien avec la charge de travail;
- Répertoire les actions préventives dans le milieu de travail et pour le ministère/organisme.

Module 5 : Reconnaissance

- Expliquer ce qu'est la reconnaissance au travail;
- Distinguer les sources de reconnaissance;
- Identifier les bonnes pratiques de travail/de gestion / CSS en lien avec la charge de travail;
- Répertoire les actions préventives dans le milieu de travail et pour le ministère/organisme.



Module 6 : Autonomie décisionnelle

- Expliquer ce qu'est l'autonomie décisionnelle;
- Identifier les bonnes pratiques de travail/de gestion / CSS en lien avec la charge de travail;
- Répertoire les actions préventives dans le milieu de travail et pour le ministère/organisme.

Module 7 : Soutien de la part des collègues

- Expliquer ce qu'est le soutien social de la part des collègues;
- Distinguer les deux formes de soutien social;
- Identifier les bonnes pratiques de travail/de gestion / CSS en lien avec la charge de travail;
- Répertoire les actions préventives dans le milieu de travail et pour le ministère/organisme.

Module 8 : Soutien de la part des gestionnaires

- Expliquer ce qu'est le soutien social de la part des gestionnaires;
- Distinguer les deux formes de soutien social;
- Identifier les bonnes pratiques de travail/de gestion / CSS en lien avec la charge de travail;
- Répertoire les actions préventives dans le milieu de travail et pour le ministère/organisme.

Module 9 : Civilité et prévention du harcèlement psychologique

- Expliquer ce que sont la civilité et la prévention du harcèlement psychologique;
- Distinguer l'incivilité du harcèlement;
- Identifier les conséquences possibles de l'incivilité et du harcèlement;
- Décrire les particularités de l'incivilité numérique;
- Identifier les bonnes pratiques de travail/de gestion / CSS en lien avec la charge de travail;
- Répertoire les actions préventives dans le milieu de travail et pour le ministère/organisme.

Module 10 : Information et communication

- Expliquer ce qu'est la qualité de transmission de l'information et de la communication;
- Identifier les bonnes pratiques de travail/de gestion / CSS en lien avec la charge de travail.

Module 11 : Conclusion

- Identifier l'APSSAP en tant que partenaire du CSS;
- Prioriser les besoins du CSS en vue de l'accompagnement à venir.

4. Prévention de la violence au travail

4.1 Violence et clientèle agressive

Format : Conférence

L'APSSAP met à votre disposition cette [conférence](#) pour vous accompagner lors de la présentation des mesures préventives dans les rapports avec la clientèle, en prévision de la mise en place d'un programme global de mesures préventives ou bien à titre de rappel informatif dans les milieux où un programme est connu et mis en place.

Objectif et déroulement

Sensibiliser les participants au phénomène de la violence en milieu de travail et les informer sur les principaux facteurs de risques et les mesures préventives correspondantes.

- Définition de la violence dans les rapports avec la clientèle;
- Comment se manifeste la violence dans les rapports avec la clientèle?
- Le diagnostic : causes et déclencheurs;
- Le programme global de mesures préventives;
- Le rôle des intervenants.

4.2 Le rôle du CSS en prévention de la violence

Format : Formation ministérielle en virtuel ou en présentiel

Plusieurs ministères et organismes de l'Administration provinciale doivent transiger avec de la clientèle externe. Cette interaction avec une clientèle externe peut amener à ce que les membres du personnel soient exposés à des manifestations de violence. Ce risque est donc bien présent dans le secteur l'Administration provinciale. Il est toutefois possible d'assurer une prise en charge efficace du [risque en violence](#) et en tant que Comité de santé et sécurité, vous êtes justement appelé à jouer un rôle de vigie quant à la prise en charge des risques dans votre milieu.



Objectif et déroulement

Au terme de cette formation, vous serez en mesure d'identifier les différentes composantes de la prise en charge des événements de violence dans votre milieu de travail ainsi que de recommander des actions préventives pour prendre en charge le risque de violence de la part de la clientèle externe.

- Le programme de mesures préventives;
- Le rapport d'événement;
- L'aménagement sécuritaire;
- La formation;
- L'équipe d'intervention.

4.3 Intervenir en équipe lors d'un appel à l'aide : partie pratique

Format : Formation

La prévention de la violence de la part de la clientèle comprend plusieurs mesures préventives. Plusieurs organismes et ministères prévoient, entre autres, la présence d'un système d'appel à l'aide en cas d'agressivité de la part de la clientèle. Lorsque des boutons d'appel à l'aide sont installés dans un établissement, il est essentiel de structurer l'intervention qui découlera du déclenchement d'une alarme.

Cette [formation](#) vous permettra d'être en mesure de jouer votre rôle dans l'équipe qui interviendra lors de l'appel à l'aide. Elle comporte deux volets, soit un [théorique](#), présenté sous un format virtuel et un volet pratique, en présentiel.

Note : Il est important de s'assurer qu'un programme de mesures préventives face aux événements violents est en place dans votre établissement, que l'aménagement des lieux soit sécuritaire et qu'une stratégie d'intervention d'équipe ait été rédigée. Les participants doivent également avoir suivi la **formation de base** sur les manières de transiger avec les clientèles agressives prévue au programme de mesures préventives de leur ministère ou organisme.

Objectif et déroulement

À la fin de la pratique de la stratégie d'intervention, vous serez en mesure d'appliquer la stratégie d'intervention déterminée par votre équipe en cas d'appel à l'aide de la part d'un membre du personnel de votre établissement.

Le participant doit d'abord suivre la [formation en ligne](#) proposée par l'APSSAP. Idéalement au maximum deux semaines avant la pratique.

Si elle est disponible, les participants devraient réviser la stratégie d'intervention la veille de la pratique.

La formation aborde les sujets suivants :

- Rappel sur le programme de mesures préventives;
- Retour sur la formation en ligne;
- Simulations et retour en groupe :
 - Bilan d'intervention,
 - Révision de la stratégie d'intervention au besoin.

4.4 Intervention préventive en situation d'agressivité, d'intimidation et de menace

Format : Formation en ligne

Les organisations sont encouragées à offrir de la formation spécifique à leur personnel pour les aider à faire face aux situations de tensions auxquelles ils peuvent être confrontés dans les relations avec leurs clients. L'APSSAP vous propose cette [formation en ligne](#) pour aider les ministères et organismes à outiller les membres de leur personnel sur les comportements et les attitudes sécuritaires à adopter lorsqu'ils sont face à un client agressif, ainsi que les pistes d'intervention à privilégier selon l'analyse de la situation.

Note : Cette formation en ligne ne remplace pas les formations en présentiel permettant des mises en situation réelles, mais constitue plutôt une formation de départ pour les ministères et organismes qui n'ont pas accès à d'autres formations.

Objectif et contenu de la formation

Aux termes de cette formation, vous serez en mesure d'identifier les comportements sécuritaires à adopter durant une rencontre, de décrire les comportements associés à différents stades de tensions émotives chez la clientèle et de distinguer les interventions possibles en fonction de ces comportements.

Cette formation est composée de 4 modules interactifs :



- Module 1 : Comment agir pour prévenir la violence;
- Module 2 : Que faire lorsque la tension monte ? – Échelle des comportements;
- Module 3 : Que faire lorsque la tension monte ? – En personne;
- Module 4 : Que faire lorsque la tension monte ? – Au téléphone.

4.5 Prévention de la violence : situations particulières avec la clientèle

Format : Formation en ligne

L'APSSAP propose des [capsules vidéo](#) portant sur des situations particulières avec la clientèle et pouvant contribuer à prévenir la violence au travail. Réalisées avec des experts, les comportements à adopter et à éviter sont proposés.

Note : Ces capsules vidéo ne sauraient remplacer une formation de base sur la gestion de la clientèle difficile. Elles sont conçues pour être intégrées à un programme de mesures préventives de la violence de la part de la clientèle. Nous vous référons aux responsables de la prévention de la violence au sein de votre ministère ou organisme pour en savoir davantage.

Objectif et contenu de la formation

Ces capsules vidéo vous permettront de reconnaître des caractéristiques liées à des situations particulières parfois retrouvées lors du service à la clientèle. Vous pourrez ainsi identifier quels comportements adopter ou éviter dans vos rapports avec vos clients. Les capsules vidéo informatives abordent les sujets suivants :

1. Le profil « Anxiété »

- Qu'est-ce que le profil anxieux ?
- Comment reconnaître le profil anxieux ?
- Quels comportements sont à éviter ?
- Comment maintenir des rapports harmonieux avec la clientèle ?

2. Le profil « Méfiance »

- Qu'est-ce que le profil méfiant ?
- Comment reconnaître le profil méfiant ?
- Quels comportements sont à éviter ?
- Comment maintenir des rapports harmonieux avec la clientèle ?

3. Le profil « Extrémisme »

- Qu'est-ce que le profil extrémiste ?
- Comment reconnaître le profil extrémiste ?
- Quels comportements sont à éviter ?
- Comment maintenir des rapports harmonieux avec la clientèle ?

4. Le profil « Situation de marginalité »

- Qu'est-ce qu'une situation de marginalité ?
- Quels sont les préjugés les plus fréquents ?
- Quels comportements sont à éviter ?
- Comment maintenir des rapports harmonieux avec la clientèle ?
- Quelques exemples de situations délicates.

5. Le profil « Intoxication »

- Qu'est-ce que l'intoxication ?
- Comment reconnaître quelqu'un d'intoxiqué ?
- Quels comportements sont à éviter ?
- Comment maintenir des rapports harmonieux avec la clientèle ?

6. Le profil « Diversité »

- Qu'est-ce que la diversité en lien avec le service à la clientèle ?
- Quels sont les défis liés à la diversité dans un contexte de service à la clientèle ?
- Quels comportements sont à éviter ?
- Comment maintenir des rapports harmonieux avec la clientèle ?



4.6 Intervenir en équipe lors d'un appel à l'aide : partie théorique

Format : Formation en ligne

La prévention de la violence de la part de la clientèle comprend plusieurs mesures préventives. Plusieurs organismes et ministères prévoient, entre autres, la présence d'un système d'appel à l'aide en cas d'agressivité de la part de la clientèle. Lorsque des boutons d'appel à l'aide sont installés dans un établissement, il est essentiel de structurer l'intervention qui découlera du déclenchement d'une alarme. Cette [formation](#) vous permettra d'être en mesure de jouer votre rôle dans l'équipe qui interviendra lors de l'appel à l'aide. Elle comporte deux volets, soit un théorique, présenté sous un format virtuel et un volet [pratique](#), en présentiel.

Objectif et déroulement

Plus spécifiquement, vous serez en mesure :

- D'évaluer les risques liés aux situations pour lesquelles l'équipe est appelée;
- D'interpréter les trois rôles de l'équipe d'intervention lorsqu'un bouton d'appel à l'aide est activé;
- D'expliquer l'importance d'agir en fonction d'une stratégie sécuritaire;
- De reconnaître l'importance de faire un bilan d'intervention.

La formation aborde les sujets suivants :

- Rappel des notions de base :
 - Définitions de la violence,
 - Tolérance zéro,
 - Importance de la déclaration;
- Stratégie d'intervention;
- Rôles des intervenants;
- Bilan d'intervention;
- Mise en situation.

5. Sécurité des travailleurs

5.1 Les risques et mesures préventives associés aux travaux en présence de machinerie lourde

Format : Conférence

De nombreux accidents graves reliés au travail à proximité de la machinerie lourde surviennent chaque année. Une planification inadéquate des travaux et une mauvaise communication sont, entre autres, des causes à l'origine de ces accidents. Afin de prévenir ceux-ci, toutes les personnes concernées par les travaux en présence de machinerie lourde doivent participer à l'élimination ou au contrôle des risques. L'APSSAP propose cette [conférence](#) afin de sensibiliser sa clientèle concernant les risques et mesures préventives, entre autres, exigées par le *Code de sécurité pour les travaux de construction* (CSTC) dans un tel contexte.

Objectif et déroulement

Au terme de cette conférence, vous serez en mesure de :

- Reconnaître les risques reliés à la présence de machinerie lourde;
- Connaître les mesures préventives à mettre en place;
- Comprendre les responsabilités de toutes les personnes concernées.

5.2 Les risques liés à l'exposition de l'amiante et de la silice cristalline

Format : Conférence

L'amiante et la silice cristalline, sont des dangers bien réels sur les chantiers de construction ainsi que dans les établissements. Que ce soit l'amiante ou la silice des minéraux souvent intégré à des matériaux, il ne faut pas sous-estimer leurs effets potentiellement nuisibles pour notre santé. L'APSSAP propose cette [conférence](#) afin de sensibiliser sa clientèle sur les effets de ces contaminants sur la santé et présenter les requis réglementaires des mesures préventives et des contrôles spécifiques.

Objectif et déroulement

Au terme de cette conférence, vous serez en mesure :

- De reconnaître les situations de travail où les contaminants (amiante et silice cristalline) peuvent être présents;



- D'identifier les mesures préventives particulières liées à ces contaminants;
- De distinguer les différents équipements de protection utilisés pour contrôler l'exposition.

5.3 Les risques liés à l'exposition du monoxyde de carbone (CO)

Format : Conférence

Le [monoxyde de carbone](#) est un gaz asphyxiant inodore, incolore et non irritant. Ainsi, il est particulièrement sournois et souvent qualifié de « tueur silencieux ». Ce gaz est le résultat d'une combustion incomplète de substances telles que l'essence, le diesel, le mazout, etc. Il se dégage principalement des véhicules, appareils et outils munis de combustion interne et davantage de ceux mal entretenus ou utilisés de manière inappropriée.

Objectif et déroulement

Au terme de cette conférence, vous serez en mesure de :

- Reconnaître les situations où il y a présence possible de monoxyde de carbone;
- Connaître les divers effets sur la santé des travailleurs;
- Comprendre les mesures préventives de base.

5.4 Santé et sécurité générale sur les chantiers de construction – (30 heures – ASP Construction)

Format : Formation en présentiel

Selon l'article 2.4.2.-i du *Code de sécurité pour les travaux de construction*, l'employeur doit s'assurer que le personnel de la direction et de la surveillance travaillant principalement et habituellement sur un chantier de construction ainsi que les travailleurs œuvrant sur un chantier de construction, aient réussi [le cours SSGCC](#), et détiennent une attestation décernée par la Commission ou par un organisme reconnu par elle. Pour obtenir l'attestation (carte) du cours, l'apprenant doit réussir le processus d'évaluation qui comprend deux (2) exigences de réussite :

- Participer activement au cours (19 modules);
- Réussir l'examen final (note de passage : 60 %).

Note : Le participant doit déboursier un montant de 50,00\$ pour faire l'acquisition du guide de l'apprenant et du code de sécurité pour les travaux de construction.

Objectif et déroulement

Informers les employés qui ont à travailler sur les chantiers de construction sur les risques, les mesures préventives correspondantes et la réglementation qui s'applique.

- L'introduction aux principes de la prévention;
- Chantiers : réglementation et encadrement;
- Prévention des troubles musculosquelettiques;
- Agresseurs physiques;
- Électricité;
- Cadenassage;
- Outillage particulier : choix d'outils;
- Machinerie lourde;
- Contaminants chimiques : l'exposition;
- Contaminants particuliers;
- Contaminants : contrôle de l'exposition et protection;
- SIMDUT 2015 – I et II;
- Prévention des chutes;
- Échafaudages;
- Appareils de levage de charge;
- Appareils de levage des travailleurs;
- Travail en espaces clos;
- Travaux de creusement.

Examen final (20 questions de type « vrai ou faux » et « choix multiples »). Il faut noter que le manuel de l'apprenant 7^e édition et le *Code de sécurité pour les travaux de construction* sont permis lors de l'examen.



5.5 L'exposition au bruit

Format : Formation ministérielle

Certains travailleurs de la fonction publique québécoise sont exposés au bruit dans le cadre de leur travail, ce qui entraîne un risque à leur santé, leur sécurité et leur intégrité physique et psychique. Cette [formation](#) permet de répondre aux obligations de l'employeur indiquées aux articles 141 et 141.2 du *Règlement sur la santé et la sécurité du travail* (RSST). Le contenu de la formation répond également aux exigences de la norme *CSA Z94.2-2014*, désormais citée dans le règlement. La formation est divisée en deux parties :

- Formation théorique (1h30);
- Formation pratique d'agents multiplicateurs en établissement (30 min).

Objectif et déroulement

Au terme de cette formation, les participants seront en mesure de :

- Connaître les risques associés à une exposition au bruit;
- Distinguer les différents moyens de réduction et de contrôle de l'exposition;
- Choisir le protecteur auditif approprié;
- Savoir comment ajuster, inspecter et entretenir adéquatement le protecteur auditif approprié.

Formation théorique (1h30) :

Règlementation en vigueur :

- Définitions et dispositions générales;
- Valeurs limites d'exposition;
- Mesurage du bruit.

Impact du bruit sur la santé, la sécurité et l'intégrité physique :

- Exposition au bruit;
- Niveaux d'intensité sonore;
- Addition des niveaux de bruits;
- Conséquences de l'exposition au bruit.

Réduction de l'exposition au bruit et moyens de contrôle :

- Composantes de l'exposition au bruit;
- Hiérarchie des moyens de contrôle;
- Protecteurs auditifs :
 - Situations de travail pour lesquelles le port des protecteurs auditifs est nécessaire ;
 - Avantages et inconvénients, ajustement et entretien selon le type de protecteurs auditifs ;
 - Efficacité;
 - Double protection.

Formation pratique (30 min) :

La logistique entourant la formation pratique en établissement sera convenue entre le demandeur et le conseiller en prévention de l'APSSAP lors de la planification de la formation.

5.6 Utilisation sécuritaire des chariots élévateurs

Format : Formation ministérielle

Dans certains ministères et organismes, on retrouve des chariots élévateurs. En vertu de l'article 256.3 du RSST, les travailleurs qui utilisent ces chariots doivent suivre une formation spécifique en matière de sécurité. Pour répondre aux exigences du règlement, l'APSSAP offre à sa clientèle un cours de conduite sécuritaire des chariots élévateurs. Il est à noter que cette [formation](#) présente les volets reliés à la sécurité de la conduite de chariots élévateurs et ce n'est pas un cours d'opérateur. Il est donc nécessaire que les participants soient accompagnés par des personnes d'expérience dans le milieu de travail suite à la formation.

Note : Ce cours est suivi d'une évaluation sur le terrain au cours de laquelle chacun des participants doit mettre en pratique, sur le chariot de l'établissement, les enseignements théoriques.

Objectif et déroulement

Faire connaître aux participants les risques reliés à l'utilisation des chariots élévateurs ainsi que les mesures préventives.

- La réglementation;



- Les généralités sur les chariots et le type de charge;
- La vérification préventive (l'inspection avant départ, la charge de batterie et le changement des bonbonnes);
- La stabilité des chariots élévateurs (le centre de gravité);
- Le chargement et le déchargement (la cohabitation avec les autres travailleurs);
- Le transport de charges et la circulation;
- La tenue des lieux;
- La conduite préventive et les particularités locales.

5.7 Signaleur de chantier

Format : Formation ministérielle

Sur les chantiers, la cohabitation entre les véhicules automoteurs et les travailleurs à pied peut entraîner des accidents ayant des conséquences tragiques. Afin de prévenir de tels accidents, le *Code de sécurité pour les travaux de construction* (CSTC) exige la mise en place de certaines mesures spécifiques. Par exemple, lorsque des manœuvres de recul peuvent compromettre la sécurité, celles-ci doivent être effectuées dans une aire de recul où personne ne peut circuler à pied ou à l'aide d'un signaleur de chantier formé par un instructeur. Pour répondre aux besoins de sa clientèle à ce sujet, l'APSSAP offre une [formation de signaleur de chantier](#).

Note : La partie théorique est suivie d'un exercice pratique pour identifier les angles morts autour des équipements lourds et mettre en application les enseignements théoriques concernant le signaleur de chantier.

Objectif et déroulement

Cette formation a d'abord pour objectif de former les signaleurs de chantier conformément aux exigences de l'article 2.8.3 du CSTC. Elle a également pour objectif de sensibiliser les chauffeurs et travailleurs circulant sur les chantiers aux risques liés à leur cohabitation. Enfin, elle vise à faire prendre conscience aux responsables et superviseurs de travaux de l'importance de la planification des zones de travail. Afin d'atteindre ces objectifs, la formation porte sur les éléments suivants :

- Les risques liés à la circulation des personnes et des véhicules automoteurs sur les chantiers;
- Les règles de circulation et les consignes de sécurité sur le chantier, notamment celles prévues au plan de circulation, le balisage des zones de circulation et les directives nécessaires à l'exécution de la tâche du signaleur de chantier;
- Les équipements de travail propres à la fonction de signaleur tels le vêtement de sécurité à haute visibilité et le moyen de télécommunication bidirectionnelle;
- Le rôle et les responsabilités du signaleur de chantier;
- Le positionnement d'un signaleur de chantier et les angles morts des véhicules automoteurs;
- Les moyens de communication et le code de signaux manuels liés aux manœuvres de recul.

5.8 Cadenassage

Format : Formation ministérielle

Avant d'entreprendre des travaux dans la zone dangereuse d'une machine, le cadenassage ou, à défaut, tout autre méthode qui assure une sécurité équivalente doit être appliquée. Afin de s'assurer que la formation soit adaptée aux besoins, un programme de cadenassage (incluant l'inventaire des machines et les fiches de cadenassage) doit être élaboré au préalable. La [formation](#) traitera des procédures prévues dans ce programme. L'APSSAP peut offrir un service d'accompagnement pour l'élaboration du programme de cadenassage.

Note : La partie théorique est suivie d'une visite dans le milieu de travail pour appliquer la méthode de cadenassage.

Objectif et déroulement

Sensibiliser les participants sur l'importance du cadenassage dans le milieu de travail, leur présenter les grandes lignes du cadenassage dans un établissement, les informer sur ce que leur ministère a implanté comme mesures et les outiller pour implanter la méthode de cadenassage dans leur milieu de travail.

- Analyse des accidents;
- Contexte législatif;



- Cadenassage dans les milieux de travail;
- Cas particuliers.

5.9 Travail sécuritaire en espace clos

Format : Formation ministérielle

Des espaces dans certains de nos établissements présentent un accès difficile ou restreint et ne sont pas conçus pour être occupés par des travailleurs et présentent des risques particuliers qui en font des espaces clos au sens du RSST. L'APSSAP offre donc à sa clientèle une [formation](#) traitant des méthodes pour travailler en sécurité dans ces espaces. Afin de s'assurer que la formation soit adaptée au besoin, un programme de travail en espace clos doit être élaboré au préalable. La formation traitera des procédures prévues dans ce programme. L'APSSAP peut offrir un service d'accompagnement pour l'élaboration du programme.

Note : La formation théorique est suivie d'une partie pratique. Les équipements nécessaires à l'exécution de la tâche et les dispositifs d'urgence doivent être disponibles sur place. Il est possible de simuler certaines situations sur les lieux de travail à la suite d'une entente avec les responsables de l'établissement. Pour les groupes de 10 personnes ou moins, nous offrons l'opportunité aux participants de vivre une expérience immersive en réalité virtuelle. Il s'agit d'un module complémentaire visant à diversifier l'expérience des apprenants.

Objectif et déroulement

Informar les participants sur les risques et les mesures préventives correspondantes lors du travail en espace clos et sur les procédures de surveillance et de sauvetage.

- Définitions et réglementation;
- Identification des espaces clos dans le milieu de travail;
- Risques rencontrés;
- Méthodes sécuritaires de travail;
- Préparation et exécution du travail;
- Procédures d'urgence;
- Équipement et matériel.

5.10 Utilisation sécuritaire de la scie à chaîne

Format : Formation ministérielle

Dans certains ministères et organismes, des travailleurs peuvent être amenés à [utiliser la scie à chaîne](#) pour des activités d'urgence, de dégagement, de nettoyage, ou d'entretien de sites. La scie à chaîne est reconnue pour entraîner un nombre important d'accidents et requiert des mesures de prévention spécifiques. Le *Règlement sur la santé et la sécurité du travail* (RSST) ainsi que le *Code de sécurité pour les travaux sur les chantiers de construction* (CSTC) précisent les mesures de prévention à mettre en application. Ces mesures traitent notamment de la planification des travaux, et de l'utilisation et l'entretien de la scie à chaîne.

Note : Un volet sur la scie à perche et/ou la débroussailleuse peut être ajouté à la formation. La formation offerte par l'APSSAP est théorique uniquement. L'association peut cependant offrir un service d'accompagnement pour l'élaboration d'une formation pratique dans le milieu.

Objectif et déroulement

Faire connaître aux participants les risques et les mesures de prévention reliés à l'utilisation des scies à chaîne.

- Portrait de l'utilisation actuelle de la scie à chaîne;
- Rôles et responsabilités des employeurs et des travailleurs;
- Risques et mesures de prévention;
- Méthodes de travail sécuritaires :
 - Choix et préparation de l'outil :
 - Sécuriser l'environnement,
 - EPI,
 - Inspection avant utilisation,
 - Manœuvre et transport de l'outil,
 - Nettoyage, ajustement et entretien;
- Validation des connaissances;
- La débroussailleuse portative (en option).



5.11 Utilisation sécuritaire des ponts roulants et gréage

Format : Formation ministérielle

En vertu de l'article 254.1 du RSST, les travailleurs qui utilisent des ponts roulants doivent suivre une formation spécifique en matière de sécurité. Pour répondre aux exigences du règlement, l'APSSAP offre à sa clientèle un [cours](#) sur l'utilisation sécuritaire de cet équipement. Cette formation porte également sur les pratiques et les techniques sécuritaires de l'élingage, du gréage et des inspections.

Note : Il est possible d'ajouter une partie pratique avec des exercices portant sur l'utilisation des équipements du milieu. Cette formation peut être adaptée aux utilisateurs de palans de type monorail et aux activités d'élingage uniquement.

Objectif et déroulement

Faire connaître aux participants les risques liés à l'utilisation des ponts roulants et du gréage, ainsi que les mesures préventives appropriées et les amener à être conformes avec les lois, les règlements et les normes concernant la formation obligatoire, le levage des charges et le matériel adéquat.

- Les ponts roulants;
- Les équipements de gréage;
- Les sangles, les chaînes et les câbles;
- La charge et ses caractéristiques;
- Le gréage sécuritaire et les angles de levage;
- L'utilisation sécuritaire du pont roulant.

5.12 Prévention des chutes en hauteur et harnais

Format : Formation ministérielle

Dans plusieurs ministères et organismes, des travailleurs peuvent être amenés à effectuer du travail en hauteur. Ce type de travail est reconnu depuis longtemps comme étant une situation entraînant un nombre important d'accidents. L'utilisation du harnais est souvent privilégiée comme moyen de protection contre les chutes. Il existe des règles très claires à ce sujet, autant dans le *Règlement sur la santé et la sécurité du travail* (RSST) que dans le *Code de sécurité pour les travaux de construction* (CSTC). Cette [formation](#) vise donc à transmettre les connaissances aux participants concernant la réglementation, les équipements de prévention des chutes et la façon de les porter.

Note : Ce cours est suivi d'une partie pratique au cours de laquelle les participants doivent mettre en pratique les notions d'inspection et d'ajustement du harnais abordées lors des enseignements théoriques. Les participants sont donc invités à apporter leur harnais lors de la formation.

Objectif et déroulement

Faire connaître aux participants les risques liés au travail en hauteur et les mesures préventives appropriées, notamment concernant l'utilisation d'un harnais et des accessoires de raccordement.

- Les causes des accidents liés au travail en hauteur;
- La réglementation;
- L'élimination à la source des chutes de hauteur;
- Les moyens de protection collective;
- Les harnais;
- Les liaisons antichute;
- Les points d'ancrage;
- Le plan de sauvetage.

5.13 Utilisation sécuritaire des plateformes élévatrices mobiles de personnel (PEMP)

Format : Formation ministérielle

La nature des travaux en hauteur amène souvent l'utilisation d'équipement de levage. Certes plus pratique, l'utilisation de ces équipements comporte certains risques. Le contenu de cette [formation](#) est inspiré de la norme CSA B354. De plus, pour opérer l'engin de levage, l'employeur doit s'assurer que le travailleur a été informé au sujet de l'utilisation sécuritaire du harnais (art. 338 du RSST).

Note : Ce cours est suivi d'une partie pratique au cours de laquelle les participants doivent mettre en pratique les notions d'inspection de l'équipement disponible. La formation sera adaptée à l'équipement. La formation sera précédée d'une pré-visite pour s'assurer de la conformité et du bon état de l'équipement. Les



équipements de travail en hauteur devront aussi être disponibles lors de la formation. Les équipements de travail en hauteur devront aussi être disponibles lors de la formation. Un opérateur désigné devra être disponible pour la formation pour procéder aux mouvements de l'équipements. Le manuel du fabricant devra être disponible. L'opérateur devra connaître les procédures à suivre en cas d'urgence.

Objectif et déroulement

Former les travailleurs et les employeurs sur les principes d'utilisation sécuritaire des plateformes élévatrices et des nacelles. Cette formation n'est pas une formation d'opérateur. Compte-tenu des particularités de chacun des équipements, la portion « opération » appartient au propriétaire et au fournisseur.

- Connaître la réglementation et les responsabilités concernant les PEMP;
- Identifier les risques reliés à l'utilisation de ces équipements de levage des travailleurs;
- Être apte à inspecter ceux-ci de façon efficace avant de les utiliser;
- Connaître les règles d'utilisation sécuritaire des PEMP.

La formation *Utilisation sécuritaire d'un harnais* précède cette formation. Elle peut être donnée avant ou avec cette formation (voir syllabus sur l'utilisation sécuritaire d'un harnais pour plus de détails).

5.14 Formation des responsables d'essais d'ajustement (Fit-Test)

Format : Formation ministérielle

Cette [formation](#) permet de former des agents multiplicateurs dans les milieux afin de répondre à l'obligation prévue dans la norme *Choix, entretien et utilisation des respirateurs, CSA Z94.4-93*, citée à l'article 45 du *Règlement sur la santé et la sécurité du travail*, requérant que tous les utilisateurs de pièces faciales hermétiques aient réussi de manière satisfaisante un essai d'ajustement qualitatif ou quantitatif.

Note : Cette formation doit être appuyée par un Programme de protection respiratoire. L'APSSAP est disponible pour vous accompagner dans l'élaboration de ce programme.

Objectif et déroulement

Cette formation a, tout d'abord, pour objectif d'apprendre aux participants comment utiliser sécuritairement un appareil de protection respiratoire (APR) ainsi qu'à expliquer le contenu de formation à transmettre aux utilisateurs. Elle a également pour objectif d'enseigner aux participants les principes de l'essai d'ajustement (Fit test) et de mettre en application ces acquis lors d'essais d'ajustement qualitatifs réels.

- Cadre légale de la protection respiratoire;
- Rôles et responsabilités pour les formateurs et ajusteurs;
- Utilisation sécuritaire d'un appareil de protection respiratoire (APR) :
 - Qu'est-ce qu'un APR?
 - Quand l'utiliser?
 - Quelles sont les conditions à respecter pour l'utiliser?
 - Comment inspecter avant de l'utiliser?
 - Comment l'enfiler?
 - Comment vérifier son étanchéité?
 - Comment le retirer?
 - Quand le changer?
- Principe de l'essai d'ajustement :
 - Matériels et équipements,
 - Protocole d'ajustement d'un APR.

5.15 SIMDUT 2015

Format : Formation en ligne

Cette [formation](#) s'adresse à tous les travailleurs exposés à un produit dangereux ou susceptibles de l'être (transport, manutention, déversement, etc.) ainsi qu'aux Personnes-Ressources SIMDUT qui sont responsables du système d'information sur les matières dangereuses utilisées au travail (SIMDUT). Elle permet de les informer sur la nature des risques présents dans leur milieu de travail afin qu'elles puissent à leur tour informer les travailleurs de leurs établissements.

Objectif et déroulement

Cette formation en ligne d'une durée d'environ 90 minutes vous permettra de :

- Connaître les origines du SIMDUT;



- Identifier les éléments qui composent le SIMDUT;
- Reconnaître les lois reliées au SIMDUT;
- Comprendre les responsabilités des intervenants impliqués dans le SIMDUT;
- Réaliser l'importance et le rôle des fiches de données de sécurité;
- Saisir les sections des fiches de données de sécurité;
- Connaître et identifier les éléments apparaissant sur les étiquettes;
- Élaborer une étiquette du lieu de travail ou de l'employeur.

5.16 Utilisation sécuritaire des transpalettes électriques

Format : Formation en ligne

Dans plusieurs ministères et organismes, des travailleurs peuvent être amenés à cohabiter ou même utiliser un [transpalette électrique](#). Sa manipulation comporte des risques et son utilisation se réfère à une réglementation bien précise. Seul un cariste, travailleur formé, peut opérer cet équipement. Le transpalette électrique est considéré comme un chariot motorisé à petite levée, à conducteur accompagnant, selon la norme *B56 Safety Standard for Low Lift Truck B56.1 -1993* mentionnées à l'article 256 du *Règlement sur la santé et la sécurité du travail*. Ainsi, la réglementation qui s'applique au chariot élévateur s'applique aussi au transpalette électrique.

Note : Pour compléter la formation, l'ajout d'une portion pratique pour valider l'application des principes de sécurité est obligatoire. La pratique doit être réalisée avec le type de transpalette électrique qui sera utilisé dans l'environnement de travail et se déroule en deux temps. D'abord, elle se déroule à l'extérieur de la zone réservée aux opérations courantes et dans un deuxième temps, elle se réalise dans la zone habituelle de travail.

Objectif et contenu de la formation

L'objectif de cette formation consiste à reconnaître les risques et les mesures de prévention reliés à l'utilisation des transpalettes électriques. Au terme de cette formation, vous serez en mesure :

- D'établir le cadre légal associé à l'utilisation du transpalette électrique;
- De reconnaître le rôle et les responsabilités du cariste;
- D'identifier les composantes et effectuer l'inspection du transpalette électrique;
- De reconnaître les techniques sécuritaires et les bonnes pratiques à adopter.

5.17 Transport des matières dangereuses (TMD)

Format : Formation en ligne

Le transport des matières dangereuses (TMD) est régi par le Règlement sur le transport des matières dangereuses. Les commis à l'expédition, magasiniers, travailleurs, superviseurs, camionneurs, et toute personne concernée par le transport des matières dangereuses doit répondre aux exigences de formation de ce règlement. Cette [formation](#) permet de rencontrer les exigences pour le transport routier. Cette formation comporte un examen théorique pour l'obtention d'un certificat de formation, ayant une échéance de 3 ans. Une note de passage de 70% est demandée.

Objectif et contenu de la formation

Au terme de cette formation, vous serez en mesure de reconnaître les obligations légales associées au transport routier des matières dangereuses :

- Comprendre les responsabilités des acteurs concernés;
- Connaître la classification des matières dangereuses;
- Comprendre les indications de danger sur les emballages;
- Connaître les mesures lors de rejet accidentel;
- Utiliser un document d'expédition.

5.18 Inspections avant utilisation

Format : Formation en ligne

Ces [courtes capsules vidéo](#) s'adressent aux travailleurs, aux superviseurs et aux membres du comité de santé et de sécurité qui souhaitent obtenir de l'information ou un rafraîchissement des connaissances sur la manière d'effectuer une inspection quotidienne avant l'utilisation d'un équipement. Avant toute utilisation, il est essentiel que l'utilisateur s'assure du bon fonctionnement de l'équipement afin de garantir sa propre

Nouveauté!



sécurité ainsi que celle des autres. En intégrant cette inspection à vos pratiques quotidiennes, vous contribuerez activement à un environnement de travail plus sécuritaire.

Note : Les participants doivent avoir l'autorisation de leur gestionnaire pour s'inscrire à la formation.

Objectif et contenu de la formation

Ces capsules vidéo vous permettront d'être en mesure de réaliser une inspection préalable à l'utilisation d'un équipement en appliquant les bonnes pratiques. Vous pourrez identifier les anomalies et agir efficacement pour réduire les risques liés aux équipements défectueux.

Les capsules vidéo informatives abordent les sujets suivants :

L'inspection quotidienne d'un chariot élévateur (6 min)

- L'inspection visuelle (à l'arrêt);
- L'inspection au fonctionnement (en marche);
- Le changement de la bonbonne de propane.

L'inspection quotidienne d'un pont roulant (6 min)

- L'inspection visuelle (hors tension);
- L'inspection au fonctionnement (sous tension);
- L'inspection des accessoires de levage :
 - Les élingues synthétiques,
 - Les élingues en chaîne et les maillons de chaîne,
 - Les élingues en câble d'acier;

L'inspection avant utilisation d'un appareil de protection respiratoire (demi-masque), entretien et entreposage (6 min)

- L'inspection avant utilisation :
 - La pièce faciale,
 - Les jeux de brides,
 - Les soupapes d'inhalation et d'expiration,
 - Les éléments d'épuration;
- L'entretien après usage;
- Le nettoyage en profondeur (solutions de nettoyage et désinfection);
- L'entreposage sécuritaire.



ASFETM

<https://asfetm.com/repertoire-de-formations/>

(Toutes les formations se trouvent dans le répertoire ci-dessus, donc le lien ne sera pas répété.)

1. Appareils de levage de charges

1.1 Utilisation sécuritaire des chariots élévateurs

Format : Présentiel (session privée et session publique), À distance (session privée et session publique), Formation formateur

Également disponible en anglais et en espagnol.

Objectifs

Au terme de cette formation, le participant sera en mesure de :

- Reconnaître les risques inhérents à l'utilisation des chariots élévateurs;
- Identifier les risques propres à l'environnement de travail;
- Distinguer les particularités des différents types de chariots utilisés dans l'établissement;
- Mettre en pratique les méthodes de travail sécuritaires.

Plan de formation

- Réglementation et normes (CSA B335-15, ANSI/ITSDF B56.1, ANSI/ITSDF B56.6);
- Identification des risques;
- Composantes des chariots élévateurs;
- Points d'inspection et manœuvres sécuritaires;
- Évaluation théorique des connaissances des participants;
- Évaluation pratique sécuritaire individuelle.

1.2 RAPPEL : Utilisation sécuritaire des chariots élévateurs

Format : Présentiel (session privée), À distance (session privée), En ligne (asynchrone)

Objectifs

Au terme de cette formation, le participant sera en mesure de :

- Reconnaître les risques associés à l'utilisation des chariots élévateurs;
- Appliquer les principes liés à la stabilité;
- Mettre en pratique les méthodes de travail sécuritaires.

Plan de formation

- Définition d'équilibre, points d'appuis, centre de gravité;
- Manœuvres sécuritaires;
- Points d'inspection.

1.3 Utilisation sécuritaire des transpalettes électriques

Format : Présentiel (session privée), À distance (session privée), En ligne (asynchrone)

Objectifs

Au terme de cette formation, le participant sera en mesure :

- Inspecter un transpalette électrique en utilisant une fiche d'inspection;
- Identifier les commandes et dispositifs de sécurité des transpalettes électriques et décrire leur utilisation;
- Identifier les procédures de travail sécuritaires.

Note : Un transpalette électrique est un chariot élévateur au sens du *Règlement sur la santé et la sécurité du travail*. Ce contenu de formation vise donc à répondre aux exigences de ce règlement auquel tous les employeurs du Québec doivent se soumettre depuis janvier 2007 (article 256.3 Formation du cariste). Il s'adresse aux participants qui ont déjà une expérience pratique d'opération d'un transpalette électrique. Pour



les participants qui n'ont aucune expérience d'opération de cet équipement au moment du cours, une période d'apprentissage supervisé doit être prévue

L'évaluation pratique de l'ASFETM a été conçue à partir de la formation théorique de l'a. 256.3 1^o, et vise à vérifier que le participant, qui sait opérer, a bien compris l'application et les principes de l'utilisation sécuritaire du chariot élévateur. L'employeur a la responsabilité de compléter sa formation pratique.

Ce contenu peut être enrichi de notions sur l'utilisation sécuritaire des tracteurs de manutention (aussi appelés « mules ») à conducteur accompagnant ou porté debout.

1.4 Utilisation sécuritaire des chariots tout terrain à mât télescopique

Format : Présentiel (session privée), À distance (session privée)

Objectifs

Au terme de cette formation, le participant sera en mesure de :

- Nommer les composantes de l'équipement;
- Expliquer les principes de stabilité et évaluer le rayon d'action du chariot élévateur;
- Nommer tous les éléments d'inspection;
- Décrire les règles de circulation, de gerbage et dégerbage, de chargement et déchargement, de changement de la bouteille de gaz et les consignes de début et de fin de travail.

Note : Ce contenu de formation vise à répondre aux exigences du *Règlement sur la santé et la sécurité du travail* auquel tous les employeurs du Québec doivent se soumettre (article 256.3 Formation du cariste). Il s'adresse aux participants qui ont déjà une expérience pratique d'opération de chariots élévateurs. Pour les participants qui n'ont aucune expérience d'opération de chariots élévateurs au moment du cours, une période d'apprentissage supervisé doit être prévue.

L'évaluation pratique de l'ASFETM a été conçue à partir de la formation théorique de l'a. 256.3 1^o, et vise à vérifier que le participant, qui sait opérer, a bien compris l'application et les principes de l'utilisation sécuritaire du chariot élévateur. L'employeur a la responsabilité de compléter sa formation pratique.

1.5 Utilisation sécuritaire des élingues et des ponts roulants

Format : Présentiel (session privée et session publique), À distance (session privée et session publique), Formation formateur

Également disponible en anglais et en espagnol.

Objectifs

Au terme de cette formation, le participant sera en mesure de :

- Se référer à la loi et aux règlements pertinents;
- Reconnaître les risques inhérents à l'utilisation des élingues et ponts roulants;
- Identifier les risques propres à l'environnement de travail;
- Comprendre les caractéristiques du matériel utilisé;
- Appliquer les douze tâches de l'élingueur.

Plan de formation

- Réglementation et normes (CSA B167 et série ASME B30);
- Identification des risques;
- Description des différents types d'appareils et d'accessoires de levage (élingues, chaînes, etc.) utilisés dans l'établissement;
- Douze tâches de l'élingueur pour des manœuvres sécuritaires;
- Présentation des points d'inspection;
- Évaluation théorique des connaissances des participants;
- Évaluation pratique sécuritaire individuelle.

1.6 RAPPEL : Utilisation sécuritaire des élingues et des ponts roulants

Format : Présentiel (session privée), À distance (session privée)

Objectifs

Au terme de cette formation, le participant sera en mesure de :

- Reconnaître les risques inhérents à l'utilisation des élingues, ponts roulants et palans;



- Appliquer les douze tâches de l'élingueur.

Plan de formation

- Définition de perte de charge, centre de gravité;
- Douze tâches de l'élingueur pour des manœuvres sécuritaires;
- Points d'inspection.

1.7 Utilisation sécuritaire des palettiers

Format : Présentiel (session privée)

Objectifs

Au terme de cette formation, le participant sera en mesure de :

- Reconnaître les risques inhérents à l'utilisation des palettiers;
- Identifier les risques propres à l'environnement de travail;
- Nommer les composantes des palettiers à chargement frontal et leurs fonctions;
- Mettre en pratique les méthodes de travail sécuritaires.

Plan de formation

- Réglementation et normes (CSA A344.1, CSA A344.2);
- Identification des risques;
- Composantes des palettiers à chargement frontal et leurs fonctions;
- Points d'inspection et des manœuvres sécuritaires;
- Exercice d'inspection de palettiers en usine.

2. Cadenassage, sécurité des machines et risques électriques

2.1 Cadenassage : procédure

Format : Présentiel (session privée et session publique), À distance (session privée et session publique)

Objectifs

Au terme de cette formation, le participant sera en mesure de :

- Reconnaître l'importance de l'application du cadenassage;
- Identifier les étapes d'application du cadenassage;
- Reconnaître les situations où d'autres méthodes de contrôle des énergies peuvent s'appliquer.

Plan de formation

- Loi et réglementation;
- Planification du travail de cadenassage de l'équipement;
- Identification des sources d'énergies versus les points de coupure et moyens de contrôle;
- Séquence-type de cadenassage et application d'une procédure.

2.2 Cadenassage : programme

Format : Présentiel (session privée et session publique), À distance (session privée et session publique)

Objectifs

Au terme de cette formation, le participant sera en mesure de :

- Décrire les éléments d'un programme de cadenassage et autres méthodes de contrôle des énergies (CAMCE);
- Suivre les étapes de l'élaboration ou la mise à jour d'un CAMCE;
- Prévoir des moyens pour assurer la pérennité et l'amélioration d'un CAMCE.

Plan de formation

- Loi, réglementation et norme (CSA Z460);
- Planification du travail de cadenassage sur l'équipement;
- Identification des sources d'énergie versus les points de coupure et moyens de contrôle;
- Séquence-type de cadenassage et application d'une procédure;
- Élaboration d'un programme à suivre pour réaliser un travail de cadenassage;
- Étude de cas d'accident.



Note : L'ASFETM recommande fortement à chaque établissement inscrit à cette formation de se procurer la norme [CSA Z460](#).

2.3 Sécurité des machines : analyse et réduction du risque

Format : Présentiel (session privée et session publique), À distance (session privée et session publique)

Objectifs

Au terme de cette formation, le participant sera en mesure de :

- Se référer à la loi et réglementation pertinentes;
- Identifier et d'apprécier les risques;
- Comprendre l'application de l'analyse du risque dans une démarche de prévention
- Identifier les différents types de dispositifs de protection et leurs caractéristiques;
- Effectuer la sélection de dispositifs de protection adéquats;
- Appliquer la méthode d'appréciation des risques pour déterminer les risques associés à divers types de machines;
- Identifier, lorsque requis, la catégorie ou le niveau de performance requis des dispositifs de protection.

Plan de formation

- Loi et réglementation;
- Définition des notions de risque et de danger;
- Analyse et gestion du risque;
- Composantes et indice de risque;
- Choix de la protection appropriée en lien avec l'analyse du risque;
- Caractéristiques des différents types de protecteurs et dispositifs de protection;
- Circuits de commandes et niveaux de performance.

2.4 Sécurité des machines pour opérateurs

Format : Présentiel (session privée), À distance (session privée), En ligne (asynchrone)

Objectifs

Au terme de cette formation, le participant sera en mesure de :

- Identifier les protecteurs et dispositifs de protection requis sur les machines (importance, fonctions, utilisation, inspection);
- Mettre en pratique les consignes de sécurité lors de l'opération des machines;
- Comprendre les limites des protecteurs et dispositifs de protection vs l'application du cadenassage.

Plan de formation

- Loi et réglementation;
- Protecteurs et dispositifs de protection requis sur les machines : utilisation, ajustement, inspection visuelle;
- Dispositifs de commande et d'arrêt, incluant l'arrêt d'urgence;
- Consignes de sécurité.

2.5 Sécurité des machines pour personnel de maintenance

Format : Présentiel (session privée), À distance (session privée)

Objectifs

Au terme de cette formation, le participant sera en mesure de :

- Se référer aux loi et réglementation pertinentes;
- Identifier les protecteurs et dispositifs de protection requis sur les machines et (importance, fonctions, utilisation, inspection);
- Mettre en pratique les consignes de sécurité lors de l'opération des machines;
- Comprendre les limites des protecteurs et dispositifs de protection vs l'application du cadenassage;
- Comprendre les notions d'analyse du risque et de fiabilité des dispositifs de protection.



Plan de formation

- Introduction à la réglementation;
- Présentation de différents types de protecteurs et dispositifs et leurs caractéristiques;
- Introduction aux circuits de commande sécuritaires : principes de base.

2.6 Risques électriques : procédure

Format : Présentiel (session privée et session publique), À distance (session privée et session publique)

Objectifs

Au terme de cette formation, le participant sera en mesure de :

- Identifier les dangers lors de travaux sur des équipements ou appareillages électriques;
- Expliquer les principales implications de la réglementation pour l'employeur et les travailleurs;
- Appliquer une méthode de travail sécuritaire lors de travaux de nature électrique.

Plan de formation

- Définition de choc et éclat d'arc;
- Principales causes d'accident de nature électrique;
- Introduction à la réglementation : LSST, RSST, Code criminel, Code de l'électricité du Québec;
- Méthodes de travail sécuritaires (norme CSA Z462) :
 - Situation de travail sans danger électrique,
 - Travail sous tension,
 - Fiche de planification des travaux électriques.

2.7 Risques électriques : programme

Format : Présentiel (session privée et session publique), À distance (session privée et session publique)

Objectifs

Au terme de cette formation, le participant sera en mesure de :

- Décrire les éléments d'un programme de sécurité électrique (PSÉ);
- Suivre les étapes de l'élaboration ou la mise à jour d'un PSÉ;
- Prévoir des moyens pour assurer la pérennité et l'amélioration d'un PSÉ (incluant la détermination des périmètres de sécurité et le port des équipements de protection individuelle appropriés à la tâche et à l'appareillage).

Plan de formation

- Généralités (portée, définitions, rôles et responsabilités);
- Planification (revue initiale, analyse de risques, exigences, objectifs, facteurs humains);
- Mise en œuvre (état de santé, prévention/protection, entretien, urgences);
- Activités connexes (communication, gestion du changement, achats et contrats, documentation, évaluations).

Note : L'ASFETM recommande fortement à chaque établissement inscrit à cette formation de se procurer la norme [CSA Z462](#).

2.8 Prévention des risques électriques pour personnel non électro

Format : Présentiel (session privée), À distance (session privée), En ligne (asynchrone)

Objectifs

Au terme de cette formation, le participant sera en mesure de :

- Reconnaître les principaux intervenants et leurs responsabilités;
- Identifier les dangers électriques;
- Associer des stratégies de prévention à des risques électriques;
- Énumérer les règles de prévention de base mises en place par le personnel électrique.

Plan de formation

- Rôles et responsabilités des différents intervenants;
- Causes et effets sur la santé des chocs et des arcs électriques;
- Risques et moyens de prévention relatifs aux équipements et emplacements dans un établissement;



- Pratiques sécuritaires selon certaines tâches à effectuer.

Note : Cette formation n'est pas destinée aux électriciens, électromécaniciens et techniciens qui doivent intervenir dans un panneau électrique alimenté ou non.

3. Comité de santé et de sécurité (CSS) et activités de prévention

3.1 Fonctions du comité de santé et de sécurité (CSS)

Format : Présentiel (session privée), À distance (session privée)

Également disponible en anglais.

Objectifs

Au terme de cette formation, le participant sera en mesure de :

- Reconnaître le rôle et les fonctions du CSS dans l'organisation;
- Définir (ou réviser) le mandat du CSS;
- Mettre en pratique les outils de tenue efficace de réunion.

Plan de formation

- Loi et réglementation;
- Rôle et fonctions du CSS et de chacun de ses membres;
- Meilleures pratiques de réunion : ordre du jour, procès-verbal, thèmes types, etc.;
- Rédaction d'un ordre du jour de réunion (réelle ou fictive).

3.2 Prévention des blessures

Format : Présentiel (session privée), À distance (session privée)

Objectifs

Au terme de cette formation, le participant sera en mesure de :

- Se référer aux loi et réglementation pertinentes;
- Nommer les conséquences possibles d'une blessure, même mineure;
- Identifier les risques présents dans les tâches quotidiennes;
- Intervenir, soit directement, soit en collaboration avec l'employeur, dans une démarche d'identification, d'élimination ou de contrôle des risques.

Plan de formation

- Loi et réglementation;
- Conséquences d'une blessure, même mineure;
- Démarche d'identification des risques;
- Hiérarchie de prévention des risques d'accident.

3.3 Prévention des blessures aux doigts et aux mains

Format : Présentiel (session privée), À distance (session privée)

Objectifs

Au terme de cette formation, le participant sera en mesure de :

- Se référer à la loi et réglementation pertinentes;
- Nommer les conséquences possibles d'une blessure aux doigts et aux mains, même mineure;
- Identifier les risques présents dans les tâches quotidiennes;
- Intervenir, soit directement, soit en collaboration avec l'employeur, dans une démarche d'identification, d'élimination ou de contrôle des risques.

Plan de formation

- Loi et réglementation;
- Conséquences d'une blessure aux doigts et aux mains, même mineure;
- Démarche d'identification des risques;
- Hiérarchie de prévention des risques d'accident.



3.4 Analyse de la sécurité de la tâche (AST)

Format : Présentiel (session privée), À distance (session privée)

Objectifs

Au terme de cette formation, le participant sera en mesure de :

- Situer l'analyse de la sécurité de la tâche (AST) dans une démarche de prévention des accidents;
- Cibler les tâches à analyser;
- Identifier les risques reliés aux tâches à analyser;
- Suivre les étapes nécessaires à la réalisation d'une analyse de la sécurité de la tâche.

Plan de formation

- Loi et réglementation;
- Étapes de réalisation et rédaction d'une AST;
- Implantation en milieu de travail et retombées possibles;
- Exercice pratique d'une AST sur une tâche au choix de l'établissement.

3.5 Inspection préventive

Format : Présentiel (session privée), À distance (session privée)

Objectifs

Au terme de cette formation, le participant sera en mesure de :

- Reconnaître les droits et obligations de l'employeur et des travailleurs;
- Identifier les principaux facteurs de danger présents dans le milieu de travail;
- Mettre en pratique les étapes de réalisation d'une inspection préventive;
- Appliquer une procédure administrative menant à la suppression rapide des facteurs de danger en milieu de travail.

Plan de formation

- Droits et obligations des différents intervenants;
- Facteurs de danger en milieu de travail;
- Caractéristiques de l'inspection préventive;
- Exercices d'inspection en milieu de travail (au choix de l'établissement).

3.6 Enquête et analyse d'accident

Format : Présentiel (session privée), À distance (session privée), En ligne (asynchrone)

Également disponible en anglais.

Objectifs

Au terme de cette formation, le participant sera en mesure de :

- Réaliser une enquête d'accident;
- Recommander les correctifs nécessaires à l'élimination ou au contrôle des dangers;
- Prévoir des moyens de contrôle pour en assurer la permanence.

Plan de formation

- Loi et réglementation;
- Définitions : enquête, fait, événement, avis d'accident, etc.;
- Étapes de l'enquête et de l'analyse;
- Recherche de solutions;
- Recommandations et suivi.

4. Gestion de la SST

4.1 La SST, c'est l'affaire de tous

Format : En ligne (asynchrone)

Objectifs

Au terme de cette formation, le participant sera en mesure de :



- Définir la prévention en santé et sécurité du travail :
 - Identifier les conséquences d'une lésion professionnelle,
 - Décrire l'importance de la prévention,
 - Définir les catégories de risques;
- Identifier les rôles et responsabilités de l'employeur, du comité de santé et de sécurité (CSS) et du travailleur en prévention;
- Identifier les conditions de succès pour intégrer la santé et la sécurité au travail :
 - Résumer l'importance de la participation de tous dans les activités de prévention ;
 - Décrire les bénéfices de la collaboration et du paritarisme.

4.2 Loi C-21 sur la responsabilité pénale des organisations

Format : Présentiel (session privée), À distance (session privée), En ligne (asynchrone)

Objectifs

Au terme de cette formation, le participant sera en mesure de :

- Comprendre les implications de la *Loi C-21* (Code criminel) qui traite de la responsabilité pénale des organisations en matière de santé et sécurité du travail;
- Reconnaître les composantes de la diligence raisonnable : les devoirs de prévention, d'efficacité et d'autorité.

Plan de formation

- Portrait de la SST au Québec et la *Loi C-21*;
- Présentation de la *Loi sur la santé et la sécurité du travail*;
- Distinction entre codes criminel et pénal.

4.3 Mieux-être psychologique au travail

Format : Présentiel (session privée), À distance (session privée)

Également disponible en anglais.

Objectifs

Au terme de cette formation, le participant sera en mesure de :

- Comprendre les notions de « mal-être » et de « bien-être »;
- Reconnaître les symptômes et les causes du stress, de même que les situations (professionnelles et personnelles) pouvant y mener;
- Identifier les façons de prévenir le stress et le mal-être;
- Mettre en place des moyens de prévention en milieu de travail.

Plan de formation

- Identification de facteurs influençant le bien-être;
- Stress humain : son mécanisme, les situations qui le favorisent et les moyens de le prévenir;
- Moyens pour maintenir l'équilibre et le bien-être.

4.4 Prévenir le harcèlement par la civilité au travail

Format : En ligne (asynchrone)

Objectifs

Au terme de cette formation, le participant sera en mesure de :

- Reconnaître les critères qui constituent le harcèlement psychologique;
- Définir le harcèlement sexuel;
- Distinguer l'incivilité du harcèlement et comment la prévenir.

Plan de formation

- Loi et réglementation;
- Harcèlement psychologique et harcèlement sexuel;
- Civilité;
- Facteurs de risque;
- Conséquences de l'incivilité.



4.5 Comprendre le harcèlement psychologique et sexuel pour le prévenir

Format : En ligne (asynchrone)

Objectifs

Au terme de cette formation, le participant sera en mesure de :

- Nommer les lois et règlements applicables ainsi que les droits et obligations de l'employeur et des employés en matière de harcèlement psychologique;
- Identifier les conduites pouvant constituer du harcèlement psychologique;
- Élaborer une politique visant la prévention du harcèlement psychologique.

Plan de formation

- Lois et réglementation;
- Droits et obligations;
- Formes de harcèlement;
- Mesures administratives et disciplinaires;
- Politique de prévention et de gestion.

4.6 Risques biologiques (COVID)

Format : Présentiel (session privée), À distance (session privée)

Objectifs

Au terme de cette formation, le participant sera en mesure de :

- Identifier les risques biologiques en milieu de travail;
- Appliquer les mesures préventives.

Plan de formation

- Types de risques biologiques et modes de propagation;
- Impacts des risques biologiques sur la santé, la vie personnelle et l'entreprise;
- Description des mesures préventives.

5. Ergonomie

5.1 Troubles musculo-squelettiques (TMS)

Format : Présentiel (session privée)

Également disponible en anglais.

Objectifs

Au terme de cette formation, le participant sera en mesure de :

- Comprendre les notions de base de la biomécanique et de l'ergonomie;
- Comprendre les principes de prévention des TMS;
- Identifier, au travail, les situations exigeantes au niveau ergonomique;
- Appliquer les mesures correctives spécifiques aux tâches effectuées.

Plan de formation

- Notions de zones de confort et postures neutres;
- Seuil de tolérance (traumatisme vs TMS);
- Description des types de blessures ou de TMS : bursite, entorse, hernie, etc.;
- Mesures préventives (ajustement de la posture, utilisation d'outils adéquats, micropauses et exercices, etc.).

Note : Peut être jumelée à la formation « Maux de dos ».

5.2 Maux de dos

Format : Présentiel (session privée)

Également disponible en anglais.

Objectifs

Au terme de cette formation, le participant sera en mesure de :



- Comprendre les notions de base de la biomécanique et de l'ergonomie;
- Comprendre les principes de prévention des maux de dos;
- Identifier, au travail, les situations exigeantes au niveau ergonomique;
- Appliquer les mesures correctives spécifiques aux tâches effectuées.

Plan de formation

- Notions de zones de confort et postures neutres;
- Introduction aux principes du fonctionnement mécanique du dos;
- Mesures préventives (ajustement de la posture, utilisation d'outils adéquats, micropauses et exercices, etc.).

Note : Peut être jumelée à la formation « Troubles musculo-squelettiques ».

5.3 Ergonomie de bureau

Format : Présentiel (session privée), À distance (session privée)

Objectifs

Au terme de cette formation, le participant sera en mesure de :

- Comprendre les principes de base de l'ergonomie de bureau;
- Identifier les risques inhérents;
- Déterminer et effectuer les ajustements requis à leur poste de travail.

Plan de formation

- Notions ergonomiques : plan de travail, chaise, écran, clavier, éclairage, etc.;
- Démonstration d'ajustement d'une chaise de travail;
- Visionnement d'une vidéo et analyse en groupe;
- Analyse d'un poste de travail type.

6. Espaces clos

6.1 Espace clos : procédure

Format : Présentiel (session privée et session publique), À distance (session privée et session publique), En ligne (asynchrone)

Objectifs

Au terme de cette formation, le participant sera en mesure de :

- Se référer à la réglementation concernant le travail en espace clos;
- Reconnaître les différentes situations de travail en espace clos;
- Identifier les risques associés à chaque situation de travail;
- Mettre en pratique la procédure de travail en espace clos.

Plan de formation

- Loi et réglementation;
- Définition du travail en espace clos;
- Risques généraux associés au travail en espace clos;
- Mesures préventives;
- Description d'une procédure de travail en espace clos et des mesures d'urgence.

Note : Il est possible d'ajouter une simulation d'entrée dans un espace clos à cette formation (7h).

6.2 Espace clos : programme

Format : Présentiel (session privée et session publique), À distance (session privée et session publique)

Objectifs

Au terme de cette formation, le participant sera en mesure de :

- Décrire les éléments d'un programme de travail en espace clos;
- Suivre les étapes de l'élaboration ou la mise à jour d'un programme de travail en espace clos;
- Prévoir des moyens pour assurer la pérennité et l'amélioration d'un programme de travail en espace clos.



Plan de formation

- Généralités (portée, définitions, rôles et responsabilités);
- Planification (revue initiale, analyse de risques, exigences, objectifs, facteurs humains);
- Mise en œuvre (état de santé, prévention / protection, entretien, urgences);
- Activités connexes (communication, gestion du changement, achats et contrats, documentation, évaluations).

7. Matières dangereuses

7.1 SIMDUT (système d'information sur les matières dangereuses utilisées au travail)

Format : Présentiel (session privée et session publique), À distance (session privée et session publique), En ligne (asynchrone), Formation formateur

Également disponible en anglais et en espagnol.

Objectifs

Au terme de cette formation, le participant sera en mesure de :

- Comprendre les risques associés à la présence de matières dangereuses;
- Identifier les catégories de produits dangereux SIMDUT 2015 et les signaux de danger correspondants;
- Interpréter le contenu des étiquettes du fournisseur et du lieu de travail, de même que l'information disponible sur les fiches de données de sécurité;
- Mettre en pratique les mesures préventives ou correctrices nécessaires.

Plan de formation

- Réglementation;
- Classes de dangers et risques associés;
- Pictogrammes, étiquettes et fiches de données de sécurité (FDS);
- Mesures préventives et correctrices.

7.2 TMD (transport des marchandises dangereuses)

Format : Présentiel (session privée et session publique), À distance (session privée et session publique), En ligne (asynchrone)

Objectifs

Au terme de cette formation, le participant sera en mesure :

- Reconnaître les exigences et responsabilités qu'impose le règlement sur le TMD (RTMD);
- Identifier la classification des marchandises dangereuses selon le règlement;
- Interpréter correctement les étiquettes, plaques et autres indications identifiant les marchandises dangereuses;
- Lire et remplir un document d'expédition;
- Mettre en pratique les mesures minimales de manutention, d'emballage et d'arrimage des marchandises dangereuses, de même que les mesures d'urgence minimales à prendre lors d'un rejet accidentel de matières dangereuses lors du transport.

Plan de formation

- Réglementation, définition et application du TMD;
- Responsabilités de l'expéditeur et du transporteur;
- Classes, divisions et groupes d'emballages des marchandises dangereuses;
- Indications de danger (étiquettes et plaques);
- Exigences particulières (quantités limitées, exemptions, etc.).

Note : Cette formation comporte un examen théorique pour l'obtention du certificat de formation prescrit par le *Règlement sur le transport des marchandises dangereuses*, ayant une échéance de 3 ans. Note requise de passage : 80%.



8. Protection respiratoire

8.1 Protection respiratoire : procédure

Format : Présentiel (session privée et session publique), À distance (session privée et session publique), Formation formateur

Objectifs

Au terme de cette formation, le participant sera en mesure de :

- Se référer à la réglementation pertinente;
- Identifier les dangers respiratoires en milieu de travail;
- Reconnaître les différents types d'appareils de protection respiratoire;
- Mettre en pratique les procédures d'inspection, d'entretien, de remplacement des pièces et de rangement des appareils de protection respiratoire.

Plan de formation

- Réglementation et normes;
- Risques en milieu de travail;
- Description des appareils de protection respiratoire;
- Fonctionnement et utilisation de l'appareil de protection respiratoire approprié.

Note : En vertu de la norme CSA-Z94.4-11 citée à l'article 45 du *Règlement sur la santé et la sécurité du travail*, le rappel de formation de tout travailleur qui doit porter un respirateur est aux deux ans.

8.2 Protection respiratoire : programme

Format : Présentiel (session privée et session publique), À distance (session privée et session publique)

Objectifs

Au terme de cette formation, le participant sera en mesure de :

- Décrire les éléments d'un programme de protection respiratoire (PPR);
- Suivre les étapes de l'élaboration ou la mise à jour d'un PPR;
- Prévoir des moyens pour assurer la pérennité et l'amélioration d'un PPR.

Plan de formation

- Généralités (portée, définitions, rôles et responsabilités);
- Planification (revue initiale, analyse de risques, exigences, objectifs, facteurs humains);
- Mise en œuvre (état de santé, prévention / protection, entretien, urgences);
- Activités connexes (communication, gestion changements, achats et contrats, documentation, évaluations).

Note : Pour l'essai d'ajustement qualitatif, les participants doivent être rasés de près, munis de leur appareil de protection respiratoire et d'un kit d'essai d'ajustement, afin de les habiliter à effectuer ces tests à leur établissement.

8.3 Utilisation des équipements de protection respiratoire (ÉPR)

Format : Présentiel (session privée)

Objectifs

Au terme de cette formation, le participant sera en mesure de :

- Reconnaître les différents types d'appareils de protection respiratoire;
- Mettre en pratique les procédures d'inspection, d'ajustement, d'entretien, de remplacement des pièces et de rangement de leurs appareils de protection respiratoire.

Plan de formation

- Appareils de protection respiratoire;
- Fonctionnement et utilisation de l'appareil de protection respiratoire approprié;
- Essai d'ajustement.

Note : Pour l'essai d'ajustement qualitatif, les participants doivent être rasés de près, munis de leur appareil de protection respiratoire et d'un kit d'essai d'ajustement, afin de les habiliter à effectuer ces tests à leur établissement.



En vertu de la norme CSA-Z94.4-11 citée à l'article 45 du *Règlement sur la santé et la sécurité du travail*, le rappel de formation de tout travailleur qui doit porter un respirateur est aux deux ans.

9. Risques physiques

9.1 Prévention auditive

Format : Présentiel (session privée), À distance (session privée)

Objectifs

Au terme de cette formation, le participant sera en mesure de :

- Comprendre les risques associés à une exposition excessive au bruit et l'importance du port de protecteurs auditifs;
- Identifier les opportunités d'élimination et de réduction de bruit à la source;
- Utiliser les protecteurs auditifs de façon à en augmenter l'efficacité.

Plan de formation

- Réglementation;
- Notions d'anatomie de l'oreille et des effets du bruit sur la santé;
- Situations à risque en milieu de travail et mesures de prévention;
- Types de protecteurs auditifs et leurs caractéristiques;
- Activité pratique d'essai et d'ajustement qualitatif de protecteur auditif conformément aux nouvelles exigences du RSST.

9.2 Électricité statique : prévention des risques

Format : Présentiel (session privée), À distance (session privée)

Également disponible en anglais.

Objectifs

Au terme de cette formation, le participant sera en mesure de :

- Identifier les risques associés à l'électricité statique;
- Comprendre comment se forme l'électricité statique;
- Mettre en pratique les moyens de prévention des risques de l'électricité statique.

Plan de formation

- Loi et réglementation concernant l'électricité statique;
- Notions de base sur l'électricité statique;
- Distinction entre électricité statique et électricité dynamique;
- Triangle d'inflammabilité;
- Risques associés à l'électricité statique;
- Moyens de prévention.

9.3 Sensibilisation aux risques des lasers

Format : Présentiel (session privée), À distance (session privée)

Objectifs

Au terme de cette formation, le participant sera en mesure de :

- Se familiariser avec les principes de base du laser;
- Comprendre les risques à la santé des lasers;
- Identifier les mesures préventives nécessaires.

Plan de formation

- Description du laser et dangers associés au rayonnement du laser;
- Étiquettes et classification des lasers;
- Effets sur la santé;
- Moyens de protection;
- Rôles et responsabilités.

Note : Cette formation doit être approuvée par l'agent de sécurité laser de l'établissement.



10. Soudage et activités connexes

10.1 Utilisation sécuritaire des gaz comprimés

Format : Présentiel (session privée), À distance (session privée)

Objectifs

Au terme de cette formation, le participant sera en mesure de :

- Reconnaître les types de gaz comprimés en fonction des tâches à exécuter;
- Identifier les risques associés à l'utilisation de ces gaz;
- Éliminer les risques particuliers à certains gaz;
- Mettre en pratique les consignes de sécurité à suivre lors du déplacement des bouteilles de gaz comprimés, de leur utilisation et de leur entreposage;
- Sélectionner les équipements de protection individuelle et collective appropriés.

Plan de formation

- Réglementation et normes;
- Caractéristiques des types de gaz utilisés et risques associés;
- Mesures préventives :
 - Règles de sécurité lors du transport et du déplacement des bouteilles;
 - Règles de sécurité avant et durant l'utilisation des bouteilles;
 - Entreposage sécuritaire;
- Équipement de protection individuelle et collective.

10.2 Prévention des risques du métier de soudeur

Format : Présentiel (session privée), À distance (session privée)

Objectifs

Au terme de cette formation, le participant sera en mesure de :

- Reconnaître les risques associés à la pratique du métier de soudeur;
- Appliquer les différents moyens de prévention et de contrôle des risques.

Plan de formation

- Réglementation et normes;
- Utilisation sécuritaire des gaz comprimés et le SIMDUT;
- Risques (bruit, champ électromagnétique, chocs électriques, ergonomie, fumées de soudage, incendie et explosion, rayonnements et brûlures, etc.);
- Mesures de prévention applicables pour chacun de ces risques;
- Particularités de certains procédés;
- Équipements de protection individuelle.

Note : Seules les opérations de soudage régulières à des postes fixes sont présentées dans cette formation. Certaines opérations particulières (soudage par résistance, faisceau laser, système robotisé, etc.) ne sont pas traitées lors de la session et devraient faire l'objet de formations supplémentaires, si requis.

10.3 Travail à chaud : réglementation et permis

Format : Présentiel (session privée), À distance (session privée)

Objectifs

Au terme de cette formation, le participant sera en mesure de :

- Reconnaître les risques associés au travail à chaud;
- Se référer à la réglementation applicable, notamment le *Règlement sur la santé et la sécurité du travail* et le *Code national de prévention des incendies*;
- Mettre en pratique les mesures préventives appropriées;
- Appliquer les consignes du permis de travail à chaud.

Plan de formation

- Réglementation;
- Définition du travail à chaud;



- Risques et mesures préventives;
- Procédures et permis de travail à chaud.

11. Travail en hauteur

11.1 Prévention des chutes incluant l'utilisation du harnais

Format : Présentiel (session privée et session publique), À distance (session privée et session publique)

Objectifs

Au terme de cette formation, le participant sera en mesure de :

- Identifier les risques de chutes liés à une tâche;
- Décrire les éléments d'un programme de prévention des chutes;
- Définir les principaux critères d'une méthode de travail appropriée;
- Inspecter et ajuster un harnais.

Plan de formation

- Loi et réglementation;
- Stratégies de base applicables au travail en hauteur et hiérarchie des mesures de prévention des chutes;
- Équipements de prévention des chutes de hauteur et de protection contre les chutes de hauteur;
- Démonstration sur le port du harnais (exercice en groupe : harnais personnel requis).

Note : Cette formation peut être jumelée à la formation « Plateformes élévatrices de personnel ».

11.2 Plateformes élévatrices de personnel (PEMP)

Format : Présentiel (session publique), À distance (session publique), Formation formateur

Également disponible en

Objectifs

Au terme de cette formation, le participant sera en mesure de :

- Identifier les exigences légales, réglementaires et les principales normes;
- Reconnaître les bonnes pratiques d'opération, entretien et inspection;
- Comprendre les concepts de protection contre les chutes ainsi que les mesures de secours;
- Utiliser des outils d'analyse de risques et d'inspection avant utilisation;
- Mettre en pratique les étapes d'utilisation.

Plan de formation

- Réglementation;
- Modèles de plateformes et leurs caractéristiques;
- Inspection;
- Méthodes de travail sécuritaire et équipements de protection individuelle;
- Exercice pratique en groupe.

Note : Cette formation devrait être jumelée à la formation « Prévention des chutes ». Une évaluation de la pratique sécuritaire individuelle peut être ajoutée, sur demande.

11.3 Échelles et escabeaux

Format : Présentiel (session privée), À distance (session privée)

Objectifs

Au terme de cette formation, le participant sera en mesure de :

- Se référer à la réglementation;
- Identifier les risques à la santé et à la sécurité, reliés à l'utilisation et à la manutention des échelles et escabeaux;
- Inspecter adéquatement les échelles et escabeaux;
- Mettre en pratique les méthodes de travail sécuritaire lors de l'utilisation et de la manutention des échelles et escabeaux.



Plan de formation

- Réglementation;
- Étapes de travail (inspection, manutention, installation, utilisation, rangement);
- Méthodes de travail sécuritaire.



ASP Construction

<https://www.asp-construction.org/formations/nos-formations>

1. Cadenassage

Que ce soit lors de travaux d'installation, de réparation, d'ajustement ou d'entretien, la mise en marche accidentelle d'un équipement ou d'une de ses composantes peut entraîner des conséquences graves voire mortelles pour les travailleurs. Le cadenassage consiste à neutraliser toutes les sources d'énergie qui alimentent un équipement, un système ou une machine pour permettre aux travailleurs d'effectuer une intervention près ou sur cet équipement, en toute sécurité.

Objectif

La formation basée sur la réglementation actuelle (article 2.20 Cadenassage et autres méthodes de contrôle des énergies du *Code de sécurité pour les travaux de construction*) définit l'ensemble des étapes d'un programme de cadenassage, les rôles et responsabilités des différents intervenants et l'importance de la mise en application d'une procédure de cadenassage. À la suite de cette formation, les participants seront en mesure de :

- Intervenir de façon sécuritaire sur les différents équipements en tenant compte des lois, règlements, normes et procédures de travail applicables et des bonnes pratiques en matière de SST;
- Identifier les intervenants et préciser leur rôle;
- Énumérer et définir les sources d'énergie qui nécessitent le cadenassage;
- De connaître les différents outils disponibles pour faciliter les opérations de cadenassage;
- D'appliquer une procédure de contrôle des énergies;
- D'appliquer les règles permettant de faire face aux cas particuliers.

Contenu

- La réglementation;
- Le programme de cadenassage;
- Les rôles et responsabilités des intervenants;
- Les sources d'énergie;
- Les équipements mobiles;
- Le matériel de cadenassage;
- Exercices – points de coupure;
- Les cas particuliers;
- Capsules vidéo;
- Révision.

2. Conduite sécuritaire de chariots élévateurs

Les chariots élévateurs sont des équipements de manutention utilisés pour déplacer du matériel sur une distance relativement courte et le déposer ou le soulever à un niveau supérieur. Mais attention, la conduite de cet équipement doit se faire avec prudence, car elle comporte son lot de risques.

Note : Il est important de préciser que cette formation théorique présente les éléments de prévention lors de l'utilisation d'un chariot élévateur (LSST, art. 51-9). L'attestation remise n'est pas une carte d'opérateur de l'équipement. Il s'agit d'une attestation qui certifie que le travailleur a suivi une formation sur les éléments de prévention pour l'utilisation sécuritaire de l'équipement. Cette formation ne remplace pas la formation d'opérateur, elle se veut un complément pour la conduite sécuritaire d'un chariot élévateur.

Objectif

La formation permet de se familiariser avec les notions de base relatives aux chariots élévateurs, à l'inspection et aux mesures de prévention lors de la conduite de cet équipement. À la fin de cette formation, les participants seront en mesure de :

- Reconnaître les obligations de l'employeur et du travailleur;
- Identifier les risques liés à l'utilisation des chariots tout-terrain;
- Comprendre les abaques et comment calculer la capacité de chargement;
- Comprendre les principes de stabilité;



- Utiliser les méthodes sécuritaires de manipulation des charges;
- Assurer le levage sécuritaire de travailleurs;
- Faire l'inspection et l'entretien.

Contenu

- La réglementation;
- Les caractéristiques du chariot et les équipements de sécurité;
- Les principes de stabilité;
- Les risques reliés à l'utilisation du chariot élévateur;
- La sécurité lors du levage de charges;
- La sélection, l'arrimage et l'intégrité des charges;
- La sécurité des piétons;
- L'inspection et l'entretien.

3. Contraintes thermiques : travailler à la chaleur ou au froid

Les travailleurs de la construction sont régulièrement confrontés à des variations de température. Le grand froid, la chaleur torride, le vent, la pluie, la neige, la poudrière, le grésil ou le brouillard peut transformer rapidement les conditions ambiantes en contrainte thermique. Chacun de ces éléments peut causer de sérieux dommages à la santé (coups de chaleur, engelures, etc.), à court et à long terme, et nuire à la sécurité des travailleurs (chutes, collisions, etc.).

Objectif

La formation permet d'identifier les risques reliés au travail à la chaleur ou au froid, de connaître les mesures de prévention à appliquer et les méthodes de travail sécuritaires à adopter. À la fin de cette formation, les participants seront en mesure de :

- Identifier les risques et les effets sur la santé;
- Identifier les signes annonciateurs de la chaleur ou du froid;
- Identifier les mesures préventives;
- Identifier les mesures de premiers secours.

Contenu

- Actualité;
- Confort ou contrainte thermique;
- Stress dû à la chaleur;
- Stress dû au froid.

4. Élingage : éléments de sécurité

Lors d'opérations d'élingage, c'est-à-dire préparer une charge et l'attacher à l'appareil de levage pour la déplacer, des méthodes de travail doivent être élaborées et appliquées pour assurer la sécurité des travailleurs. Aussi, des mesures de prévention doivent être mises en place pour que le déplacement de la charge se déroule de façon sécuritaire.

Objectif

La formation permet d'identifier les risques, de connaître les mesures de prévention et les méthodes de travail sécuritaires à appliquer lors d'opérations d'élingage. Des activités d'apprentissage sont intégrées pour permettre une meilleure appropriation des connaissances. À la fin de cette formation, les participants seront en mesure de :

- Reconnaître les équipements et les accessoires en bon état;
- Identifier les risques d'accident;
- Nommer les différentes méthodes d'attache;
- Expliquer l'importance de l'organisation sécuritaire des opérations de levage;
- Se rappeler les responsabilités du signaleur.

Contenu

- Les élingues et autres accessoires;
- Les inspections;
- Les risques d'accident;



- Les méthodes de travail sécuritaire;
- L'organisation des opérations de levage;
- Le signaleur : rôle et responsabilités;
- Activité de synthèse.

5. Enquête et analyse d'accident

Un accident du travail ne résulte jamais d'une cause unique : il est la conséquence d'une combinaison de facteurs. La difficulté consiste donc à identifier les différents éléments qui y ont contribué. C'est là que l'enquête et l'[analyse d'accident](#) entrent en scène. Les résultats obtenus permettront de comprendre le déroulement de l'accident et de proposer la mise en place des mesures de prévention et de méthodes de travail sécuritaires afin d'éviter la survenue d'un événement du même type.

Objectif

La formation permet de comprendre le scénario d'un accident et d'en faire une enquête et une analyse. Ces actions s'inscrivent dans une démarche active de prévention. À la fin de cette formation, les participants seront en mesure de :

- Réaliser une enquête d'accident;
- Effectuer une analyse des causes ayant conduit à un accident;
- Identifier des mesures correctives efficaces pour empêcher la survenue d'un autre événement du même type.

Contenu

- La réglementation;
- Enquête et analyse d'un événement accidentel;
- Processus d'enquête et d'analyse d'un événement accidentel : les étapes du processus
 - L'intervention immédiate,
 - L'enquête,
 - L'analyse,
 - Les mesures correctives;
- Conclusion.

6. Exposition au plomb : risques et mesures de prévention

Durant de nombreuses années, le [plomb](#) a été utilisé dans la fabrication de produits tels que peintures, tuyaux, revêtements extérieurs. Les surfaces peintes sont sans danger lorsqu'elles sont en bon état. Toutefois, elles peuvent représenter un risque pour la santé lorsqu'elles sont endommagées (craquelées, écaillées, etc.) ou lorsque des travaux de rénovation ou de démolition sont entrepris.

Note : Il est recommandé de poursuivre l'apprentissage avec la formation [Protection respiratoire avec essai d'ajustement qualitatif \(fit test\)](#) pour donner aux participants l'information et la formation nécessaires sur les appareils de protection respiratoire (APR), afin de leur permettre de sélectionner, ajuster, inspecter, entretenir et entreposer un APR selon la norme *CSA Z94.4 Choix, utilisation et entretien des appareils de protection respiratoire*.

Objectif

La formation permet d'identifier les risques, de connaître les mesures de prévention à appliquer et les méthodes de travail sécuritaires à adopter. À la fin de cette formation, les participants seront en mesure de :

- Connaître les obligations réglementaires minimales lors de travaux en présence de plomb;
- Identifier les responsabilités des intervenants impliqués;
- Identifier les effets sur la santé de l'exposition au plomb;
- L'application des mesures de prévention requises;
- L'utilisation des appareils de protection respiratoire.

Contenu

- La réglementation;
- Les généralités sur le plomb;
- Les mesures préventives;
- Protection respiratoire.



7. Gestion de la prévention sur les chantiers de construction

La gestion de la prévention sur les chantiers de construction, c'est fournir aux gestionnaires des outils pour qu'ils puissent assumer leurs rôles et leurs responsabilités en SST afin de réduire voire éliminer les lésions professionnelles et rendre les lieux de travail sains et sûrs. L'apprentissage permet ainsi de faciliter la communication entre les intervenants et de favoriser leur participation à l'identification des risques.

Les gestionnaires formés seront plus aptes à développer une vision sécuritaire en matière de planification et de gestion des travaux.

Objectif

À la fin de cette formation, les participants seront en mesure de :

- Connaître le cadre de référence de la prévention sur un chantier et les responsabilités des différents intervenants;
- Comprendre la notion de diligence raisonnable;
- Être en mesure d'effectuer une analyse de risque;
- S'approprier différents outils de gestion de la prévention aux opérations du chantier.

Contenu

- La réglementation;
- Les rôles et les responsabilités des principaux acteurs;
- Les sanctions, les infractions et les peines;
- Diligence raisonnable;
- Mécanisme de prévention : le programme de prévention;
- Processus de prise en charge de la SST;
- Les différents outils en prévention sur les chantiers;
- Gestion des événements accidentels.

8. Pause-sécurité

La pause-sécurité permet d'informer les travailleurs sur un élément précis en santé et en sécurité du travail. Le tout, en quelques minutes. Les sujets sont nombreux et variés. Par exemple : les chutes de hauteur, les échafaudages à cadres métalliques, le port d'un harnais de sécurité, etc. L'objectif de la pause-sécurité est de sensibiliser les travailleurs à la prévention des accidents et de les encourager à adopter des méthodes de travail sécuritaires.

Objectif

La formation vise à outiller les superviseurs dans la préparation, l'animation et le suivi d'une pause-sécurité.

À la fin de cette formation, les participants seront en mesure de :

- Préparer, animer et assurer un suivi efficace d'une pause-sécurité;
- Maîtriser les étapes de la réunion;
- Animer la réunion de manière à atteindre les résultats escomptés;
- Effectuer le suivi rigoureux des pauses-sécurité.

Contenu

- Rôle des pauses-sécurité dans la gestion de la prévention des accidents du travail;
- Préparation d'une pause-sécurité;
- Animation d'une pause-sécurité;
- Suivi d'une pause-sécurité;
- Des cas de problème;
- Évaluation.

9. Prévention des chutes

Les chutes représentent l'une des principales causes d'accident sur les chantiers de construction. Entre 2010 et 2020, la CNESST a dénombré 42 décès liés aux chutes de hauteur dans le secteur de la construction. De plus, chaque année, entre 600 et 700 travailleurs de la construction sont victimes d'une chute.

Objectif

La formation permet d'identifier les situations à risque de chutes, présente les différentes mesures de prévention et offre des exercices pratiques, entre autres comment enfilet et ajuster un harnais de sécurité et



comment utiliser les différentes liaisons antichute. À la fin de cette formation, les participants seront en mesure de :

- Identifier les situations à risque de chute;
- Hiérarchiser les stratégies de prévention des chutes;
- Reconnaître l'efficacité des mesures de prévention sélectionnées;
- Utiliser adéquatement différents systèmes d'arrêt de chute;
- Démontrer l'importance de la planification des mesures d'urgence en cas de chute.

Contenu

- Introduction;
- La réglementation;
- Évaluation du risque de chute;
- Éliminer le travail en hauteur;
- Empêcher la chute;
- Les échelles et les escabeaux;
- Arrêter la chute;
- Utilisation des systèmes d'arrêt de chute;
- Les mesures d'urgence;
- Planification des travaux;
- Exercices de révision.

10. Prévention des maux de dos

Les travailleurs sont régulièrement contraints de soulever, déplacer, transporter ou déposer des charges variées. Ces tâches peuvent se révéler très exigeantes pour l'ensemble du corps et peuvent contribuer à la survenue de blessures au système musculosquelettique. Derrière l'apparente simplicité, il y a plusieurs éléments à considérer pour manipuler des charges en toute sécurité.

Objectif

La formation permet de se familiariser avec les notions de base sur le dos et ses éléments structuraux, les risques, les mesures de prévention et les principes de manutention afin de manipuler des charges efficacement et sans se blesser. À la fin de cette formation, les participants seront en mesure de :

- Sensibiliser les employeurs et travailleurs à la prévention des [maux de dos](#);
- Informer sur les causes et les conséquences;
- Informer les mesures préventives.

Contenu

- Le dos et ses éléments structuraux;
- Principales blessures au dos;
- Facteurs de risque;
- Mesures préventives;
- Principes de manutention.

11. Prévention des risques en présence de monoxyde de carbone

Le [monoxyde de carbone](#) (CO) est un gaz asphyxiant. Il est inodore, incolore, sans saveur et non irritant. Il est donc indétectable par nos sens et il peut rendre une personne inconsciente en quelques minutes. Même à un faible niveau de concentration, une intoxication au CO peut provoquer des effets néfastes sur la santé. Le problème est réel et se retrouve particulièrement dans le secteur de la construction.

Objectif

La formation permet d'identifier les situations à risque, de connaître les mesures de prévention à appliquer et les méthodes de travail sécuritaires à adopter. À la fin de cette formation, les participants seront en mesure de :

- Être sensibilisés aux risques associés au CO;
- Identifier les sources potentielles de CO;
- Identifier les mesures de prévention pour prévenir les intoxications au CO.



Contenu

- Introduction;
- La réglementation;
- Les quelques notions de base;
- Les effets sur la santé;
- Les sources de monoxyde de carbone;
- Situations de risque;
- Mesures de prévention;
- En cas d'urgence;
- Activité de synthèse.

12. Prévention des risques liés au bruit

Plusieurs tâches dans le secteur de la construction sont susceptibles d'exposer les travailleurs à des niveaux de bruit élevés. Une telle exposition peut entraîner des conséquences graves et irréversibles sur l'audition comme une perte auditive temporaire ou permanente (surdité), des acouphènes, mais également causer des impacts sur la santé cardio-vasculaire, de la fatigue et du stress. De plus, elle augmente le risque d'accident du travail. Afin de protéger les travailleurs, des mesures de prévention doivent être mises en place pour exercer un contrôle à la source, limiter l'exposition ou en dernier recours, porter des protecteurs auditifs.

Note : La formation est d'une durée de 3h30 incluant les essais d'ajustement qualitatifs de protecteurs auditifs (partie pratique). Le temps requis pour les essais varie selon le nombre de participants. L'employeur doit fournir des protecteurs auditifs (bouchons et/ou coquilles) en nombre et modèles/grandeur suffisantes pour les participants.

Objectif

La formation permet d'identifier les risques, de connaître les mesures de prévention et les méthodes de travail sécuritaires à appliquer lors de travaux susceptibles d'exposer les travailleurs à des niveaux de bruit élevés. Elle présente également les informations afin de sélectionner, ajuster, inspecter et entretenir les protecteurs auditifs, conformément à la norme *CSA Z94.2-14 Protecteurs auditifs : performances, sélection, entretien et utilisation*. Un volet pratique permet aux travailleurs d'essayer différents protecteurs auditifs et d'en vérifier l'ajustement pour s'assurer d'un maximum de protection. À la fin de cette formation, les participants seront en mesure de :

- Décrire les risques d'exposition au bruit;
- Prioriser les méthodes de prévention de la perte auditive;
- Appliquer les éléments à considérer quant au choix, à l'ajustement, à l'inspection et à l'entretien des protecteurs auditifs.

Contenu

- Présentation et objectifs;
- La réglementation;
- Le bruit;
- Les effets néfastes du bruit;
- Éliminer ou diminuer l'exposition au bruit en milieu de travail;
- Équipements de protection individuelle (EPI);
- Activité d'intégration;
- Essais d'ajustement qualitatif de protecteurs auditifs en binôme.

13. Prévention en milieu riverain : travaux au-dessus ou à proximité d'un cours d'eau

La formation *Prévention en milieu riverain* permet aux travailleurs du domaine de la construction de mieux comprendre les dangers liés aux travaux effectués près de l'eau ou sur l'eau et d'adopter des comportements sécuritaires afin d'éviter toute chute dans l'eau. Depuis 2010, l'ASP Construction collabore avec le Service d'intervention en formation aquatique (SIFA) pour assurer la formation des travailleurs sur les chantiers à proximité de l'eau.

Objectif

La formation basée sur la réglementation (section XI : travaux au-dessus ou à proximité de l'eau du *Code de sécurité pour les travaux de construction*) permet d'acquérir les connaissances pour effectuer les



descriptions des travaux et du plan d'eau (ou du cours d'eau), ainsi que les plans de transport et de sauvetage, conformément aux exigences de la réglementation et de la CNESST. À la fin de cette formation, les participants seront en mesure de :

- Reconnaître la structure législative encadrant la santé et la sécurité du travail ainsi que les normes et règlements qui touchent les travaux à proximité et sur l'eau;
- Reconnaître les risques et les dangers reliés aux travaux riverains et son environnement;
- Reconnaître les risques et les dangers reliés aux champs de glace;
- Reconnaître les risques et les dangers reliés au froid et adapter la prévention au travail;
- Reconnaître les risques et les dangers reliés à une immersion en eau froide;
- Connaître les équipements de sécurité nécessaires lors de travaux à proximité et sur l'eau ainsi que la réglementation qui s'y rattachent;
- Identifier les différentes pièces d'équipements de sauvetage requis afin d'effectuer le repêchage d'une personne à l'eau;
- Comprendre l'application de l'approche échelonnée lors d'une intervention auprès d'une personne en détresse;
- Connaître les particularités de l'utilisation d'une embarcation sur un plan d'eau ou un cours d'eau en respectant une planification adaptée à l'environnement de travail;
- Rédiger, diffuser et appliquer les différents plans de travail relatif aux travaux à proximité de l'eau;
- Évaluation de site, Plan de transport et Plan de sauvetage.

Contenu

- Les dangers associés au travail au-dessus ou à proximité de l'eau et les mesures de prévention pour les contrer;
- Les dangers associés à l'immersion dans l'eau froide et les mesures de prévention pour les contrer;
- L'identification des différents équipements de sécurité requis pour travailler au-dessus ou à proximité de l'eau et leur utilisation;
- L'identification des différents équipements de sauvetage requis pour repêcher une personne et leur utilisation;
- Les exigences de la législation fédérale et provinciale au regard du travail au-dessus ou à proximité de l'eau et de l'utilisation d'une embarcation sur un plan d'eau ou un cours d'eau;
- L'élaboration et application de plans de transport et de sauvetage.

14. Procédures sécuritaires pour les travaux en espace clos

Les espaces clos, selon leur configuration, leur conception et leur contenu, comportent des risques importants pour la santé et la sécurité des travailleurs. Chaque année, au Québec, près de 40 travailleurs sont victimes d'accidents graves ou mortels pendant qu'ils travaillent en espace clos. Pour éviter la survenue d'un accident, il est essentiel de planifier le travail, c'est-à-dire identifier, évaluer et contrôler les risques présents ou potentiels avant l'entrée en espace clos.

Objectif

La formation a pour objectif de développer les compétences, les connaissances et les habiletés nécessaires pour effectuer un travail en espace clos en toute sécurité, et de s'assurer de la compréhension des rôles et responsabilités des différents travailleurs concernés. À la fin de cette formation, les participants seront en mesure de :

- Reconnaître un espace clos et ses caractéristiques;
- Reconnaître les risques reliés aux espaces clos;
- Établir les mesures de prévention pour éliminer ou réduire les risques;
- Planifier le travail espace clos;
- Décrire les procédures de sauvetage en cas d'accident.

Contenu

- La réglementation;
- Les espaces clos;
- Les dangers et les risques associés aux espaces clos;
- Les mesures de prévention pour préserver la santé et la sécurité du travailleur;



- La planification du travail en espace clos;
- Le sauvetage en espace clos.

15. Protection respiratoire

Dans certaines situations de travail, l'air peut renfermer des contaminants aériens dangereux sous forme de poussières, de fibres, de fumées, de vapeurs, de brouillards, de gaz ou de bioaérosols. Il est important de s'assurer que des moyens de contrôle ont été envisagés pour diminuer, voire éliminer à la source l'exposition des travailleurs à ces contaminants. Cependant, lorsque ces moyens sont insuffisants, qu'ils nécessitent un délai d'application ou sont techniquement impossibles à mettre en place, le port d'un appareil de [protection respiratoire](#) (APR) est nécessaire parce que le risque est toujours présent.

Note : Cette formation est suivie d'un volet pratique avec des essais d'ajustement qualitatif. La période de temps nécessaire peut varier selon le nombre de participants pour effectuer ces essais.

Objectif

La formation permet d'identifier les risques, de connaître les mesures de prévention et les méthodes de travail sécuritaires à appliquer lors de travaux en présence de contaminants. Elle présente également les informations afin de sélectionner, ajuster, inspecter, entretenir et entreposer un APR ainsi que le contenu d'un programme de protection respiratoire, en vertu de la norme *CSA Z94.4 Choix, utilisation et entretien des appareils de protection respiratoire*. À la fin de cette formation, les participants seront en mesure de :

- Identifier les risques d'exposition des voies respiratoires à un contaminant;
- Se rappeler les différents éléments d'un programme de protection respiratoire;
- Utiliser adéquatement différents types d'appareil de protection respiratoire (APR).

Contenu

- Les effets sur la santé;
- Les statistiques;
- Les responsabilités légales;
- La réglementation;
- Les mesures de contrôle;
- Programme de protection respiratoire.

16. Protection respiratoire avancée : formation avancée

Dans certaines situations de travail, l'air peut renfermer des contaminants aériens dangereux sous forme de poussières, de fibres, de fumées, de vapeurs, de brouillards, de gaz ou de bioaérosols. Il est important de s'assurer que des moyens de contrôle ont été envisagés pour diminuer, voire éliminer à la source l'exposition des travailleurs à ces contaminants. Cependant, lorsque ces moyens sont insuffisants, qu'ils nécessitent un délai d'application ou sont techniquement impossibles à mettre en place, le port d'un appareil de [protection respiratoire](#) (APR) est nécessaire parce que le risque est toujours présent. Cette formation vise à outiller les administrateurs du Programme de protection respiratoire et les responsables des essais d'ajustement qualitatifs pour qu'ils puissent appliquer adéquatement la réglementation et valider la compétence du travailleur à ajuster son APR.

Note : Cette formation s'adresse aux administrateurs du programme de protection respiratoire et aux responsables d'essais d'ajustement. Cette formation théorique est suivie d'un volet pratique avec des essais d'ajustement qualitatif. La période de temps nécessaire peut varier selon le nombre de participants présents pour effectuer ces essais.

Objectif

La formation permet d'identifier les risques, de connaître les mesures de prévention et les méthodes de travail sécuritaires à appliquer lors de travaux en présence de contaminants. Elle présente également les informations afin de sélectionner, ajuster, inspecter, entretenir et entreposer un APR ainsi que le contenu d'un programme de protection respiratoire, en vertu de la norme *CSA Z94.4 Choix, utilisation et entretien des appareils de protection respiratoire*. À la fin de cette formation, les participants seront en mesure de :

- Décrire les différents éléments d'un programme de protection respiratoire;
- Identifier les risques d'exposition des voies respiratoires à un contaminant;



- Connaître le rôle et les responsabilités de l'employeur;
- Effectuer un essai d'ajustement qualitatif.

Contenu

- Programme de protection respiratoire;
- Les rôles et les responsabilités;
- Évaluation des dangers;
- Sélection de l'appareil de protection respiratoire (APR);
- Formation;
- Utilisation des APR;
- Nettoyage, inspection, entretien et entreposage des APR;
- Essai d'ajustement des APR;
- Autres éléments du Programme.

17. Sécurité lors de travaux dans des tranchées et des excavations

S'il est une chose de connaître ce qui se cache sous le sol lorsque des travaux de creusement, de tranchée ou d'excavation sont nécessaires, il en est un autre de choisir la méthode de travail appropriée. Une planification rigoureuse doit être faite afin de protéger les travailleurs dans ou à proximité d'un creusement et de s'assurer que les travaux seront exécutés de façon sécuritaire.

Objectif

La formation basée sur la réglementation (article 3.15. *Creusements, excavations et tranchées du Code de sécurité pour les travaux de construction*) permet d'identifier les risques, de connaître les mesures de prévention à appliquer et les méthodes de travail sécuritaires à adopter. À la fin de cette formation, les participants seront en mesure de :

- Décrire le creusement, la tranchée et l'excavation;
- Reconnaître les risques liés aux travaux de creusement;
- Prévenir l'effondrement des parois d'un creusement;
- Expliquer les méthodes de travail sécuritaires à utiliser lors de ces travaux.

Contenu

- Caractéristiques d'un creusement, d'une excavation et d'une tranchée;
- Effondrement : causes et prévention;
- Méthodes et techniques de travail sécuritaires pour contrôler les autres risques;
- Activités;
- Conclusion.

18. Sécurité lors de travaux d'enlèvement de l'amiante

L'amiante a été utilisé dans la construction de bâtiments jusqu'en 1990, entre autres pour ses qualités isolantes et ignifuges. Lors de la manipulation d'un matériau friable contenant de l'amiante, des fibres peuvent être libérées dans l'air sous forme de poussières et lorsque ces fibres d'amiante sont inhalées, elles représentent alors un risque pour la santé du travailleur.

Note : Il est recommandé de poursuivre l'apprentissage avec la formation Protection respiratoire avec essai d'ajustement qualitatif (fit test) pour donner aux participants l'information et la formation nécessaires sur les appareils de protection respiratoire (APR), afin de leur permettre de sélectionner, ajuster, inspecter, entretenir et entreposer un APR selon la norme *CSA Z94.4 Choix, utilisation et entretien des appareils de protection respiratoire*.

Objectif

La formation basée sur la réglementation (article 3.23. *Travaux susceptibles d'émettre de la poussière d'amiante du Code de sécurité pour les travaux de construction*) permet d'identifier les différents niveaux de risque, de connaître les mesures de prévention à appliquer et les méthodes de travail sécuritaires à adopter. À la fin de cette formation, les participants seront en mesure de :

- Reconnaître les risques;
- Reconnaître les mesures de prévention;
- Utiliser les méthodes de travail sécuritaires lors de travaux en présence d'amiante.



Contenu

- Mise en contexte;
- Notions générales;
- Les effets sur la santé;
- La réglementation;
- Travaux à risque faible,
- Travaux à risque modéré;
- Travaux à risque élevé;
- Les mesures particulières;
- Protection respiratoire;
- Questionnaire.

19. Signaleur de chantier

Lorsqu'il est nécessaire qu'un véhicule automoteur effectue une manœuvre de recul dans une zone où il y a présence ou circulation de personnes et que cette manœuvre de recul peut compromettre leur sécurité, un [signaleur de chantier](#) doit être en place pour diriger le conducteur du véhicule.

Objectif

La formation d'une durée de 2 heures basée sur la réglementation (article 2.8. *Contrôle de la circulation sur un chantier de construction* du *Code de sécurité pour les travaux de construction*) présente le rôle et les responsabilités du signaleur de chantier pour qu'il puisse effectuer son travail adéquatement et assurer la sécurité des travailleurs / personnes à proximité. La formation aborde aussi le plan de circulation et les signaux manuels utilisés lors des manœuvres de recul. À la fin de cette formation, les participants seront en mesure de :

- Identifier les risques liés à la circulation des personnes et des véhicules automoteurs sur le chantier;
- Comprendre les règles de circulation et les consignes de sécurité sur le chantier notamment celles prévues au plan de circulation;
- Connaître les équipements de travail propres au signaleur;
- Connaître le rôle et les responsabilités du signaleur;
- Connaître le positionnement d'un signaleur et les angles morts des véhicules automoteurs;
- Utiliser les moyens de communication et le code de signaux manuels liés aux manœuvres de recul.

Contenu

- Introduction;
- Les risques et les mesures de prévention;
- Les facteurs aggravants;
- La réglementation;
- Signaleur de chantier;
- Les moyens de communication;
- Les rôles et les responsabilités du signaleur de chantier;
- Les angles morts.

20. Signaleur routier

Le [signaleur routier](#) joue un rôle déterminant dans la gestion de la circulation. Intervenant de premier plan en matière de sécurité, il agit comme intermédiaire entre les usagers de la route et les travailleurs œuvrant sur un chantier. La formation Signaleur routier est obligatoire pour exercer ce métier (*Code de sécurité pour les travaux de construction*, art. 10.3.2.). La formation Signaleur routier est sujette à un renouvellement tous les 3 ans.

Objectif

La formation vise à outiller les signaleurs routiers et à les aider à développer les compétences indispensables à l'exercice de leur fonction de façon sécuritaire. À la fin de cette formation, les participants seront en mesure de :

- Exercer la fonction de signaleur routier de façon sécuritaire et efficace en tenant compte des lois et règlements applicables et des bonnes pratiques en matière de santé et sécurité au travail;



- Adopter des comportements sécuritaires favorisant leur propre santé et sécurité au travail, ainsi que celle des autres travailleurs et des usagers de la route.

Contenu

- La réglementation;
- Les rôles et les responsabilités;
- Distinction entre signaleur routier et signaleur de chantier;
- Notions générales;
- Équipements et accessoires du signaleur routier;
- La signalisation des travaux routiers;
- Les risques, les dangers et les mesures préventives;
- Planification des tâches;
- Le positionnement sécuritaire du signaleur;
- Signaux et communication;
- Gestion des véhicules;
- Résumé et conclusion;
- Validation des connaissances.

21. Silice cristalline dans la construction et Protection respiratoire avec essai d'ajustement qualitatif

Plusieurs tâches dans le secteur de la construction sont susceptibles d'exposer les travailleurs aux poussières de silice cristalline. Les effets de ces poussières sur la santé peuvent être graves et invalidants. Afin de protéger les travailleurs, des mesures de prévention doivent être mises en place pour exercer un contrôle à la source, substituer le matériau ou porter des équipements de protection individuelle (EPI) dont des appareils de protection respiratoire (APR).

Note : Chaque travailleur doit avoir en sa possession un APR (demi-masque) pour la formation théorique et lors de l'essai d'ajustement qualitatif. Tous les participants, sans exception, doivent être frais rasés du matin.

Objectif

La formation basée sur la réglementation (article 3.25. *Travaux susceptibles d'émettre de la poussière de silice cristalline du Code de sécurité pour les travaux de construction*) permet d'identifier les risques, de connaître les mesures de prévention et les méthodes de travail sécuritaires à appliquer lors de travaux en présence de poussières de silice cristalline. Elle présente également les informations afin de sélectionner, ajuster, inspecter, entretenir et entreposer un APR ainsi que le contenu d'un programme de protection respiratoire, en vertu de la norme *CSA Z94.4 Choix, utilisation et entretien des appareils de protection respiratoire*. La formation théorique est suivie d'essai d'ajustement qualitatif. Le but des essais d'ajustement qualitatifs est de valider la compétence du participant à ajuster son APR en vertu de la norme *CSA Z94.4 Choix, utilisation et entretien des appareils de protection respiratoire*. À la fin de cette formation, les participants seront en mesure de :

- Identifier les risques d'exposition des voies respiratoires à un contaminant;
- Se rappeler les différents éléments d'un programme de protection respiratoire;
- Utiliser adéquatement différents types d'appareil de protection respiratoire (APR).

Contenu

- Exemple d'exposition;
- Effets sur la santé;
- Statistiques;
- Mesures de contrôle;
- Responsabilités légales;
- Réglementation;
- Mesures de contrôle;
- Programme de protection respiratoire;
- Révision.



22. SIMDUT 2015 (Système d'information sur les matières dangereuses utilisées au travail)

Format : Présentiel ou en ligne

Également disponible en anglais.

Depuis le 1er décembre 2018, le Système d'information sur les matières dangereuses utilisées au travail (SIMDUT) (système pancanadien) a été harmonisé avec le Système général harmonisé de classification et d'étiquetage des produits chimiques (SGH) (système international) – maintenant nommé [SIMDUT 2015](#) – dans la classification des dangers et la communication de l'information sur les dangers associés aux produits dangereux.

Objectif

La formation permet d'identifier les pictogrammes et de repérer les informations contenues sur l'étiquette et la fiche de données de sécurité du produit dangereux afin d'identifier les risques liés à l'utilisation de ces produits ainsi que les précautions à prendre. La formation est obligatoire pour toute personne exposée à un produit dangereux ou susceptible de l'être (Loi sur la santé et la sécurité du travail, **art. 62.5**). À la fin de cette formation, les participants seront en mesure de :

- Identifier les pictogrammes associés aux classes de danger;
- Reconnaître les informations contenues sur les étiquettes;
- Repérer les informations contenues dans les fiches de données de sécurité (FDS).

Contenu

- Introduction;
- Les responsabilités;
- Classification;
- Les dangers physiques;
- Les dangers pour la santé;
- Étiquette;
- Fiche de données de sécurité (FDS).

23. Transport des matières dangereuses

Toute personne qui manipule ou fait le [transport de matières dangereuses](#) du lieu de fabrication ou de distribution jusqu'au lieu de livraison ou de déchargement est assujettie au *Règlement sur le transport des matières dangereuses* du ministère des Transports du Québec. Toute personne qui manutentionne, demande le transport ou transporte une matière dangereuse doit avoir reçu une formation appropriée et être titulaire d'un certificat de formation ou doit effectuer ces manœuvres sous la surveillance d'une personne formée et certifiée.

Objectif

La formation présente la réglementation et en explique les éléments qui la composent afin de manipuler et de transporter des marchandises dangereuses de façon sécuritaire et responsable. À la fin de cette formation, les participants seront en mesure de :

- Assurer la sécurité du public lors du transport de matières dangereuses;
- Prévenir les dommages environnementaux;
- Assurer la sécurité des intervenants en cas d'urgence lors du transport des marchandises dangereuses;
- Assurer la santé et la sécurité du travailleur lors du transport des marchandises dangereuses.

Contenu

- Introduction;
- Les responsabilités;
- Certificat de formation;
- Document d'expédition;
- Transport des marchandises : indications de danger;
- Exigences de transport;
- Exemptions;



- Cas de danger et mesures d'urgence;
- Questionnaire.

24. Travailler hors tension

La prévention des accidents constitue une préoccupation constante, particulièrement en ce qui concerne l'électricité. La prévention des blessures d'origine électrique repose, d'une part, sur la sécurité des installations et de l'appareillage électrique et, d'autre part, sur le respect des exigences et des bonnes pratiques lors de travaux sur ou à proximité de ces installations électriques. Le mot d'ordre doit être : travailler hors tension !

Objectif

Cette formation élaborée conformément aux pratiques de travail sécuritaires prescrites par la norme CSA Z462:21 *Sécurité électrique au travail* présente les responsabilités et les obligations de chacun des intervenants, afin de travailler de façon sécuritaire, c'est-à-dire une « situation de travail sans danger électrique ». À la fin de cette formation, les participants seront en mesure de :

- Reconnaître les situations à risque, appliquer les règlements et normes en vigueur;
- Utiliser les moyens afin de réduire les risques liés à l'électricité;
- Connaître et utiliser les bonnes pratiques et les mesures sécuritaires lors du travail hors tension et sous tension.

Contenu

- Quelques statistiques et accidents;
- Les règlements et les normes en vigueur;
- Programme de sécurité en matière d'électricité;
- Le travail sans danger électrique;
- Les types de risques électriques;
- Les équipements électriques;
- Les outils;
- Le travail sous tension;
- Les équipements de protection;
- Une estimation du risque;
- Les manœuvres de sectionnement;
- Les mesures d'urgence en électricité.

25. Travaux à proximité des lignes électriques

À proximité des lignes électriques aériennes, certaines situations de travail exposent les travailleurs à un risque de choc électrique ou d'arc électrique. Dès qu'un équipement, du matériel ou une personne s'approche des lignes électriques aériennes, même sans les toucher, le risque est présent. Une planification rigoureuse des travaux doit être effectuée et des mesures préventives doivent être mises en place pour que les travailleurs puissent œuvrer en toute sécurité.

Objectif

La formation présente la réglementation et permet d'identifier les risques, de connaître les mesures de prévention à appliquer et les méthodes de travail sécuritaires à adopter lors de travaux à proximité de lignes électriques aériennes. À la fin de cette formation, les participants seront en mesure de :

- Reconnaître les risques liés aux travaux à proximité des lignes électriques aériennes;
- Identifier les conséquences d'un contact avec les lignes électriques aériennes;
- Comprendre l'importance de la planification et appliquer des mesures de prévention;
- Se rappeler les obligations légales qui s'appliquent lors de tels travaux.

Contenu

- Les cibles de « Tolérance 0 » de la CNESST;
- Le choc électrique;
- L'arc électrique;
- La planification des travaux :
 - Comprendre l'électricité et le réseau,
 - Loi et règlements,



- Obligations de l'employeur,
- Mesures préventives;
- En cas de contact;
- Questionnaire.

26. Travaux sécuritaires en présence de moisissures et champignons

Les moisissures sont des champignons microscopiques qui regroupent des milliers d'espèces. On les reconnaît généralement à leur odeur caractéristique, à l'apparence de taches de diverses couleurs ou à la texture poudreuse ou cotonneuse qu'elles forment sur les surfaces. L'exposition à ces microorganismes peut entraîner des effets sur la santé des travailleurs.

Note : Il est recommandé de poursuivre l'apprentissage avec la formation Protection respiratoire avec essai d'ajustement qualitatif (fit test) pour donner aux participants l'information et la formation nécessaires sur les appareils de protection respiratoire (APR), afin de leur permettre de sélectionner, ajuster, inspecter, entretenir et entreposer un APR selon la norme CSA Z94.4 Choix, utilisation et entretien des appareils de protection respiratoire.

Objectif

La formation permet d'identifier les risques, de connaître les mesures de prévention à appliquer et les méthodes de travail sécuritaires à adopter lors de travaux en présence de moisissures et de champignons. À la fin de cette formation, les participants seront en mesure de :

- Identifier la présence de moisissures et de champignons;
- Reconnaître les risques spécifiques aux travaux en présence de moisissures et de champignons;
- Appliquer les mesures de prévention lors de travaux en présence de moisissures et de champignons;
- Résoudre les difficultés propres aux travaux en présence de moisissures et de champignons.

Contenu

- La réglementation;
- Les rôles et les responsabilités;
- Notions générales sur la moisissure;
- Investigation;
- Les mesures générales pour tous les niveaux de contamination;
- Les petits espaces isolés;
- Grandes surfaces ou travaux de plus de 1 m².

27. Utilisation sécuritaire de la découpeuse à disque abrasif ou à meule

L'utilisation de la découpeuse à disque abrasif ou à meule comporte de nombreux risques à la santé et à la sécurité des travailleurs. Que ce soit par son poids, sa force de traction ou sa lame, cet outil peut occasionner de graves blessures en quelques secondes. Des mesures de prévention doivent être mises en place afin d'utiliser cet outil de façon sécuritaire.

Note : Il est recommandé de poursuivre l'apprentissage avec la formation Protection respiratoire avec essai d'ajustement qualitatif (fit test) pour donner aux participants l'information et la formation nécessaires sur les appareils de protection respiratoire (APR), afin de leur permettre de sélectionner, ajuster, inspecter, entretenir et entreposer un APR selon la norme CSA Z94.4 Choix, utilisation et entretien des appareils de protection respiratoire.

Objectif

La formation permet d'identifier les risques, de connaître les mesures de prévention à appliquer et les méthodes de travail sécuritaires à adopter lors de l'utilisation d'une découpeuse à disque abrasif ou à meule. À la fin de cette formation, les participants seront en mesure de :

- Prévenir les lésions lors de l'utilisation d'une découpeuse à disque ou à meule;
- Identifier les dangers et les risques;
- Prioriser l'élimination à la source;
- Rappeler les éléments importants pour la planification des travaux;
- Préciser le choix des équipements de protection individuelle et collective;
- Indiquer les bonnes méthodes de travail;



- Effectuer le suivi.

Contenu

- Introduction;
- Les dangers et les risques;
- Les mesures de prévention;
- Exemples d'outils alternatifs.

28. Utilisation sécuritaire des échafaudages à cadres métalliques

Dans l'industrie de la construction, quel que soit le métier ou la phase des travaux, de nombreuses tâches doivent être exécutées en hauteur. De façon générale, les échafaudages sont là où les travailleurs ne peuvent, du sol ou d'une base solide, exécuter leurs travaux. Il est important de connaître les règles d'utilisation pour assurer la sécurité des monteurs et des utilisateurs.

Objectif

La formation permet d'identifier les risques et de connaître les mesures de prévention à appliquer lors du montage et de l'utilisation d'un échafaudage à cadres métalliques. Des activités d'apprentissage sont intégrées pour permettre une meilleure appropriation des connaissances. À la fin de cette formation, les participants seront en mesure de :

- Identifier les risques inhérents au montage et à l'utilisation d'un échafaudage à cadres métalliques;
- Se rappeler le rôle essentiel de chacune des diverses composantes d'un échafaudage à cadres métalliques;
- Assurer une protection contre les chutes lors de l'assemblage d'un échafaudage à cadres métalliques;
- Appliquer les mesures préventives lors du montage et de l'utilisation d'un échafaudage à cadres métalliques.

Contenu

- Les risques liés à l'utilisation d'un échafaudage;
- Les composantes;
- L'installation et utilisation d'un échafaudage à cadres métalliques;
- Les accidents d'origine électrique;
- La protection contre les chutes lors du montage et du démontage;
- Les mesures de prévention;
- Révision.

29. Utilisation sécuritaire des plates-formes élévatrices mobiles de personnel (PEMP)

Une plate-forme élévatrice mobile de personnel (PEMP) est conçue pour permettre aux travailleurs d'atteindre des niveaux inaccessibles à partir du sol avec leurs outils et les matériaux dont ils ont besoin. Elle est utilisée comme poste de travail temporaire à hauteur variable, lors de travaux de maintenance, de réparation, d'installation, etc. Mais attention, opérer cet équipement doit se faire avec prudence, car il comporte son lot de risques.

Note : Cette formation théorique présente les éléments de prévention lors de l'utilisation d'une plate-forme élévatrice (LSST, art. 51.-9). Un volet pratique développé selon la norme *CAN/CSA B354.8 Plates-formes élévatrices mobiles de personnel – Formation des opérateurs (conducteurs)* peut être suivi après la formation théorique.

Prévoir une période de temps supplémentaire pour le volet pratique*, offert uniquement pour les catégories 3A et 3B.

L'attestation remise n'est pas une carte d'opérateur de l'équipement. Il s'agit d'une attestation qui certifie que le travailleur a suivi une formation sur les éléments de prévention pour l'utilisation sécuritaire de l'équipement.

Cette formation ne remplace pas la formation d'opérateur, elle se veut un complément pour la conduite sécuritaire d'une plate-forme élévatrice. Il est fortement suggéré que le travailleur détienne, au préalable, l'expérience de conduite de plates-formes élévatrices.



Objectif

La formation basée sur la réglementation (norme *CAN/CSA B354.8 Plates-formes élévatrices mobiles de personnel - Formation des opérateurs (conducteurs)*), permet au participant de se familiariser avec les notions de base relatives aux plates-formes élévatrices mobiles de personnel, l'inspection et les mesures de prévention pour opérer cet équipement de façon sécuritaire. À la fin de cette formation, les participants seront en mesure de :

- Appliquer des méthodes de travail sécuritaires lors de l'utilisation des PEMP en fonction de la tâche à effectuer et de son environnement;
- Accomplir les inspections initiale et quotidienne de l'équipement selon les exigences réglementaires et normatives en vigueur;
- Maîtriser les éléments requis par la réglementation pour réussir les évaluations théoriques et pratiques.

Contenu

- Événements accidentels;
- La réglementation;
- Les notions générales des PEMP;
- Analyse sécuritaire partielle liée à la tâche et à l'environnement;
- Les inspections préventives requises;
- Les mesures de prévention;
- Préparation à la formation pratique;
- Évaluation théorique.

30. Utilisation sécuritaire de la scie à chaîne

L'utilisation de la scie à chaîne comporte de nombreux risques à la santé et à la sécurité des travailleurs. Que ce soit par son poids, sa force de traction ou sa chaîne, cet outil peut occasionner de graves blessures en quelques secondes. Des mesures de prévention doivent être mises en place afin d'utiliser une scie à chaîne de façon sécuritaire.

Objectif

La formation basée sur la réglementation (article 7.1. *Dispositions particulières relatives à certains outils portatifs* du *Code de sécurité pour les travaux de construction*) permet d'identifier les risques, de connaître les mesures de prévention à appliquer et les méthodes de travail sécuritaires à adopter lors de l'utilisation d'une scie à chaîne. À la fin de cette formation, les participants seront en mesure de :

- Prévenir les lésions lors de l'utilisation de la scie à chaîne.

Contenu

- Portrait de l'utilisation actuelle de la scie à chaîne sur les chantiers de construction;
- La réglementation, les rôles et les responsabilités;
- Les risques et les mesures de prévention;
- Les méthodes de travail sécuritaires de l'utilisation d'une scie à chaîne;
- Validation des connaissances.



ASSTSAS

<https://asstsas.qc.ca/formations/repertoire-des-formations/>

1. Organisation de la SST

1.1 Identification et analyse des risques

Format : Autoformation

Les organisations ont l'obligation d'identifier, de contrôler et d'éliminer les risques pouvant affecter la santé et la sécurité des travailleuses et des travailleurs. Cette [formation en ligne](#)* présente l'identification et l'analyse des risques. Ces deux activités permettent d'assurer le respect des obligations légales, de soutenir les organisations dans la prise en charge de la SST et de prioriser les actions en prévention.

* Cette formation a été développée et produite par l'Association paritaire pour la santé et la sécurité du travail, secteur « Administration provinciale » (APSSAP).

Objectifs d'apprentissage

Au terme de cette formation, vous serez en mesure :

- D'identifier les risques et les mesures de prévention;
- De déterminer le niveau de risque;
- De recommander et prioriser des mesures de prévention;
- De reconnaître les particularités du plan d'action.

1.2 Inspection des lieux de travail

Format : Autoformation

L'inspection est une activité clé de la prévention en santé et sécurité du travail. Pour qu'elle soit efficace, il est essentiel de la planifier, de l'organiser et de la structurer soigneusement.

Lors de cette [formation](#), vous expérimenterez trois mises en situation vous permettant de réaliser, étape par étape, une inspection des lieux de travail. Les environnements professionnels à inspecter sont un département informatique, un laboratoire de recherche et un entrepôt.

Objectifs d'apprentissage

Au terme de cette formation, vous serez en mesure :

- D'effectuer une inspection visuelle à partir des éléments de la grille;
- De proposer dans le rapport d'inspection des recommandations;
- De présenter les recommandations au comité de santé et de sécurité (CSS) pour bonification;
- D'assurer le suivi des mesures correctives et leur durabilité.

1.3 Prévention 101 – Nouvelle version des Bases essentielles d'un préventionniste

Format : Virtuel

La prévention en santé et la sécurité du travail est un vaste univers de connaissances et de pratiques. Ce [parcours de formation](#) vous propose des bases essentielles pour vous y retrouver. Il vous introduit aux aspects règlementaires de la SST, aux activités fondamentales de prévention et à la prise en charge de différents risques. Vous pouvez personnaliser votre parcours en fonction de vos intérêts, de votre rythme d'apprentissage et de votre disponibilité. Vous n'êtes pas dans l'obligation de suivre tous les cours en une seule session.

Objectifs d'apprentissage

Au terme de cette formation, vous serez en mesure de :

- Comprendre votre rôle et votre apport au sein de votre organisation en matière de SST;
- Identifier les différents risques de votre milieu de travail;
- Identifier les principaux moyens pour réduire l'exposition du personnel aux risques.



1.4 La SST, c'est l'affaire de tous!

Format : Autoformation

La prévention en santé et sécurité du travail (SST) fait partie de votre vie professionnelle, quel que soit votre milieu de travail, votre titre d'emploi ou vos fonctions dans l'organisation. Cette [capsule](#) présente les différents rôles et les responsabilités en cette matière ainsi que l'importance d'une démarche collective.

Objectifs d'apprentissage

Au terme de cette formation, vous serez en mesure :

- D'identifier les rôles et les responsabilités en prévention pour l'employeur, le comité de santé et de sécurité ainsi que pour les travailleuses et les travailleurs;
- De décrire les bénéfices de la collaboration et du paritarisme.
- Le mandat, les fonctions et la structure d'un CSS.

1.5 Enquête et analyse d'un événement accidentel

Format : Autoformation

À la suite d'un accident, mener une enquête et analyser l'information recueillie sont deux étapes d'une démarche essentielle en prévention. Cette [autoformation](#) illustre les notions de base de l'enquête et l'analyse d'événement accidentel (EAEA) à partir d'un cas fictif. Vous pourrez prendre part à l'enquête et recommander des mesures correctives et préventives pour éviter qu'un tel événement se reproduise.

Objectifs d'apprentissage

Au terme de cette formation, vous serez en mesure :

- D'expliquer les notions de base concernant l'enquête et l'analyse d'un événement accidentel;
- De mettre en application les étapes du processus d'enquête;
- D'analyser les données recueillies lors de l'enquête;
- De formuler des recommandations pertinentes et effectuer le suivi à la suite d'une enquête et d'une analyse d'un événement.

2. Risques biologiques

2.1 Protection respiratoire – Essais d'ajustement pour APR N95 [Ajusteurs] (risques biologiques)

Format : Présentiel, Virtuel

L'utilisation d'appareils de protection respiratoire (APR) est une pratique incontournable pour réduire l'exposition aux agents infectieux transmissibles dans l'air. Cette [formation](#) explique le processus d'essai d'ajustement (fit test) et les règles pour bien utiliser les APR de type N95.

Objectifs d'apprentissage

Au terme de cette formation, vous serez en mesure :

- De réaliser des essais d'ajustement qualitatifs des APR N95;
- De transmettre les règles d'utilisation et d'entretien d'appareils de protection respiratoire.

3. Risques chimiques

3.1 Gestion intégrée des matières dangereuses (SIMDUT) dans les établissements de santé

Format : Autoformation

Développée par le CHU de Québec – Université Laval, cette [formation](#) présente les mesures de sécurité à appliquer en fonction des renseignements disponibles sur les matières dangereuses et en conformité avec la réglementation en vigueur.

Objectifs d'apprentissage

Au terme de cette formation, vous serez en mesure :

- D'identifier les dangers d'un produit à partir des pictogrammes SIMDUT;
- D'interpréter la classification des produits dangereux;
- De repérer les renseignements sur les étiquettes et les fiches de données de sécurité (FDS);



- De déterminer les méthodes de travail sécuritaires pour l'utilisation, la manutention, l'entreposage et la disposition des produits dangereux;
- D'identifier les mesures de prévention afin de réduire l'exposition aux matières dangereuses.

3.2 Gestion sécuritaire de l'amiante

Format : Présentiel, Virtuel

Les travaux réalisés en présence d'amiante exigent prudence et précaution. Cette [formation](#) décrit les propriétés de l'amiante et ses effets sur la santé. Elle présente des méthodes de travail sécuritaire et des équipements de protection individuels nécessaires. Conforme aux exigences du Code de sécurité des travaux de construction et du Règlement sur la santé et la sécurité du travail, elle intègre des études de cas pour examiner des situations réelles de gestion de l'amiante.

Objectifs d'apprentissage

Au terme de cette formation, vous serez en mesure :

- D'identifier les risques pour la santé associés à l'exposition à l'amiante;
- D'appliquer les procédures de travail sécuritaires lors de la manipulation, de l'élimination ou de l'entretien de matériaux contenant de l'amiante;
- D'utiliser les EPI pour réduire les risques d'exposition à l'amiante.

4. Risques ergonomiques

4.1 Prévention des TMS en hygiène et salubrité – formateurs

Format : Présentiel

Le personnel d'hygiène et salubrité est exposé à divers risques. Parmi ceux-ci, il y a le risque de développer des troubles musculosquelettiques (TMS) liés à des tâches répétitives, de la manutention et des postures contraignantes. Vous pouvez vous doter de personnes-ressources pour réduire les accidents et les lésions professionnelles liés à ce risque. Ces personnes sont capables de former et d'accompagner les travailleuses et les travailleurs dans l'identification et la résolution de situations de travail physiquement exigeantes.

Cette [formation](#) a pour but ultime de contribuer à la prévention de TMS chez le personnel d'hygiène et salubrité en établissement. Elle se déroule sur 3 jours :

- Jour 1 (formation travailleur) : Formation donnée par les maîtres formateurs de l'ASSTSAS à un groupe de 10 personnes maximum qui comprend les candidats formateurs et un gestionnaire du service;
- Jour 2 (laboratoire de pratique) : Formation donnée par les maîtres formateurs de l'ASSTSAS aux candidats formateurs;
- Jour 3 (expérimentation) : Formation travailleur donnée par les candidats formateurs à leurs collègues sous la supervision de l'ASSTSAS. Si plus de 2 candidats, prévoir 1 ou 2 journées d'expérimentation additionnelles.

Objectifs d'apprentissage

Au terme de cette formation, vous serez en mesure:

- De donner la formation *Prévention des TMS en hygiène et salubrité – travailleurs*;
- D'accompagner les travailleuses et les travailleurs dans l'identification et la résolution de situations de travail physiquement exigeantes.

4.2 Manutention de charges – travailleurs

Format : Présentiel

Les tâches de manutention sont réalisées quotidiennement dans plusieurs secteurs d'activités (magasin, archives, informatique etc.). Même si les types de charges et la fréquence de manutention varient d'un secteur à un autre, ces activités de manutention peuvent entraîner des troubles musculosquelettiques (TMS), notamment au niveau du dos et des membres supérieurs. Cette [formation](#) est adaptée en fonction des caractéristiques et des enjeux de chaque milieu de travail.



Objectifs d'apprentissage

Au terme de cette formation, vous serez en mesure :

- De reconnaître une situation de manutention manuelle à risque;
- D'identifier des moyens pour réduire les risques d'accidents;
- De mettre en pratique des principes de manutention adaptés au contexte de travail.

4.3 Ergo-coach en laboratoire

Format : Présentiel

Vous entreprenez des changements ergonomiques dans vos laboratoires, des réaménagements ou l'acquisition d'équipements plus sécuritaires et performants? Vous voulez vous assurer que les technologistes profitent au maximum de ces modifications? Mandater des technologistes et les former comme *ergo-coach* en laboratoire pourrait être la solution. Ces personnes seront en mesure d'accompagner leurs collègues dans l'ajustement de leur poste de travail.

Objectifs d'apprentissage

Au terme de la formation, l'*ergo-coach* sera en mesure :

- D'expliquer son rôle;
- De repérer les écarts entre des postures de travail observées et les principes d'ergonomie;
- De partager et d'expliquer ces écarts aux collègues de travail;
- De proposer, tester et mettre en application des actions correctives.

4.4 PDSP écoles (Moniteurs-Enseignants)

Format : Présentiel

Les maisons d'enseignement accréditées par l'ASSTSAS détiennent le privilège de faire émettre des cartes d'attestation de l'ASSTSAS pour leurs étudiants s'ils réussissent les cours et les stages qui respectent les standards de [formation](#) aux *Principes pour le déplacement sécuritaire de personnes* (PDSP).

Le volet « écoles » de la formation de moniteurs aux *Principes pour le déplacement sécuritaire de personnes* (PDSP) est offert aux enseignants délégués par leur établissement d'enseignement.

4.5 PDSP travailleurs – Pédiatrie

Format : Présentiel

Aider un enfant ayant des limitations physiques à se déplacer implique souvent des postures contraignantes et des soulèvements. Bien qu'ils soient omniprésents, ces risques de troubles musculosquelettiques (TMS) sont la plupart du temps minimisés ou méconnus. Cette [formation](#) est un complément à la formation PDSP travailleurs. Elle présente un contenu spécifiquement développé pour aider le personnel en pédiatrie à agir en prévention des TMS.

Objectifs d'apprentissage

Au terme de cette formation, vous serez en mesure :

- D'analyser les éléments de la situation de travail spécifique à la pédiatrie;
- De décider d'une méthode sécuritaire;
- D'exécuter de façon sécuritaire des méthodes de déplacement;
- D'adopter des postures sécuritaires de travail.

4.6 Principes pour le déplacement sécuritaire de personnes (PDSP) – Volet théorique

Format : Autoformation

Également disponible en [anglais](#).

Le déplacement de personnes comporte un risque de troubles musculosquelettiques (TMS) chez le personnel soignant, dans tous les milieux, quelle que soit la clientèle. Cette [formation théorique](#) en ligne est le point de départ pour prévenir ce type de risque. Une fois réussie, vous obtenez une attestation préliminaire. **Cette dernière n'est PAS la carte PDSP.** Si vous désirez obtenir la carte PDSP (travailleurs), vous devez suivre le volet pratique avec une monitrice ou un moniteur PDSP. Communiquez avec la monitrice ou le moniteur PDSP de votre établissement.



Objectifs d'apprentissage

Au terme de cette formation, vous serez en mesure de vous protéger face aux risques de TMS lors des soins et des déplacements.

4.7 PDSP Moniteurs

Format : Présentiel

Les *Principes pour le déplacement sécuritaire de personnes* (PDSP) constitue un programme de formation phare de l'ASSTSAS depuis de nombreuses années. S'inspirant des meilleures pratiques pédagogiques, la [formation](#) PDSP moniteurs contribue à la prise en charge des risques de troubles musculosquelettiques liés au déplacement de personnes. Elle s'inscrit dans un contexte de projet organisationnel. Se doter d'un formateur ou d'une formatrice PDSP, c'est s'assurer d'avoir, au sein de son organisation, une personne-ressource compétente pour offrir la formation *PDSP travailleurs* à ses pairs, consolider leurs acquis et contribuer activement à la prévention.

Objectifs d'apprentissage

- Accompagner les soignants dans la mise en application de la démarche et des principes à respecter pour préserver leur santé physique lors de tâches d'assistance à la personne;
- Promouvoir la philosophie et les valeurs de SST dans son rôle de moniteur;
- Démontrer l'application de la démarche d'un soin sécuritaire;
- Animer un continuum de déplacement;
- Entraîner des travailleurs à l'application de la démarche de soins;
- Appliquer le processus de résolution de problème pour corriger une situation difficile de déplacement.

4.8 Méthodes de travail sécuritaires pour le personnel éducatif

Format : Présentiel

Chez les éducatrices et les éducateurs en services de garde, les douleurs au dos, au cou et aux épaules sont fréquentes. Cette [formation](#) les sensibilise au sujet des troubles musculosquelettiques (TMS) liés à leur métier et elle les outille pour agir en prévention.

Objectifs d'apprentissage

Au terme de cette formation, vous serez en mesure :

- D'identifier les tâches qui présentent des risques de TMS;
- De cibler des pistes de solution pour prévenir les TMS.

4.9 L'ergonomie chez les hygiénistes dentaires en milieu scolaire

Format : Présentiel

Les hygiénistes dentaires en milieu scolaire développent parfois des inconforts et des douleurs liés à des postures de travail et à la manutention de matériel. Cette [formation](#) présente des principes ergonomiques et des méthodes de travail sécuritaires pour prévenir les risques de troubles musculosquelettiques (TMS).

Objectifs d'apprentissage

Au terme de cette formation, vous serez en mesure de :

- Identifier les postures de travail à risque dans les différentes tâches de l'hygiéniste;
- Adopter des méthodes de travail sécuritaires;
- Proposer des correctifs pour rendre l'environnement de travail plus sécuritaire.

4.10 Entretien ménager sécuritaire à domicile

Format : Présentiel

Les personnes qui font de l'entretien ménager à domicile s'exposent à une multitude de risques. Cette [formation](#) fournit les connaissances en SST pour former et accompagner les préposés.es d'aide à domicile. Elle traite de postures sécuritaires, d'équipements de protection et de l'organisation du travail.

Objectifs d'apprentissage

Au terme de cette formation, vous serez en mesure :

- De transmettre les principes de base en SST;



- D'expliquer les risques liés aux tâches d'entretien ménager à domicile;
- De démontrer les méthodes et les postures de travail sécuritaires;
- D'accompagner les personnes d'aide à domicile en milieu de travail.

4.11 Méthodes de travail sécuritaires en échographie

Format : Présentiel

En effectuant des examens en échographie, les technologues peuvent ressentir des inconforts et des douleurs. Cette [formation](#) présente un ensemble de méthodes de travail pour réduire les risques de troubles musculosquelettiques (TMS). Elle aborde notamment l'utilisation d'équipement ergonomique, les repères pour une bonne posture et un positionnement sécuritaire.

Objectifs d'apprentissage

Au terme de cette formation, vous serez en mesure :

- D'identifier les risques de TMS associés aux examens;
- D'utiliser adéquatement les équipements;
- D'adopter les principes et les postures sécuritaires lors des examens.

4.12 Ajustement d'un poste de travail – Personne-ressource (anciennement Ergonomie du bureau)

Format : Présentiel

Un poste de travail mal ajusté augmente le risque de développer des troubles musculosquelettiques (TMS). Cette [formation](#) présente des principes et des repères ergonomiques pour adapter un poste de travail informatisé et pour sélectionner le mobilier et l'équipement adéquats.

Objectifs d'apprentissage

Au terme de cette formation, vous serez en mesure :

- D'identifier les risques de TMS présents dans un poste de travail;
- D'ajuster un poste de travail selon les règles de l'art;
- De proposer des aménagements respectueux des normes en ergonomie du bureau;
- D'agir comme une personne-ressource en matière d'ergonomie de bureau.

5. Risques liés à la sécurité

5.1 Cadenassage

Format : Présentiel

La libération soudaine d'énergies dangereuses, lors d'activités de maintenance, de déblocage ou de nettoyage sur des machines et des équipements, constitue un danger majeur. Pourtant, la situation serait différente si une gestion adéquate de ces énergies « dangereuses » était élaborée, implantée et respectée. Qu'est-ce que le cadenassage? Quel est le contexte légal et normatif à considérer? Quels sont les outils nécessaires pour le mettre en place? Que devrait comprendre un programme de cadenassage et comment l'implanter? Autant de questions auxquelles cette [formation](#) répond.

Objectifs d'apprentissage

Au terme de cette formation, le participant sera en mesure :

- De valoriser le cadenassage et ses finalités;
- De distinguer les différents types d'outils et de les associer de façon appropriée aux différentes situations de travail;
- De s'orienter dans le cadre légal et normatif du cadenassage au Québec;
- De concevoir, d'implanter et d'évaluer un programme de cadenassage;
- D'énoncer des critères pour le recours éventuel à des alternatives au cadenassage.

5.2 Utilisation sécuritaire des plates-formes élévatrices

Format : Présentiel, Virtuel

L'utilisation d'une plate-forme élévatrice* comporte des risques liés à ses caractéristiques techniques et à l'environnement de travail. Cette [formation](#) présente les notions de base et les règles pour le manœuvrer en toute sécurité.



* La formation traite des plates-formes suivantes : plate-forme élévatrice de type ciseaux et plate-forme élévatrice à bras articulé ou télescopique (girafe).

Objectifs d'apprentissage

Au terme de cette formation, vous serez en mesure :

- D'établir le cadre légal associé à l'utilisation de la plate-forme élévatrice;
- D'identifier les composantes de sécurité d'une plate-forme élévatrice;
- De déterminer les risques associés à l'utilisation de la plate-forme élévatrice;
- De déterminer les précautions à mettre en place lors de l'utilisation de la plate-forme élévatrice;
- D'effectuer une inspection quotidienne sur une plate-forme élévatrice.

5.3 Utilisation sécuritaire du chariot élévateur

Format : Présentiel, Virtuel

L'utilisation d'un chariot élévateur comporte des risques liés à ses caractéristiques techniques et à l'environnement de travail. Cette [formation](#) présente les notions de base et les règles pour le manœuvrer en toute sécurité.

Objectifs d'apprentissage

Au terme de cette formation, vous serez en mesure :

- De reconnaître les principes liés à la stabilité;
- D'identifier les risques;
- D'identifier les mesures de prévention.

6. Violence et risques liés à la santé psychologique

6.1 Approche relationnelle de soins

Format : Présentiel

La relation entre le soignant et la personne soignée est au cœur de [l'Approche relationnelle de soins*](#) (ARS). Cette dernière se compose d'un ensemble de principes et de techniques favorisant la communication et l'interaction entre personnes. C'est une approche humaniste visant à soutenir les milieux d'hébergement et à outiller les soignants qui interviennent auprès de personnes susceptibles de manifester de la résistance aux soins. En plus de contribuer à la santé et la sécurité du travail, l'ARS améliore la satisfaction et le sens au travail pour le soignant, tout en rehaussant la qualité des soins.

L'Approche relationnelle de soins s'inscrit dans un contexte de projet organisationnel. Se doter d'un formateur ou d'une formatrice ARS, c'est s'assurer d'avoir, au sein de son organisation, une personne-ressource compétente pour enseigner la formation ARS à ses pairs, consolider leurs acquis et contribuer activement à la prévention.

* Formation adaptée de l'Humanitude, développée par Yves Gineste et Rosette Marescotti.

Objectifs d'apprentissage

Au terme de cette formation, vous serez en mesure de :

- Expliquer le contenu théorique de la formation ARS de base à l'aide d'exemples concrets;
- Démontrer l'application de l'ARS en contexte réel de soin devant un groupe;
- Réaliser des activités de compagnonnage avec ses pairs lors d'un soin;
- Animer une rencontre de réflexion d'équipe.

6.2 Prévention de l'incivilité et du harcèlement au travail

Format : Autoformation

La manière de se comporter et d'interagir avec les autres est déterminante pour le climat de travail et la qualité des relations interpersonnelles. Cette [formation](#) vous sensibilise à l'incivilité et au harcèlement au travail, tout en vous proposant des gestes clés pour les prévenir.

Objectifs d'apprentissage

- D'identifier des signes de l'incivilité et du harcèlement au travail;
- D'adopter des comportements contribuant positivement à son climat de travail.



6.3 Bonnes pratiques pour assurer sa sécurité

Format : Autoformation

Interagir avec une clientèle hostile ou inquiétante par son attitude, ses paroles ou ses gestes, fait parfois partie de votre réalité professionnelle. Cette [capsule](#) vous aidera à préserver votre intégrité physique et psychologique, mais aussi à dispenser des soins et des services dans un contexte sain et sécuritaire.

Objectifs d'apprentissage

Au terme de cette formation, vous serez en mesure :

- De reconnaître les risques de violence;
- D'adopter de bonnes pratiques pour vous protéger lorsque vous offrez des soins et des services.

6.4 Prévention des comportements agressifs et perturbateurs liés aux troubles neurocognitifs

Format : Présentiel

Le personnel des milieux d'hébergement, de soins et de services à domicile subit régulièrement les comportements agressifs et perturbateurs de la clientèle souffrant de troubles neurocognitifs. Cette [formation](#) présente des méthodes de travail pour assurer sa sécurité et celles des autres en présence de ces comportements.

Objectifs d'apprentissage

Au terme de la formation, vous serez en mesure :

- D'identifier et analyser les dangers associés à un comportement agressif et perturbateur;
- De nommer les principes de base pour assurer sa sécurité;
- D'utiliser les méthodes de protection physique et psychologique de base;
- D'appliquer les méthodes de travail sécuritaire.

6.5 Agir en prévention pour la santé psychologique au travail

Format : Présentiel, Virtuel

La prise en charge de la santé psychologique pose bien des défis aux organisations, grandes ou petites. Cette [formation](#) se veut une introduction aux risques liés à la santé psychologique au travail. Elle présente différentes notions qui décrivent ces risques et qui aident à les comprendre. De plus, elle trace les grandes lignes d'une démarche en prévention.

Objectifs d'apprentissage

Au terme de cette formation, vous serez en mesure :

- D'identifier les principaux risques à la santé psychologique;
- De nommer des pistes d'action en prévention.

6.6 Oméga formateurs

Format : Présentiel

Le programme Oméga, qui comprend Oméga travailleurs et Oméga formateurs, permet de développer des habiletés d'intervention pour assurer sa sécurité et celles des autres, lors de manifestations de violence. L'angle préconisé est celui de la santé et de la sécurité du travail. La [formation](#) ne se penche pas sur les causes cliniques de l'agressivité, mais bien sur les moyens pour se protéger lors d'une intervention.

Pensez à l'exemple du pompier. Peu importe la cause de l'incendie, un pompier doit revêtir tout son équipement afin de se protéger lorsqu'il va éteindre le feu. Tout comme lui, une personne qui intervient dans une situation de violence doit prendre tous les moyens requis pour se protéger, peu importe la cause de l'agressivité.

Oméga formateurs permet de vous doter de personnes-ressources au sein de votre organisation en matière d'intervention sécuritaire lors de manifestations d'agressivité. Les formatrices et formateurs Oméga sont en mesure d'enseigner Oméga travailleurs à leurs pairs, de consolider leurs acquis et d'assister l'organisation dans l'application du programme de prévention de la violence.

Objectifs d'apprentissage

Au terme de cette formation, vous serez en mesure de :

- Enseigner les techniques d'intervention psychologique, d'encadrement verbal et de protection physique;



- Superviser l'apprentissage de ces techniques;
- Présenter le contenu du programme Oméga travailleurs en tenant compte de la réalité professionnelle des participantes et participants.

6.7 Communiquer avec bienveillance

Format : Présentiel, Virtuel

Notre quotidien au travail est tissé de relations interpersonnelles. Savoir communiquer pour mieux se comprendre est indispensable. Cette [formation](#) met en lumière des pratiques individuelles pour communiquer avec bienveillance et pour contribuer à un climat de travail sain et agréable.

Objectifs d'apprentissage

Au terme de cette formation, vous serez en mesure :

- D'utiliser la communication non-violente pour favoriser un climat de travail sain et harmonieux;
- D'expliquer la relation entre la communication non-violente et l'intelligence émotionnelle.



Auto Prévention

<https://www.autoprevention.org/fr/catalogue-de-formations>

Autoformations disponibles :

- [Maniement sécuritaire des roues;](#)
- [Prévention des troubles musculosquelettiques;](#)
- [Utilisation sécuritaire des ponts élévateurs hors terre à deux colonnes.](#)

1. Ergonomie

1.1 Ergonomie et TMS : dosez vos efforts

Format : Présentiel

Le dos est souvent sollicité, il est fragile et la source de nombreuses lésions professionnelles. Comprenez ce que sont les troubles musculosquelettiques et leur cause, comment éviter les postures contraignantes et utiliser de meilleurs équipements pour prévenir les risques de lésions.

Objectifs

À la fin de la [session](#), les participants :

- Sauront que le dos est souvent sollicité, qu'il est fragile et le siège de nombreuses lésions professionnelles;
- Auront un aperçu de ce que sont les troubles musculosquelettiques et de ce qui les cause;
- Comprendront comment éviter les postures contraignantes et utiliser de meilleurs équipements pour prévenir les risques de lésions;
- Verront quelques solutions applicables.

Plan de la session

Le portrait de la situation :

- Les TMS et les accidents pouvant être liés à des postures contraignantes, « l'usure » et les effets cachés des TMS,
- Les conséquences d'un accident pour le travailleur et l'employeur;

Le dos :

- La colonne vertébrale : ses composantes et leurs rôles,
- Les différentes régions du dos : les types de lésions;

Les bonnes positions :

- La position neutre : définition, effets et conséquences :
- Les positions neutres et contraignantes pour le haut du corps;

Dosez vos efforts! :

- Quelle est la charge maximale qu'on peut soulever? Ça dépend!
- L'application du principe de prévention au soulèvement :
 - Éliminer : méthode ou équipement qui élimine le soulèvement?
 - Contrôler : équipements disponibles? Autres méthodes?

Des solutions aux postures contraignantes :

- L'ajustement du poste :
 - Table ajustable, banc, pont élévateur, planche d'accès,
- Des trucs du métier :
 - Les points d'appui, le travail à deux mains;

Les aides à la manutention :

- Chariots, chariots à pneus, tables ajustables, diables, convoyeurs, supports, vérins spécialisés, pousse-voiture,
- Comment choisir ces équipements et les utiliser;

Le soulèvement des charges :

- La méthode de soulèvement,
- Le travail à deux,



- Cas particulier : le soulèvement des pneus;

L'aménagement des lieux et du travail :

- Quelques principes d'aménagement,
- Pausas et prévention des vibrations peuvent vous aider.

1.2 Service de pneus ergonomique

Format : Présentiel

Beaucoup de lésions au dos surviennent lors du service de pneus. Apprenez à reconnaître les situations à risque pour le dos, les principes de prévention, des méthodes de travail qui minimisent les soulèvements et comment intégrer des équipements - dont le chariot - pour diminuer les risques de lésions et améliorer votre productivité.

Objectifs

À la fin de la session, les participants :

- Seront conscients que beaucoup de lésions au dos surviennent lors du service de pneus;
- Sauront reconnaître les situations à risque pour le dos;
- Apprendront des principes de prévention;
- Connaîtront des méthodes de travail qui minimisent les soulèvements;
- Apprendront comment intégrer des équipements (dont le chariot) pour diminuer les risques de lésions et améliorer leur productivité.

Plan de la session

Le dos :

- Anatomie, fonctionnement, causes des maux de dos;

Le service de pneus :

- Problèmes, risques et limites;

Les moyens de prévention :

- Les équipements (le chariot à pneus, le diable, le lève-roue) :
 - Comment les intégrer à l'ensemble des opérations,
- L'aménagement des lieux,
- L'organisation du travail,
- La manutention prudente :
 - Principes d'ergonomie et techniques de soulèvement,
 - Comment intégrer les techniques à l'ensemble des opérations,
 - Méthodes adaptées selon le poids des roues;

Exercice pratique en atelier : les nouvelles méthodes :

- Selon l'aménagement des lieux et les équipements disponibles,
- Travail de plusieurs participants et observation par les autres.

2. Gestion d'un accident

2.1 Enquête d'accident

Format : Présentiel

Découvrez pourquoi il importe d'enquêter sur les accidents, comment faire une bonne enquête et tirer les conclusions qui empêcheront ces événements malheureux de se reproduire.

Objectifs

À la fin de la session, les personnes responsables d'enquêter sur les accidents sauront :

- Pourquoi il importe d'enquêter sur les accidents;
- Comment faire une bonne enquête d'accident;
- Comment tirer des conclusions qui empêcheront la répétition de tels événements malheureux.

Plan de la session

Pourquoi faire des enquêtes d'accident?

- Le but de l'enquête : la recherche des causes,
- Le choix et la formation des enquêteurs;

Comment faire une enquête?



- La démarche :
 - Cueillir les faits,
 - Identifier les causes (à partir des 6 composantes du travail),
 - Formuler des recommandations,
 - Faire l'implantation et le suivi;
- Comment recueillir les informations de façon impartiale;

Exercice pratique :

- Faire une enquête d'accident en groupes à partir de l'exemple scénarisé dans la vidéo *Pour éviter un autre accident*,
- Remplir les formulaires appropriés,
- Pousser la démarche jusqu'au bout (implantation des recommandations, suivi).

3. Gestion de la prévention

3.1 La Loi C-21, mieux vaut prévenir!

Format : Présentiel

Comprenez les enjeux liés à la loi C-21, retenez des pistes pour y faire face et repartez mieux outillé pour élaborer une défense en diligence raisonnable en SST.

Objectifs

À la fin de la [session](#), le participant saura :

- Comprendre les enjeux liés à la Loi C-21;
- Retenir quelques pistes pour y faire face;
- Être mieux outillé pour la mise en œuvre d'une défense en diligence raisonnable en santé et en sécurité du travail.

Plan de la session

- L'actualité;
- L'origine de la Loi C-21;
- Mécanisme d'application;
- La défense par la preuve de diligence raisonnable.

Plusieurs exemples et mises en situation permettront aux participants de bien comprendre les enjeux liés à la Loi C-21.

3.2 Contrôle des déversements

Format : Présentiel

Comprenez comment le contrôle des déversements s'intègre au plan des mesures d'urgence et le SIMDUT. Apprenez à reconnaître les risques de déversements dans votre établissement, comment utiliser votre trousse et à quel moment faire appel aux services d'intervention d'urgence externe.

Objectifs

À la fin de la [session](#), les participants :

- Comprendront comment le contrôle des déversements s'intègre à même le plan de mesures d'urgence et le système d'information des matières dangereuses utilisées au travail (SIMDUT) dans une stratégie de prévention complète;
- Reconnaîtront les principaux risques de déversements dans leur établissement;
- Sauront comment utiliser leur trousse de déversement;
- Sauront à quel moment faire appel aux services d'intervention d'urgence externe.

Plan de la session

Éviter les déversements :

- La tenue des lieux,
- Les méthodes de travail,
- L'entreposage,
- La disposition des produits;



Avant un déversement : se préparer pour pouvoir agir rapidement :

- Les responsabilités de chacun,
- L'équipe d'intervention d'urgence,
- L'identification des risques,
- Sécuriser l'aménagement,
- L'équipement nécessaire;

Pendant un déversement :

- Les objectifs de l'intervention elle-même,
- Comment réagir lors d'un petit ou d'un gros déversement :
 - Évaluation de la situation,
 - Les éléments clefs de l'intervention immédiate,
 - Procédure détaillée de l'intervention complète,
 - Disposition des résidus dangereux;
- Établir ses propres limites d'intervention selon la grosseur du déversement potentiel;

Après un déversement :

- Le post-mortem de la situation;

Exercice pratique en atelier : simulation :

- Selon l'aménagement des lieux et les équipements disponibles,
- Travail de plusieurs participants et observation par les autres,
- Simulation d'un petit déversement,
- La mise en place d'une digue pour protéger un puisard.

3.3 Prévention des incendies chez les recycleurs de pièces

Format : Présentiel

Apprenez à reconnaître les dangers des lieux de travail et des tâches, comment exécuter des travaux dangereux en toute sécurité et quoi faire lors d'une situation d'urgence.

Objectifs

À la fin de la [session](#), les participants :

- Reconnaîtront les dangers des lieux de travail et des tâches;
- Connaîtront les mesures générales de prévention;
- Sauront comment exécuter les travaux dangereux en toute sécurité;
- Sauront quoi faire lors d'une situation d'urgence.

Plan de la session

Le cadre réglementaire;

Le feu et ses composantes :

- Comprendre comment débute un feu;

Les mesures générales de prévention :

- Tenue des lieux, baladeuses et autres mesures générales,
- Entreposage sécuritaire des produits et des résidus dangereux (essence, diesel, antigel etc.),
- Déversement d'essence, vêtement imbibés et incendie corporel,
- Réception d'un véhicule;

Les travaux dangereux :

- Vidange d'essence et retrait du réservoir,
- Coupage à l'oxygaz,
- Véhicules hybrides : les batteries lithium-ion;

Les mesures d'urgence :

- Principes de base : plan des mesures d'urgence,
- Quoi faire en cas de déversement,
- Quoi faire en cas de début d'incendie.



3.4 Stress et santé mentale au travail

Format : Présentiel

Le risque psychosocial est l'un des 6 risques que vous devez gérer en milieu de travail. Il y a plusieurs facteurs qui influencent votre niveau de stress. Les identifier et les contrôler permettent d'être bien outillé afin de mieux prendre soin de sa santé psychologique.

Objectifs

À la fin de la [session](#), les participants sauront :

- Reconnaître les signes du stress;
- Comprendre les conséquences sur la santé mentale;
- Trouver des moyens pour combattre le stress;
- Identifier des ressources pour trouver de l'aide.

Plan de la session

Combattre le stress :

- Qu'est-ce que le stress?
- Conséquences du stress;
- Techniques pour diminuer le stress;
- Ressources (aide).

4. Risques pour la santé

4.1 Bruit et surdité professionnelle (formation obligatoire)

Format : Présentiel

Découvrez les effets du bruit sur la santé. Apprenez à identifier les situations où l'exposition au bruit est élevée, ainsi que quelques pistes pour la réduire à la source. Apprenez comment choisir, ajuster, inspecter et entretenir des protecteurs auditifs, ainsi que l'importance de les porter durant l'exposition au bruit élevé (théorie et pratique).

Note : Nous n'offrons pas la partie pratique si la théorie a été suivie auprès d'une autre organisation. Vous devez suivre la formation théorique d'Auto Prévention pour y avoir accès.

Objectifs

À la fin de la [session](#), les participants :

- Prendront conscience du bruit, de la surdité et de ses effets sur la personne atteinte;
- Identifieront les situations de bruit élevé dans le milieu de travail;
- Appliqueront les moyens pour réduire l'exposition au bruit ou la contrôler;
- Utiliseront correctement un protecteur auditif adéquat (partie pratique).

Plan de la session

Bruit et surdité :

- Définition du bruit,
- Intensité sonore,
- Facteurs contribuant à la surdité,
- Surdité professionnelle,
- Les autres effets du bruit;

Les normes d'exposition au bruit :

- La réglementation québécoise actuelle et à partir du 16 juin 2023;

Réduction de l'exposition et moyens de contrôle :

- Les outils et équipements,
- Les méthodes de travail,
- L'isolation et l'encoffrement;

La protection auditive :

- Choix et utilisation d'un protecteur auditif adéquat,
- Ajustement des divers types de protecteurs auditifs (théorie),
- Inspection et entretien des divers types de protecteurs auditifs,



- Importance du port des protecteurs auditifs pendant toute la durée de l'exposition au bruit;

Exercice pratique :

- Essai d'ajustement quantitatif pour valider la capacité du participant à obtenir une protection adéquate.

4.2 Risques biologiques

Format : Présentiel

Découvrez quels sont les différents risques biologiques, les modes de transmission des infections, les mesures de prévention et les risques potentiels de réaction allergique.

Objectifs

À la fin de la [session](#), les participants :

- Seront conscients des différents risques biologiques;
- Seront conscients des modes de transmission des infections;
- Connaîtront les mesures de prévention;
- Sauront identifier les risques potentiels de réaction allergique.

Plan de la session

Les agents biologiques :

- Bactéries, virus,
- Mode de transmission d'une infection;

Les mesures de prévention :

- Lavage des mains,
- Protection individuelle,
- Vaccination,
- Désinfection des surfaces;

Les infections et sources de contamination :

- Tétanos,
- Rage,
- Hépatite,
- SIDA;

Les sources de contamination :

- Fientes de pigeons,
- Seringues usées;

Les réactions allergiques :

- Piqûres et morsures d'insecte,
- Autres sources d'allergie en milieu de travail.

4.3 SIMDUT (formation obligatoire)

Format : Présentiel

Apprenez à identifier les produits dangereux dans votre milieu de travail, à reconnaître les mesures de prévention, à comprendre les sigles, les étiquettes et les affiches et à vous informer avec les fiches de données de sécurité.

Objectifs

À la fin de la [session](#), le participant saura :

- Identifier les produits dangereux dans son milieu de travail;
- Reconnaître les mesures de prévention;
- Observer, lire et comprendre les sigles, les étiquettes et les affiches;
- S'informer avec les fiches de données de sécurité.

Plan de la session

Qu'est-ce que le SIMDUT;

L'utilisation sécuritaire des matières dangereuses :

- Les principes applicables à l'ensemble des matières dangereuses : éliminer, contrôler, se protéger,
- La protection personnelle (règles de base);



Les étiquettes et les affiches :

- La compréhension des étiquettes et des affiches de données de sécurité,
- Comment réagir en cas d'urgence;

Les symboles de danger : classification et risques :

- Les principales caractéristiques de chaque catégorie et les risques reliés à chacune d'entre elles;

Les produits chimiques de consommation : symbole de danger et consignes;

Les fiches de données de sécurité (FDS) : exigences et contenu :

- Conservation et dialogues de sécurité.

Plusieurs exercices et mises en situation permettront aux participants de bien comprendre les enjeux reliés à l'utilisation, à la manutention, au stockage et à l'entreposage des produits dangereux.

4.4 Prévenir les lésions aux yeux

Format : Présentiel

Les [risques de lésions aux yeux](#) sont omniprésents dans un atelier. Apprenez des mesures de prévention simples pour les contrôler en adaptant simplement vos méthodes de travail et en portant des équipements de protection oculaires et/ou faciaux appropriés, adaptés aux risques présents dans votre environnement de travail.

Objectifs

- Reconnaître les risques présents dans le milieu de travail et leurs conséquences;
- Comprendre la différence entre les types de protection oculaire et faciale et utiliser celle qui s'applique selon la situation;
- Savoir comment réagir en cas d'accident aux yeux ou au visage.

Plan de la session

- Reconnaître les tâches et travaux à risque;
- Connaître les conséquences des lésions aux yeux et au visage;
- Portrait et statistiques;
- Protecteur oculaires et faciaux;
- Obligations de l'employeur et du travailleur;
- Port de protection en tout temps;
- Type de protecteurs requis selon l'environnement et les tâches/travaux;
- Entreposage et entretien;
- Mesures d'urgence;
- Obligations légales en matière de douches oculaires et d'urgence.

5. Risques pour la sécurité

5.1 Conduite préventive des véhicules automobiles

Format : Présentiel

Découvrez pourquoi adopter une attitude positive au volant et mettre en pratique des techniques de conduite préventive c'est si important!

Objectifs

À la fin de la [session](#), les participants :

- Connaîtront l'importance d'adopter une attitude positive au volant;
- Seront sensibilisés à l'importance de mettre en pratique des techniques de conduite préventive.

Plan de la session

Statistiques;

Avant le départ :

- L'état du conducteur,
- L'état du véhicule, l'observation visuelle du véhicule,
- L'ajustement du poste de conduite;

Sur la route :

- Les 5 règles de l'exportation visuelle,



- Les situations courantes de conduite : vitesse, intersection, dépassement, stationnement, zone scolaire,
- Les ennemis de la conduite : conditions météorologiques, circulation, état des routes,
- Les situations d'urgence : matériel d'urgence, véhicule en panne, signaux de détresse;

La marche arrière :

- Les angles morts,
- Les principes de la marche arrière sécuritaire,
- Comment guider un conducteur;

La sécurité dans la cour;

Le transport et la livraison : l'arrimage des charges;

Exercice pratique : un exercice pratique peut être organisé dans la cour de l'entreprise. Il touche particulièrement les points suivants :

- L'ajustement du poste de conduite;
- La marche arrière : les angles morts, le guidage.

5.2 Conduite sécuritaire des chariots élévateurs (et autres véhicules motorisés de manutention)

Format : Présentiel

Apprenez les dangers des chariots élévateurs et leur cohabitation avec les piétons, l'importance des mesures de sécurité et comment les inspecter et les utiliser de façon sécuritaire.

Objectifs

À la fin de la [session](#), le participant :

- Connaîtra les dangers des chariots élévateurs ainsi que les dangers de la cohabitation entre les chariots et les piétons;
- Sera sensibilisé à l'importance des mesures de sécurité;
- Saura les inspecter et les utiliser de façon sécuritaire.

Plan de la session

Les dangers des chariots élévateurs;

Les caractéristiques;

La stabilité et la capacité;

L'inspection;

L'alimentation (électrique, propane, diesel);

Les règles de sécurité :

- La conduite sécuritaire,
- La manutention des charges;

Modules complémentaires (au besoin) :

- Les quais de chargement,
- Les accessoires de préhension (pinces, allonges),
- Le chariot de cueillette,
- Le levage de travailleurs (la cage),
- Le harnais de sécurité,
- Le transpalette électrique;

Exercice pratique individuel sur les lieux de travail (adapté à la réalité de l'entreprise) :

- L'inspection du chariot,
- La circulation sécuritaire,
- Le gerbage et le dégerbage.

5.3 Conseillers aux ventes : santé et sécurité du travail

Format : Présentiel

Découvrez les risques associés au travail de conseiller en ventes de véhicules automobiles.

Objectifs

À la fin de la [session](#), les participants seront conscients des différents risques associés au travail de conseiller en ventes de véhicules automobiles.



Plan de la session

Les chutes et glissades :

- Conditions hivernales, escaliers,
- Monter à bord d'un véhicule;

La communication avec la clientèle agressive :

- Agressivité dans un contexte de vente,
- Stratégies de protection,
- Soutien par l'employeur;

L'essai routier :

- Les conducteurs à risque,
- Reconnaître l'ivresse et l'abus de drogues,
- La vérification du permis de conduire,
- Les conditions routières,
- Les moyens de communication d'urgence,
- L'ajustement du poste de conduite,
- La panne ou l'accident;

L'épuisement professionnel :

- Les besoins fondamentaux,
- L'angoisse financière;

L'ergonomie :

- Le poste informatique,
- Le téléphone cellulaire;

Les risques chimiques :

- Le monoxyde de carbone,
- L'hélium,
- Les produits de nettoyage;

Les autres risques :

- La présence en atelier de mécanique,
- La circulation des véhicules autour du bâtiment.

5.4 Transport des marchandises dangereuses (formation obligatoire)

Format : Présentiel

Le transport des marchandises dangereuses vous connaissez? Vous avez à préparer des envois, de la documentation ou vous transportez des marchandises dangereuses; cette formation s'adresse à vous. Que ce soit des coussins gonflables, des batteries d'auto ou de camion, de la peinture ou du diluant, ou encore vous remorquez des véhicules qui en transportent.

Objectifs

Cette session s'adresse à ceux qui préparent des envois (boîtes et documentation) ainsi qu'à ceux qui les livrent. À la fin de la session, les participants :

- Reconnaîtront leurs obligations relatives au transport des matières dangereuses;
- Identifieront les contenants selon la norme;
- Prépareront la documentation selon la norme.

Plan de la session

- La législation;
- Les besoins de formation, le certificat de formation;
- Les exigences relatives à la conservation des documents;
- La classification des matières dangereuses;
- Aperçu de toutes les classes et dangers des familles de produits;
- Les classes des produits du secteur des services automobiles;
- La préparation des commandes;
- Les contenants approuvés;
- L'identification des contenants (étiquette, appellation réglementaire, no UN);
- Le document d'expédition;



- Les quantités limitées : l'identification et la documentation;
- Les autres cas spéciaux;
- Le transport et la livraison des matières dangereuses;
- Le placardage du véhicule;
- Les règles de conduite : passages à niveau, tunnels, etc.

Exercices pratiques (tout au long de la session) :

- L'identification des boîtes : est-ce une quantité limitée ou non;
- Les documents d'expédition : plusieurs mises en situation en utilisant de préférence les formulaires de l'entreprise;
- Le placardage : mises en situation.

5.5 Travail sécuritaire sur les véhicules à motorisation électrique

Format : Présentiel

Familiarisez-vous avec les particularités des véhicules hybrides et électriques, les risques qui s'y rattachent, ainsi qu'avec les mesures de prévention à mettre en place pour travailler de façon sécuritaire.

Note importante : Cette présentation n'est pas une formation technique qualifiante mais une session de sensibilisation. Elle est centrée sur les principaux aspects de santé et de sécurité. Nous recommandons une [formation technique supplémentaire](#) à tous les travailleurs qui doivent intervenir sur la haute tension ou sur des véhicules accidentés.

Objectifs

L'arrivée de ces véhicules constitue une percée technologique. Mais ce virage vers l'électricité a-t-il des répercussions sur la santé des travailleurs? Il est important de comprendre les risques d'électrisation et d'incendie qui peuvent survenir en travaillant avec les véhicules à motorisation électrique.

Au cours de cette [session](#), les participants se familiariseront avec :

- Les caractéristiques et le fonctionnement de ces véhicules;
- Les risques du courant électrique;
- Les risques et les mesures préventives pour l'entretien, la réparation, le démantèlement et le remorquage de ces véhicules.

Plan de la session

Effets du courant électrique sur le corps humain;

Fonctionnement des véhicules à motorisation électrique;

- Types de véhicules;
- Types de batteries;

Comment identifier le véhicule à motorisation électrique;

Sécurité électrique;

- Composantes sous tension;
- Préparation à la mise hors tension sécuritaire;
- Mise hors tension sécuritaire;

Mesures d'urgence en cas d'électrisation;

Conseils de prudence;

Démontage d'un véhicule à motorisation électrique;

Remorquage d'un véhicule à motorisation électrique.

5.6 Utilisation sécuritaire des plateformes élévatrices

Format : Présentiel

Découvrez les dangers des plateformes élévatrices et leur cohabitation avec les piétons, l'importance des mesures de sécurité, comment les inspecter et les utiliser de façon sécuritaire.

Objectifs

À la fin de la [session](#), les participants :

- Connaîtront les dangers des plates-formes élévatrices ainsi que les dangers de la cohabitation entre les plates-formes et les piétons;
- Seront sensibilisés à l'importance des mesures de sécurité;
- Sauront les inspecter et les utiliser de façon sécuritaire.



Plan de la session

Les modèles de plates-formes;

La réglementation et les responsabilités :

- Quelques cas d'accidents;

Les composantes et les éléments de sécurité d'une plate-forme :

- La plaque signalétique,
- Les moyens d'accès,
- Le poste de commande;

L'inspection;

Les risques et les mesures de prévention :

- Les méthodes de travail sécuritaire;

Le harnais de sécurité :

Exercice pratique individuel sur les lieux de travail (adapté à la réalité de l'entreprise) :

- L'inspection de la plate-forme,
- La circulation sécuritaire.

5.7 Utilisation sécuritaire des ponts roulants (formation obligatoire)

Format : Présentiel

Découvrez les types de ponts roulants et les risques rencontrés, les obligations légales de vérification, d'entretien et de la formation des utilisateurs.

Objectifs

À la fin de la [session](#), les participants :

- Connaîtront les risques des ponts roulants et leur utilisation sécuritaire;
- Sauront les principes à respecter pour un élingage sécuritaire;
- Sauront comment inspecter ces équipements et les utiliser de façon sécuritaire.

Plan de la session

Un aperçu de la situation :

- Les types de ponts roulants et les risques rencontrés,
- Les obligations légales de vérification et d'entretien,
- Les obligations légales relatives à la formation des utilisateurs;

Les types de ponts roulants :

- Ponts roulants, potences, ponts à portiques...,
- Les caractéristiques obligatoires et optionnelles,
- La vérification des composantes du pont roulant;

La charge :

- Ses caractéristiques,
- Les principes de soulèvement sécuritaire;

L'élingage et le gréage :

- Les types d'élingues : fibres synthétiques, chaînes, câbles,
- Le choix et la vérification des élingues,
- Comment attacher la charge de façon sécuritaire;

L'utilisation sécuritaire du pont roulant :

- Les règles de gréage et de déplacement sécuritaire de la charge (avant le déplacement, pendant, après),
- Les choses à ne pas faire (et pourquoi);

Exercice pratique, sur les lieux de travail (adapté selon les besoins) :

- L'inspection des ponts roulants,
- L'inspection des élingues,
- L'utilisation des ponts roulants.



5.8 Ponts élévateurs (levage sécuritaire des véhicules légers)

Format : Présentiel

Apprenez l'importance du risque relié au travail sous un véhicule, la bonne méthode de levage et les principales tâches d'entretien préventif.

Objectifs

À la fin de la [session](#), les utilisateurs de ponts élévateurs connaîtront :

- L'importance du risque relié au travail sous le véhicule;
- La bonne méthode de levage;
- Les principales tâches d'entretien préventif.

Plan de la session

La méthode de levage sécuritaire :

- La capacité,
- Le positionnement du véhicule,
- Les patins,
- Les points de levage,
- Le blocage des bras pivotants
- La stabilité du véhicule
- Le levage
- L'utilisation de chandelles;

L'inspection et l'entretien du pont élévateur :

- Les fréquences de vérification,
- Les éléments à vérifier et entretenir,
 - Intégration des consignes de vérification présentées sur la fiche,
 - L'entretien préventif des ponts élévateurs.

5.9 Chutes, glissades et déneigement

Format : Présentiel

La saison hivernale amène son lot de risques. Venez découvrir les mesures de prévention à mettre en place pour le travail au froid, le déneigement et pour éviter les chutes et les glissades.

Objectifs

À la fin de la [session](#), le participant saura :

- Identifier les risques du travail au froid, du déneigement et des chutes et des glissades l'hiver;
- Comprendre les techniques de pelletage et de déneigement des véhicules;
- Mettre en pratique les mesures de prévention pour travailler au froid, déneiger sans se blesser et éviter les chutes et les glissades.

Plan de la session

Travailler au froid :

- S'habiller pour l'hiver;

Déneigement :

- Pelletage - technique et équipements,
- Déneigement des véhicules,
- Déneigement des toitures,
- Déneigement des accès et voies de circulation;

Chutes et glissades;

Essais routiers.

5.10 Travail en hauteur et harnais de sécurité

Format : Présentiel

Travailler en hauteur vous expose à des risques de chutes qui peuvent entraîner des entorses, des fractures multiples, et même la mort. Découvrez les mesures de prévention à mettre en place pour vous protéger.



Objectifs

À la fin de la [session](#), les participants sauront :

- Reconnaître les risques de chutes en hauteur;
- Connaître leurs obligations en prévention;
- Identifier des moyens de prévention;
- Proposer un plan d'action.

Plan de la session

- Accidents;
- Principe de prévention;
- Solutions techniques;
- Sécurisation des lieux;
- Protection personnelle (harnais de sécurité);
- Mesures d'urgence.

5.11 Colonnes mobiles (levage sécuritaire des véhicules lourds)

Format : Présentiel

Apprenez les dangers liés au levage d'un véhicule lourd, les étapes d'utilisation sécuritaire et les tâches de vérification et d'entretien sur les colonnes mobiles de levage.

Objectifs

À la fin de la [session](#), les utilisateurs de colonnes mobiles de levage connaîtront :

- Les dangers liés au levage d'un véhicule lourd;
- Les étapes d'une utilisation sécuritaire;
- Les principales tâches d'inspection et d'entretien.

Plan de la session

Les dangers;

Lever un véhicule lourd en toute sécurité :

- Respecter la capacité de charge,
- Planifier le travail,
- Positionner les colonnes mobiles,
- Lever le véhicule,
- Travailler sous le véhicule,
- Descendre le véhicule,
- Situations d'urgence;

Vérification et entretien préventif :

- Réparation par un expert,
- Vérifications avant utilisation,
- Vérifications et entretiens mensuels,
- Vérifications et entretiens annuels,
- Registre d'entretien;

Exercice pratique sur les lieux de travail (adapté à la réalité de l'entreprise) :

- Choix de l'emplacement,
- Vérifications du véhicule,
- Vérifications des colonnes mobiles de levage,
- Levage sur 4 roues,
- Situation d'urgence.

5.12 Utilisation sécuritaire des chargeuses sur roues

Format : Présentiel

Découvrez les risques associés à l'utilisation d'une chargeuse sur roues ainsi que les mesures de prévention à mettre en œuvre pour prévenir des accidents de travail et assurer un milieu de travail sécuritaire.

Objectifs

À la fin de la [session](#), les participants :



- Seront en mesure d'effectuer une inspection complète;
- Connaitront les dangers associés à l'utilisation d'une chargeuse sur roues;
- Seront capables de déterminer les mesures de prévention à appliquer pour une utilisation sécuritaire.

Plan de la session

Mise en contexte :

- Statistiques d'accident,
- Équipements de protection individuelle,
- Prévention des chutes;

Inspection de la chargeuse;

Stabilité et capacité :

- Principe de stabilité d'une chargeuse sur roues,
- Les accessoires et la stabilité,
- Identification de la charge nominale de fonctionnement;

Circulation et déplacement;

- Cohabitation avec les piétons,
- Environnement de travail,
- Mesures de prévention;

Manutention de charge :

- Utilisation des fourches,
- Chargement/déchargement de véhicules,
- Gréage et levage,
- Dénéigement,
- Travail à proximité d'une ligne électrique,
- Remorquage avec une chargeuse sur roues;

Stationnement et alimentation :

- Principes de sécurité,
- Dangers du diesel;

Exercice pratique sur les lieux de travail (adapté à la réalité de l'entreprise) :

- L'inspection du chariot,
- La circulation sécuritaire,
- L'utilisation sécuritaire des fourches.

5.13 Sécurité en dépannage et remorquage de véhicules à motorisation électrique

Format : Présentiel

Avec le nombre grandissant de véhicules électriques et hybrides circulant sur nos routes, la fréquence des pannes et des accidents dans lesquels ils sont impliqués ne peut qu'augmenter. Ainsi, les professionnels du remorquage sont plus que jamais concernés par cette nouvelle réalité. En termes de sécurité du travail, cela implique que les opérateurs de dépanneuses sont désormais exposés aux risques spécifiques de ces véhicules, et ce pour l'ensemble des situations possibles. La session se veut un forum d'échange où les participants seront invités à partager leurs expériences et leurs connaissances sur la sécurité pour le dépannage de véhicules à motorisation électrique.

Note importante : Cette présentation n'est pas une formation technique qualifiante, mais une session de sensibilisation. Elle est centrée sur les principaux aspects de santé et de sécurité. Nous recommandons une [formation technique supplémentaire](#) à tous les travailleurs qui doivent intervenir sur la haute tension ou pour effectuer un désamorçage.

Objectifs

Il est important de comprendre les risques d'électrisation et d'incendie qui peuvent survenir en travaillant avec les véhicules à motorisation électriques, selon l'état et l'emplacement du véhicule à dépanner. Au cours de cette [session](#), les participants seront sensibilisés et informés afin de savoir :

- Identifier les risques;
- Localiser et obtenir les informations nécessaires pour les véhicules et les conditions du dépannage;
- Déterminer s'il est possible d'intervenir de façon sécuritaire;



- Choisir des méthodes de travail sécuritaires pour le contexte (véhicule, environnement, type d'accident/intervention).

Plan de la session

Caractéristiques des véhicules à motorisation électrique :

- Comment les reconnaître,
- Circuits électriques – basse et haute tension;

Risques spécifiques aux véhicules électriques :

- Risque électrique,
- Risque d'incendie,
- Risque chimique,
- Autres risques;

Mesures de prévention :

- Préparation des interventions de dépannage :
 - Planification,
 - Équipement de dépannage,
 - Équipement de protection individuelle;
- Interventions de dépannage :
 - Véhicules peu accidentés,
 - Véhicules très accidentés;
- Transport et dépose du véhicule;

Mesures d'urgence;

Documentation;

Qualification du personnel;

Conclusion.

5.14 Utilisation sécuritaire des chariots de transport

Format : Présentiel

Découvrez les risques lors de l'utilisation des chariots de transport en particulier dans les zones partagées avec les piétons. Apprenez les techniques d'inspection, la conduite sécuritaire et comment utiliser les accessoires.

Objectifs

À la fin de la formation, le participant sera en mesure de :

- Réaliser une inspection complète d'un chariot de transport;
- Reconnaître les risques associés à l'utilisation d'un chariot de transport;
- Appliquer les mesures de prévention appropriées.

Plan de la session

- Conception et caractéristiques;
- L'inspection;
- Risques et moyens de prévention;
- Conclusion;
- Observation pratique.

Nouveauté!



MultiPrévention

<https://multiprevention.org/activites-de-formation/sommaire-des-evenements/>

Catalogue de formations 2024 :

https://multiprevention.org/wp-content/uploads/2024/11/Multiprevention_Catalogue_Formations_2025.pdf

1. Appareils de levage

1.1 (Dé)charger sans s'tuer à l'ouvrage

Format : [Webconférence en rediffusion](#)

Objectif

- Identifier les risques liés au déchargement;
- Déterminer les solutions pour prévenir les accidents.

Aperçu du contenu

Cette conférence asynchrone (enregistrée) brosse un tour d'horizon des situations dangereuses lors du chargement et déchargement de véhicules, notamment au quai, mais aussi des moyens de prévention et des solutions applicables pour travailler en toute sécurité. À la fin de la conférence en ligne, un exemple adaptable sera disponible pour téléchargement.

1.2 Accessoires pour chariot élévateur : pas à prendre à la légère

Format : [Webconférence en rediffusion](#)

Objectif

Cette webconférence en rediffusion permet de :

- S'informer sur les normes applicables;
- Prendre connaissance des principaux accessoires utilisés;
- Reconnaître l'impact sur le centre de gravité du chariot élévateur;
- Identifier les bonnes pratiques sur l'utilisation des accessoires.

Aperçu du contenu

Cette conférence asynchrone (enregistrée) présente les risques et mesures de prévention associés à l'utilisation d'accessoires pour les chariots élévateurs. Nous verrons que plusieurs accessoires ou fixations peuvent être installés sur un chariot élévateur pour augmenter sa polyvalence, faciliter la prise de charges particulières ou permettre une plus grande manœuvrabilité de la charge. Au cours de cette conférence, nous brosserons un portrait des accessoires les plus utilisés au Québec et de leurs caractéristiques à l'aide d'exemples concrets. Un guide et une fiche d'inspection seront accessibles une fois la conférence terminée.

1.3 L'aménagement de la circulation en entreprise : à chacun sa voie!

Format : [Webconférence en rediffusion](#)

Objectif

- Prendre conscience des statistiques liées aux accidents entre chariot et piétons au Canada;
- Distinguer les caractéristiques d'un chariot et d'un véhicule;
- Sensibiliser aux situations à risques liées à la circulation;
- Présenter les étapes pour prévenir les accidents.

Aperçu du contenu

Cette conférence asynchrone (enregistrée le 19 septembre 2024) présente l'importance de s'assurer d'un aménagement sécuritaire des voies de circulation où les chariots et les piétons se côtoient. La conférencière vous présente les diverses situations dangereuses, des options pour prévenir les accidents liés à la circulation entre chariot et piétons.

De plus, les 5 étapes pour prévenir les accidents sont abordées, ainsi que différents moyens de prévention, tels que la signalisation, les équipements de sécurité, des outils et des références pratico-pratiques.



1.4 Utilisation sécuritaire des palans et des ponts roulants

Format : [Formation en entreprise](#) (également disponible en [anglais](#) et en [espagnol](#)), [Formation publiques](#) (à distance) (également disponible en anglais et en espagnol)

Objectif

Acquérir les habiletés pour prévenir les accidents associés à l'utilisation des appareils de levage.

Aperçu du contenu

- Description et inspection des différents types d'appareils et des accessoires de levage;
- Identification des risques et des mesures de prévention reliés à la manutention de charge.

Note : Formation pratique requise après cette formation.

1.5 Utilisation sécuritaire des palans et des ponts roulants - RAPPEL

Format : [Formation en entreprise](#), [Formation en ligne](#)

Objectif

Acquérir les habiletés pour prévenir les accidents associés à l'utilisation des appareils de levage.

Aperçu du contenu

- Revue des éléments clés à inspecter sur les différents types d'appareils et des accessoires de levage;
- Retour sur les principaux dangers associés à la manutention et au levage d'une charge;
- Revue des bonnes pratiques reliés au levage ainsi que des mesures de prévention à adopter par l'opérateur du système de levage pour prévenir les accidents.

Note : Formation pratique requise après cette formation.

1.6 Utilisation sécuritaire des plates-formes élévatrices

Format : [Formation en entreprise](#) (également disponible en [espagnol](#)), [Formation publique](#) (à distance) (également disponible en [espagnol](#))

Objectif

Reconnaître les mesures de prévention afin d'éliminer les accidents associés à l'utilisation d'une plate-forme élévatrice.

Aperçu du contenu

- Composantes et dispositifs de sécurité de la plate-forme élévatrice (de type ciseaux et à bras articulé ou télescopique (girafe));
- Préparatifs pour travailler en sécurité;
- Revue des principaux risques et des bonnes pratiques à adopter.

Note : Formation pratique requise après cette formation.

1.7 Utilisation sécuritaire des transpalettes électriques

Format : [Formation en entreprise](#), [Formation en ligne](#)

Le transpalette électrique est un appareil de levage tout comme le chariot élévateur. Il est aussi nommé « Chariot motorisé à petite levée, à conducteur accompagnant » selon la norme B56 *Safety Standard for Low Lift and High Lift Trucks B56. 1-1993* mentionnée à l'article 256 du RSST.

Objectif

Reconnaître les risques et les mesures de prévention reliés à l'usage du transpalette électrique.

Aperçu du contenu

- Notions de base en sécurité relatives aux transpalettes, incluant l'inspection;
- Provenance des risques;
- Identification des mesures de prévention.

Note : Formation pratique requise après cette formation.



1.8 Utilisation sécuritaire du chariot élévateur

Format : [Formation en entreprise](#) (également disponible en [anglais](#) et en [espagnol](#)), [Formation publiques](#) (à distance) (également disponible en anglais et en espagnol), [Formation en ligne](#)

Objectif

Identifier les risques d'accident et reconnaître les mesures de prévention lors de l'utilisation du chariot élévateur.

Aperçu du contenu

- Notions de base en sécurité relatives au chariot élévateur, incluant l'inspection;
- Scénarios d'accidents typiques;
- Identification des règles de sécurité selon les étapes du travail de cariste.

Note : Formation pratique requise après cette formation.

1.9 Utilisation sécuritaire du chariot élévateur - RAPPEL

Format : [Formation en entreprise](#), [Formation en ligne](#)

Objectif

Identifier les principaux risques d'accident et reconnaître les mesures pour les prévenir lors de l'utilisation du chariot élévateur.

Aperçu du contenu

- Notions de base en sécurité relatives au chariot élévateur, incluant l'inspection;
- Retour sur les principaux dangers associés à l'utilisation du chariot élévateur;
- Révision des règles de sécurité ainsi que des moyens de prévention à adopter par le cariste.

Note : Formation pratique requise après cette formation.

2. Bruit

2.1 Bien se protéger du bruit

Format : [Formation en entreprise](#) (également disponible en [anglais](#)), [Formation en ligne](#)

Objectif

Reconnaître l'impact du bruit sur la santé du travailleur et comment bien s'en protéger.

Aperçu du contenu

- Réglementation sur le bruit;
- Facteurs de risque du bruit et ses effets sur la santé;
- Types de protecteurs auditifs et leur entretien;
- Atelier de démonstration pour bien ajuster sa protection auditive.

2.2 Gérer la réduction du bruit en entreprise

Format : [Formation en entreprise](#), Formation publique ([à distance](#) ou [en présentiel](#))

Objectif

Identifier, évaluer et contrôler les sources de bruit dans le milieu de travail.

Aperçu du contenu

- Exigences réglementaires;
- Impacts du bruit sur la santé du travailleur;
- Identifier les sources de bruit et la stratégie d'intervention;
- Déterminer les moyens pour réduire le bruit de manière efficace;
- Réaliser un plan d'action.

2.3 Gérer le bruit : une obligation et des moyens pour le faire

Format : [Webconférence en rediffusion](#)

Objectif

Cette webconférence en rediffusion permet de :

- S'informer sur les nouvelles obligations en matière de gestion du bruit en entreprise;



- Découvrir un outil qui facilite la mise en conformité;
- Se référer aux bonnes pratiques pour réduire le bruit;
- Prendre connaissance des guides fournis par la CNESST.

Aperçu du contenu

Cette conférence asynchrone (enregistrée) présente les changements réglementaires sur le bruit. On y présente les nouvelles limites et obligations associées à une surexposition au bruit en entreprise. Notre programme de gestion de la réduction du bruit en format adaptable est présenté afin de faciliter la conformité de l'entreprise aux nouvelles exigences.

2.4 L'exposition au bruit et aux produits chimiques ototoxiques : un risque plus grand de dommages à l'audition

Format : [Webconférence en rediffusion](#)

Objectif

Cette webconférence en rediffusion permet de :

- S'exposer le problème de l'exposition du bruit au Québec;
- Découvrir les substances chimiques toxiques pour l'audition;
- Prendre conscience des effets de l'exposition au bruit et aux substances ototoxiques;
- Se familiariser avec les substances chimiques aggravant l'effet du bruit;
- Prendre connaissance des conséquences pour les capacités auditives et la communication;
- Découvrir les stratégies de prévention.

Aperçu du contenu

Le conférencier présente comment le bruit ainsi que les produits chimiques ototoxiques constituent un risque de dommage à l'audition. Des stratégies de prévention sont ainsi présentées afin d'éviter les risques de dommage pour l'audition.

3. Cadenassage

3.1 Appliquer son programme de cadenassage

Format : [Formation en entreprise](#)

Objectif

Être en mesure d'appliquer le programme de cadenassage de l'entreprise.

Aperçu du contenu

- Exigences réglementaires;
- Identification des sources d'énergie et des points d'isolement;
- Matériel de cadenassage;
- Présentation du programme de cadenassage de l'entreprise;
- Revue de la procédure et des fiches de cadenassage de certains équipements.

3.2 Élaborer un programme de cadenassage

Format : [Formation en entreprise](#), [Formation publique](#) (à distance), [Webconférence en rediffusion](#)

Objectif

Être en mesure d'élaborer un programme de cadenassage qui facilitera l'implantation du cadenassage dans l'entreprise, dans le respect des exigences réglementaires.

Aperçu du contenu

- Exigences réglementaires;
- Marche à suivre pour élaborer un programme de cadenassage;
- Identification des sources d'énergie et des points d'isolement;
- Matériel de cadenassage;
- Contenu des fiches de cadenassage;
- Encadrement des situations inhabituelles;
- Aperçu des autres méthodes de contrôle des énergies.



3.3 La maîtrise du cadenassage

Format : [Formation en ligne](#)

Objectif

Cette formation vise les objectifs généraux suivants :

- Comprendre et distinguer les différentes sources d'énergies et les notions relatives au cadenassage;
- Adopter des comportements sécuritaires en présence des différentes sources d'énergies en utilisant les principes du cadenassage;
- Être convaincu de l'importance du cadenassage en milieu de travail.

Aperçu du contenu

Cette formation est le résultat d'une collaboration avec l'ASPM et l'ASFETM. Les principaux sujets traités dans cette formation sont les suivants :

- Les sources d'énergies;
- Le contrôle d'énergies;
- Impacts du non-respect du programme;
- Définitions, concepts et notions de base;
- Rôles et responsabilités;
- Procédures.

3.4 Sensibilisation au cadenassage

Format : [Conférence à la carte](#)

Objectif

Se familiariser avec les principaux éléments du programme de cadenassage de l'entreprise.

Aperçu du contenu

- Exigences réglementaires;
- Rôle et responsabilités des intervenants en cadenassage;
- Éléments-clés du programme de cadenassage.

4. Comités de santé et de sécurité

4.1 Dynamiser votre comité

Format : [Formation en entreprise](#)

Objectif

Identifier des stratégies pour réaliser le potentiel du comité de santé et de sécurité du travail.

Aperçu du contenu

- Revue et mise en pratique de diverses stratégies de communication en prévention;
- Outils pour cibler des projets et en assurer le suivi;
- Reconnaissance comme levier pour mobiliser les personnes.

4.2 Le parcours de formation du CSS : pour une collaboration optimale de ses membres

Format : [Webconférence en rediffusion](#)

Objectif

Cette webconférence en rediffusion permet de :

- Permettre au comité de reconnaître les bénéfices de la formation des membres pour le succès du CSS;
- Identifier les formations nécessaires au CSS afin d'enrichir ses connaissances et ses habiletés et ainsi mettre en œuvre des conditions gagnantes pour un comité crédible et efficace.

Aperçu du contenu

Cette conférence asynchrone (enregistrée le 14 mars 2024) porte sur la formation des membres du CSS, lequel est un enjeu clé pour la réussite de ses actions au sein de l'entreprise. Lors de cette webconférence, voyez l'importance que l'on se doit d'y accorder et les impacts positifs négatifs sur la mobilisation des membres du comité SST lorsque la formation est insuffisante. De plus, la conférencière vous présentera le



parcours de formation mis en place par MultiPrévention en vue de développer les compétences des membres du CSS. Un parcours de formation, c'est un gage de succès en SST !

4.3 Réunions efficaces du comité de santé et de sécurité

Format : [Formation en entreprise](#)

Objectif

Fournir au comité de santé et de sécurité les moyens et les outils nécessaires pour améliorer l'efficacité des réunions.

Aperçu du contenu

- Mandat, rôle, fonctions et responsabilités du comité de santé et de sécurité;
- Conditions menant au bon fonctionnement d'un comité de santé et de sécurité;
- Outils pour mener des réunions efficaces.

5. Ergonomie

5.1 Devenir un ergo-coach dans son entreprise

Format : [Webconférence en rediffusion](#)

Objectif

- Se familiariser avec les enjeux et les risques ergonomiques en ergonomie de bureau;
- Découvrir une façon innovante de prévenir les troubles musculosquelettiques (TMS) pouvant se développer en posture statique (travail à l'écran).

Aperçu du contenu

Cette webconférence asynchrone (enregistrée) présente une solution visant l'autonomie des entreprises face aux enjeux et aux risques ergonomiques rencontrés par les travailleuses et travailleurs des postes de travail à l'écran au bureau ou en télétravail. De plus, vous découvrirez quel est le profil des futurs ergo-coaches recherchés et quelles conditions gagnantes sont nécessaires pour mettre en œuvre cette solution innovante. La dernière partie vous informe des détails du déroulement de la formation Devenir un ergo-coach pour le travail à l'écran dans votre entreprise. À la fin de l'activité, plusieurs références seront disponibles.

5.2 Devenir un ergo-coach pour les postes de travail à l'écran

Format : [Formation en entreprise](#)

Objectif

Permettre aux participants de documenter les difficultés signalées et observées ainsi que formuler des recommandations.

Aperçu du contenu

- Exigences du travail à l'écran;
- Principaux facteurs de risque liés au travail à l'écran et moyens de les identifier à l'aide du formulaire;
- Pistes de solutions à envisager et mettre en œuvre;
- Manières d'intervenir avec efficacité et éthique auprès de ses collègues.

5.3 Évaluez vos risques ergonomiques avec E2

Format : [Webconférence en rediffusion](#)

Objectif

Cette webconférence en rediffusion permet de :

- Se familiariser avec les problématiques ergonomiques en entreprise;
- Déterminer les meilleures pratiques;
- Se familiariser avec la plateforme d'ergonomie E2;
- Déterminer les solutions pour prévenir les risques ergonomiques.



Aperçu du contenu

Cette conférence asynchrone (enregistrée) présente les problématiques de l'industrie, les meilleures pratiques des entreprises performantes, l'ADN de la plateforme E2 et comment elle fonctionne, les bénéfices et les valeurs ajoutées de E2 et ses conditions de succès.

5.4 La prévention des troubles musculosquelettiques, ça vaut le coût!

Format : [Webconférence en rediffusion](#), [Conférence à la carte](#)

Objectif

- Identifier des arguments convaincants pour mobiliser les personnes-clés à l'importance des TMS;
- Reconnaître l'impact financier des lésions associés aux troubles musculosquelettiques.

Aperçu du contenu

Cette conférence asynchrone (enregistrée) permet de mieux comprendre les enjeux entourant les TMS pour votre entreprise et pourquoi il faut en faire une priorité. Elle présente aussi des cas problématiques et leurs solutions.

5.5 Le travail à l'écran

Format : [Formation en entreprise](#), [Formation publique](#) (à distance)

Objectif

Connaître les grands principes d'aménagement et d'ajustement d'un poste de travail et apprendre à les appliquer.

Aperçu du contenu

- Nature du travail devant un écran de visualisation;
- Risques de malaises;
- Réglage de la chaise;
- Utilisation des équipements (clavier, souris, etc.);
- Mise en application des principes par l'analyse de cas réels incluant le télétravail.

5.6 Manutention : une approche terrain et pragmatique

Format : [Webconférence](#)

Objectif

Nous connaissons tous la méthode consistant à soulever une charge en pliant les genoux et en maintenant le dos droit. Or, selon les circonstances (espace disponible, distance à parcourir, poids, etc.), cette méthode classique n'est pas toujours la plus appropriée. Chaque situation de travail étant unique, il est donc nécessaire d'en faire l'analyse afin de déterminer la meilleure façon de s'y prendre.

Aperçu du contenu

Au cours de la webconférence, nous parlerons :

- De ce qu'est un trouble musculosquelettique (TMS) et comment il peut survenir;
- Des principes sécuritaires de manutention et exemples de situations à risque;
- Des méthodes d'auto-évaluation du respect /non-respect des principes sécuritaires de manutention.

5.7 Manutention et maux de dos

Format : [Formation en entreprise](#)

Objectif

Permettre aux participants de reconnaître les principaux facteurs de risques associés à la manutention, d'en comprendre les effets et de se familiariser avec le type de correctifs requis.

Aperçu du contenu

- Origine des maux de dos;
- Principes de manutention sécuritaire;
- Quelques pistes de solutions.



5.8 Prévenir les maux de dos

Format : [Webconférence en rediffusion](#)

Objectif

Cette webconférence en rediffusion permet de :

- Déterminer les facteurs et co-facteurs de risque au niveau du dos en travail ou télétravail;
- Expliquer ce qu'est l'ergonomie et les troubles musculosquelettiques;
- Présenter la région du dos (et du cou);
- Démontrer les facteurs de protection pour notre santé et des exemples d'équipements de travail.

Aperçu du contenu

Cette conférence asynchrone présente en quoi consistent les lombalgies, incluant les quatre types de lombalgies les plus communes, leurs impacts sur les travailleurs et l'organisation, les facteurs de risque ainsi que des moyens pour les prévenir. Des outils sont présentés afin que les membres du comité SST puissent faire de la sensibilisation sur cette question.

5.9 Principes de manutention sécuritaire

Format : [Atelier](#)

Objectif

Identifier les risques potentiels pour le dos associés à des situations de manutention et trouver des façons de réduire ces risques.

Aperçu du contenu

Cet atelier utilise des mises en situation pour permettre aux participants d'expérimenter par l'activités physique des situations de manutention afin d'identifier les risques associés à chacune des situations et trouver des façons de réduire ces risques. L'atelier comporte quatre activités et des discussions :

- Une activité sur les caractéristiques de l'objet qui peuvent augmenter les risques associés à la manutention;
- Trois activités sur des contextes de manutention caractérisé par des postures contraignantes;
- Discussions sur les caractéristiques des situations qui augmentent le risque pour le dos et sur les solutions potentielles à mettre en œuvre.

5.10 Principes et fondements en manutention

Format : [Formation en ligne](#) (également disponible en [anglais](#))

Objectif

Cette formation, conçue par notre partenaire ENTRAC, permet de :

- Connaître et comprendre les principes essentiels en prévention lors d'efforts physiques et de manutention de charges;
- Favoriser une prise de conscience de la responsabilité individuelle face à l'adoption de postures et de méthodes de travail sécuritaire;
- Comprendre pourquoi et comment maintenir la colonne vertébrale dans sa position naturelle;
- Comprendre pourquoi et comment utiliser les grosses masses musculaires lors d'efforts importants;
- Comprendre l'importance d'adapter les méthodes de manipulation en fonction des caractéristiques de la charge et de l'environnement.

Aperçu du contenu

Ce qui distingue cette formation des autres :

- Axée sur la compréhension de principes plutôt que techniques prédéterminées;
- Basée sur 3 stratégies pédagogiques efficaces;
- Contenu pratique et vulgarisé, adapté à tous les environnements de travail;
- Inclus les dernières avancées en manutention de charges, comme celles de l'IRSST.

5.11 Travail à l'écran : ce qu'il faut savoir

Format : [Webconférence en rediffusion](#)

Objectif

- Identifier les principes d'ajustement d'un poste pour le travail à l'écran;



- Se familiariser avec des solutions qui permettent de réduire les facteurs de risque.

Aperçu du contenu

Cette conférence asynchrone (enregistrée) présente les grands principes d'aménagement et d'ajustement d'un poste de travail à l'écran pour prévenir les TMS. Elle passe en revue les principes de base pour éliminer les facteurs de risque pouvant générer de la douleur. Elle présente également les problématiques souvent rencontrées et leurs solutions. À la fin de la conférence en ligne, notre fiche sur le télétravail sera disponible pour téléchargement.

5.12 Travailler au binoculaire en électronique

Format : [Formation en entreprise](#)

Objectif

Identifier les risques de troubles musculosquelettiques (TMS) pouvant se manifester lors du travail au binoculaire.

Aperçu du contenu

- Présentation sommaire des réglages au binoculaire stéréoscopique et des risques de TMS;
- Notion de position neutre de la colonne vertébrale;
- Présentation des avenues de solutions pour réduire les TMS aux membres supérieurs lors du travail avec le binoculaire.

6. Espace clos

6.1 Espace clos : découvrez nos nouveaux outils!

Format : [Webconférence en rediffusion](#)

Objectif

Cette webconférence en rediffusion permet de :

- Comprendre ce qu'est un espace clos;
- Distinguer espace clos et accès restreint;
- Se sensibiliser face aux risques que représentent les espaces clos;
- Présenter les outils de prise en charge des espaces clos offerts par MultiPrévention.

Aperçu du contenu

Cette conférence asynchrone présente les changements réglementaires quant aux espaces clos, la distinction entre un espace clos ainsi qu'un accès restreint. Une foule d'outils pratiques est présentée afin de faciliter la conformité réglementaire et ainsi diminuer les risques d'accidents et de blessures.

6.2 Le travail en espace clos

Format : [Formation en entreprise](#), [Formation publique](#) (à distance)

Objectif

Identifier les dangers associés aux espaces clos et les moyens de prévention requis.

Aperçu du contenu

- Explication des exigences du *Règlement sur la santé et la sécurité du travail* (RSST);
- Analyse de risques et moyens de prévention;
- Procédures à suivre et permis d'entrée en espace clos.

7. Gestion de la prévention

7.1 Accueil et intégration des nouveaux membres de l'équipe au Groupe Mondial

Format : [Webconférence en rediffusion](#)

Objectif

- Présenter les principales étapes de la mise en place d'un programme structuré d'accueil et d'intégration des nouveaux employés au sein du Groupe Mondial
- Faire découvrir le contenu du programme, axé sur les valeurs fondamentales de l'entreprise

Nouveauté!



- Proposer des stratégies concrètes pour favoriser l'intégration sociale des personnes issues de l'immigration et constater les retombées positives pour l'ensemble de l'équipe.

Aperçu du contenu

Sylvain Lemieux partagera les raisons qui ont motivé l'entreprise à repenser son processus d'accueil et parlera des étapes clés pour en assurer une mise en place réussie. Les efforts déployés pour favoriser l'intégration sociale des travailleurs issus de la diversité culturelle seront également mis en lumière.

7.2 Choisir ses gants, choisir de bien se protéger

Format : [Webconférence en rediffusion](#)

Objectif

- Reconnaître les différentes lois, règlements et normes;
- Déterminer les critères et les processus de sélection des gants;
- Reconnaître les références à utiliser pour faire les bons choix.

Aperçu du contenu

Cette conférence asynchrone (enregistrée) présente les moyens et des outils afin de sélectionner les bons gants de protection adaptés à la tâche en rencontrant les critères de performance recherchés. À la fin de la conférence en ligne, notre fiche et des références sur les équipements de protection individuelle seront disponibles pour téléchargement.

7.3 Élaborer un plan de sécurité incendie

Format : [Webconférence en rediffusion](#)

Objectif

- Définir les étapes d'élaboration d'un plan de sécurité incendie;
- Prendre connaissance d'une démarche rapide à l'aide d'outils.

Aperçu du contenu

Cette conférence asynchrone (enregistrée) permet de passer en revue les étapes à effectuer afin d'élaborer un plan de sécurité incendie adapté à une entreprise en fonction des différentes exigences législatives. À la fin de la conférence en ligne, un guide sera disponible pour téléchargement.

7.4 Enquête et analyse d'accidents

Format : [Formation en entreprise](#), [Formation publique](#) (à distance)

Objectif

Développer les habiletés des participants à utiliser une méthode d'enquête et d'analyse d'accidents.

Aperçu du contenu

- Analyse d'accidents, identification des causes directes et indirectes;
- Exemples de rapports d'enquête et d'analyse;
- Réunir les faits, identifier les causes immédiates et fondamentales et cibler les actions à prendre pour éviter ce genre d'accident.

7.5 Instaurer une démarche de mentorat en prévention

Format : [Webconférence en rediffusion](#)

Objectif

- Définir ce qu'est le mentorat;
- Reconnaître les étapes pour intégrer le mentorat en SST dans la démarche d'accueil;
- Identifier les outils et ressources à votre disposition.

Aperçu du contenu

Cette conférence asynchrone (enregistrée) présente une approche simple pour instaurer le mentorat dans votre entreprise. Son utilité, les étapes à suivre et le partage des responsabilités seront présentés de même que des outils adaptables, dont une fiche technique sur le sujet et un modèle adaptable de carnet d'apprentissage.



7.6 L'identification et l'analyse des risques : une démarche participative!

Format : [Webconférence en rediffusion](#)

Objectif

Cette webconférence en rediffusion permet de :

- Mieux définir ce qu'est l'identification et l'analyse de risques;
- Présenter des outils faciles à adopter en milieux de travail;
- Déterminer les conditions pour avoir du succès dans cette démarche;
- Prendre en compte les défis que vous pourriez rencontrer ainsi que des approches de solutions.

Aperçu du contenu

Cette conférence asynchrone (enregistrée) présente les conditions de succès pour l'identification et l'analyse des risques en milieu de travail ainsi qu'un survol des moyens, outils et méthodes proposés par l'APSSAP et MultiPrévention. Vous verrez que le paritarisme, le travail d'équipe et la participation active sont des éléments essentiels de cette démarche préventive.

7.7 L'inspection planifiée des lieux de travail

Format : [Webconférence en rediffusion](#)

Objectif

- Reconnaître l'importance de l'inspection des lieux de travail;
- Déterminer les éléments utiles pour l'implantation d'un programme d'inspection;
- Établir les étapes de réalisation d'une inspection.

Aperçu du contenu

Cette conférence asynchrone (enregistrée) permet de passer en revue les éléments essentiels pour l'implantation d'un programme d'inspection efficace ainsi que les étapes de réalisation d'une inspection à l'aide d'exemples. À la fin de la conférence en ligne, notre fiche technique ainsi qu'un document adaptable seront disponibles pour téléchargement.

7.8 L'intelligence artificielle au service de la SST

Format : [Webconférence](#)

Autrefois réservée à la science-fiction, l'intelligence artificielle (IA) est aujourd'hui une technologie bien réelle qui transforme profondément le monde du travail. En automatisant des tâches répétitives, en optimisant l'efficacité des processus et en facilitant une prise de décision plus rapide et plus précise, l'IA ouvre de nouvelles possibilités dans de nombreux domaines, y compris en santé et sécurité au travail.

Lors de cette webconférence, M. Jean Massardi, directeur de l'IA chez MIA Innovation présentera les principaux concepts de l'intelligence artificielle (IA) et illustrera quelques-unes de ses applications pratiques pour la prévention des risques de lésions professionnelles dans nos milieux de travail.

7.9 Le programme de prévention, un incontournable!

Format : [Webconférence en rediffusion](#)

Objectif

- Prendre connaissance des exigences de la LMRSSST et de celles à venir à compter d'octobre 2025;
- Comprendre ce qu'est un programme de prévention;
- Se familiariser avec les étapes pour structurer un programme de prévention;
- Prendre connaissance des outils à votre disposition.

Aperçu du contenu

Cette webconférence vous offrira un tour d'horizon complet des nouvelles obligations légales et des éléments essentiels à inclure dans votre programme de prévention. Nous couvrirons l'ensemble des étapes clés, allant de l'identification des risques à l'établissement de mesures correctives et préventives, en passant par la hiérarchisation des priorités. Vous découvrirez également des stratégies efficaces pour structurer et assurer le suivi de votre programme.

En outre, nous vous présenterons les ressources disponibles pour faciliter l'élaboration de votre programme de prévention et vous montrerons comment accéder à une vaste gamme de sources d'informations pratiques et pertinentes pour mener à bien ce projet.



7.10 Les batteries au lithium-ion par l'IRSST

Format : [Webconférence](#)

L'électrification des transports et la filière batterie sont d'actualité au Québec. Les batteries Lithium-Ion (Li-Ion) utilisées dans les véhicules électriques (mais aussi dans nos cellulaires ou comme stockage stationnaire) permettent de stocker une grande quantité d'énergie, mais elles ne sont pas sans risques.

L'IRSST a mis en ligne une foire aux questions (FAQ) portant sur les risques électriques, bien sûr, mais également les risques chimiques et d'incendie de ces batteries.

Lors de la webconférence, une visite guidée de la FAQ sera l'occasion d'en apprendre davantage sur l'identification et le contrôle des risques des batteries Li-Ion.

7.11 Planifier des inspections des lieux de travail efficaces

Format : [Conférence à la carte](#)

Objectif

Mener des inspections efficaces.

Aperçu du contenu

L'inspection des lieux de travail est un moyen de prévention simple pour assurer la sécurité des travailleurs au quotidien. Toutefois, pour être efficace, elle doit être planifiée et menée avec rigueur. Quoi faire avec l'inspection? Que doit-on inspecter? Comment faut-il procéder? Comment prioriser les actions à prendre? Comment assurer le suivi des mesures correctives? Voilà autant de questions il importe de répondre avant d'entreprendre une telle démarche, car l'inspection, c'est bien plus qu'une liste de vérification. Durant cette heure, vous apprendrez :

- Les entraves à une inspection efficace;
- Les différents types d'inspection;
- Les étapes pour établir un programme d'inspection efficace des lieux de travail.

7.12 Préparer le terrain pour mieux gérer les contraintes thermiques

Format : [Webconférence en rediffusion](#)

Objectif

- Reconnaître les étapes pour bien gérer la contrainte thermique;
- Identifier les principaux risques liés aux contraintes thermiques;
- S'outiller pour mesurer la contrainte thermique;
- Adapter les mesures de prévention au niveau de risque préétabli.

Aperçu du contenu

Cette conférence asynchrone (enregistrée) présente les risques de santé liés à l'exposition prolongée à des températures élevées. Différents moyens à mettre en œuvre seront proposés pour en atténuer les effets avant l'arrivée des canicules.

7.13 Repérer les dangers pour analyser et maîtriser les risques

Format : [Formation en entreprise](#), [Formation publique](#) (à distance)

Objectif

Se familiariser avec l'analyse des risques et sa mise en application dans l'entreprise.

Aperçu du contenu

- Notions de dangers et de risques;
- Apprentissage d'une méthode simple d'analyse de risques;
- Évaluation du niveau de risques à partir de situations simples;
- Stratégies de réduction des risques et plan d'action.

7.14 Savoir inspecter

Format : [Formation en entreprise](#)

Objectif

Sensibiliser les participants à l'importance de faire des inspections, en définissant les risques présents dans le milieu de travail et les étapes d'une procédure d'inspection. De plus, une inspection sera effectuée (atelier pratique).



Aperçu du contenu

- Types d'inspection à faire en entreprise;
- Principaux types de risque et leur provenance;
- Outils de référence (normes, règlements);
- 5 étapes pour instaurer une inspection planifiée;
- Éléments clés d'une procédure;
- Exemples de grilles d'inspection;
- Grille de priorisation des actions;
- Tournée d'inspection en usine pour repérer des risques et les documenter;
- Importance du suivi des actions.

7.15 Sensibilisation aux risques liés à l'air comprimé

Format : [Conférence à la carte](#)

Objectif

Sensibilisation aux risques reliés à l'utilisation du jet d'air comprimé.

Aperçu du contenu

- Identification des risques reliés à la santé et à la sécurité lors de l'usage de l'air comprimé;
- Réglementation;
- Mesures préventives.

8. Lois et règlements

8.1 Faites preuve de diligence raisonnable en prévention

Format : [Formation en entreprise](#), [Formation publique](#) (à distance)

Objectif

Identifier des mécanismes efficaces pour favoriser une approche préventive.

Aperçu du contenu

- Explication de la portée du *Code criminel en santé et en sécurité du travail* (C-21) pour les entreprises;
- Exemples d'accidents pouvant mener à des poursuites;
- Concept de diligence raisonnable à intégrer dans ces processus de gestion de la prévention.

8.2 Introduction à la diligence raisonnable

Format : [Formation en ligne](#)

Objectif

- Reconnaître la nature et la portée de votre responsabilité et de celle de l'organisation;
- Reconnaître l'origine et les points importants de la Loi C-21;
- Distinguer le droit pénal et criminel en SST;
- Se familiariser avec la notion de « diligence raisonnable ».

Aperçu du contenu

Cette formation permet de comprendre l'origine de la mise en vigueur de l'amendement C-21 au *Code criminel*, lequel peut avoir un impact important lors d'un accident de travail pour une organisation et ses agents. Elle permet aussi d'identifier les principes de la diligence raisonnable à l'aide d'exemples concrets de poursuites en vertu de la C-21. Par conséquent, une revue de l'importance de la mise en place des mécanismes de prévention et de contrôle est présentée.

8.3 Introduction aux lois et aux règlements en santé et en sécurité du travail

Format : [Formation en entreprise](#), [Formation publique](#) (à distance)

Objectif

Identifier les mécanismes prévus par la *Loi sur la santé et la sécurité du travail* qui favorise une approche préventive.



Aperçu du contenu

- Rôle et responsabilités des employeurs et des travailleurs ainsi que des principaux mécanismes de participation en vertu de la *Loi sur la santé et la sécurité du travail*;
- Activités minimales requises pour se conformer à la réglementation et aux normes en vigueur.

8.4 Le devoir de diligence raisonnable, c'est quoi?

Format : [Conférence à la carte](#)

Objectif

Se familiariser avec la notion de diligence raisonnable en prévention.

Aperçu du contenu

Il s'agit d'une introduction aux lois et aux règlements en santé et en sécurité du travail ainsi que des obligations qui en découlent, principalement pour l'employeur, mais aussi pour les travailleurs. On y aborde les thèmes suivants :

- Rappel des obligations en matière de santé et de sécurité au travail;
- Notions de diligence raisonnable;
- Exemples d'infractions;
- La prévention : des responsabilités partagées.

8.5 Tour d'horizon de l'actualité en SST

Format : [Webconférence](#)

La *Loi modernisant le régime de santé et sécurité du travail* (LMRSST) adoptée en 2021 a introduit une série de mesures visant à renforcer les mécanismes de prévention et de participation des employés en matière de santé et de sécurité au travail dans le but de réduire les lésions professionnelles.

Lors de cette webconférence, nous verrons les plus récents changements réglementaires issus de la LMRSST et leur impact sur les entreprises.

9. Palettiens

9.1 La sécurité et l'inspection des palettiens

Format : [Formation en entreprise](#), [Formation publique](#) (à distance)

Objectif

Reconnaître les critères d'inspection et d'utilisation sécuritaire des palettiens.

Aperçu du contenu

- Risques et causes potentielles d'effondrement;
- Composantes des palettiens;
- Différents types d'inspection et éléments à inspecter;
- Évaluation et mesure des dommages des composantes.

9.2 Utilisation sécuritaire des palettiens – Caristes

Format : [Atelier](#)

Objectif

Identifier les composantes du palettier et leurs fonctions, déterminer les risques associés à l'utilisation des palettiens, reconnaître les pratiques sécuritaires et les mesures préventives et effectuer l'inspection sommaire d'un palettier.

Aperçu du contenu

- Types de palettiens, composants et accessoires de sécurité;
- Facteurs de risques liés à la configuration, l'installation et l'utilisation des palettiens;
- Mesures de prévention : aménagement des lieux, coactivité entre chariot et piétons et méthodes de travail sécuritaires;
- Inspections sommaires, composants à surveiller, points à observer et bonnes pratiques.



10. Produits dangereux

10.1 L'entreposage des produits dangereux, c'est pas sorcier!

Format : [Webconférence en rediffusion](#), [Atelier](#)

Objectif

- Se familiariser avec la méthode d'entreposage en 4 étapes proposées par MultiPrévention;
- Identifier les limites de la démarche et des recommandations à adopter pour en faciliter le maintien.

Aperçu du contenu

Cette conférence asynchrone (enregistrée) présente une méthode simple et éprouvée pour entreposer de façon conforme les produits dangereux dans le secteur manufacturier. À la fin de la conférence en ligne, un guide sera disponible pour téléchargement.

10.2 La formation spécifique sur le SIMDUT 2015 : ça s'organise

Format : [Webconférence en rediffusion](#)

Objectif

- Reconnaître les enjeux reliés à la formation spécifique;
- Définir une démarche simple en 5 étapes;
- Établir un plan d'action pour la mise en œuvre de la formation spécifique en entreprise.

Aperçu du contenu

Cette conférence asynchrone (enregistrée) présente une démarche pratique en vue d'organiser et de diffuser une formation spécifique sur les matières dangereuses, et ce, tel qu'exigé par la réglementation sur le SIMDUT. Aux astuces de formation s'ajoutent des modèles de fiches prêtes à être utilisées lors d'une formation au poste de travail. À la fin de la conférence en ligne, un guide sera disponible pour téléchargement.

10.3 Les chambres de peinture : comprendre et appliquer les règles de sécurité qui s'imposent

Format : [Webconférence en rediffusion](#)

Objectif

- Se familiariser avec les rôles et responsabilités à mettre en œuvre pour prévenir les accidents;
- Reconnaître les normes en vigueur applicables;
- Identifier les éléments à intégrer au programme de maintenance.

Aperçu du contenu

Cette conférence asynchrone (enregistrée) présente les risques associés au travail dans les chambres ou cabines à peinture. Les principales normes y sont présentées pour s'assurer de la conformité des installations et de la santé et de la sécurité des travailleurs. À la fin de la conférence en ligne, une fiche abordant la peinture liquide avec solvants sera disponible pour téléchargement.

10.4 Sensibilisation au SIMDUT 2015

Format : [Conférence à la carte](#)

Objectif

Faire un rappel des principales notions associées au SIMDUT 2015.

Aperçu du contenu

Cette conférence vise à rappeler aux participants les risques et les moyens de prévention par classe de danger :

- Objectifs et portées du SIMDUT 2015;
- Éléments clés associés au SIMDUT 2015;
- Droits et responsabilités des travailleurs, employeurs et fournisseurs.



10.5 SIMDUT 2015

Format : [Formation en entreprise](#) (également disponible en [anglais](#) et en [espagnol](#)), [Formation publique](#) (à distance) (également disponible en [espagnol](#)), [Formation en ligne](#) (également en [anglais](#) et en [espagnol](#))

Objectif

Faire connaître aux participants la réglementation sur le SIMDUT 2015, son impact dans le milieu de travail et les sensibiliser à l'importance de se protéger.

Aperçu du contenu

- Reconnaître les informations sur les étiquettes du fournisseur, du lieu de travail et les fiches de données de sécurité;
- Rappel des classes de produits dangereux et des moyens de contrôle et de prévention.

10.6 Transport des marchandises dangereuses

Format : [Formation en entreprise](#), [Formation en ligne](#)

Cette formation s'adresse aux réceptionnaires et expéditeurs de marchandises dangereuses et non aux camionneurs.

Objectif

Reconnaître les obligations légales associées à la réception et à l'expédition des marchandises dangereuses en entreprise.

Aperçu du contenu

- Explications sur la classification des dangers;
- Procédure à suivre lors de la réception et de l'expédition des marchandises dangereuses.

11. Protection respiratoire

11.1 Adapter votre programme de protection respiratoire (PPR)

Format : [Webconférence en rediffusion](#)

Objectif

- Reconnaître les rôles et responsabilités à désigner pour maintenir son PPR;
- Déterminer l'évaluation des dangers;
- Choisir un appareil de protection respiratoire (APR) approprié au danger;
- Expliquer comment faire les essais d'ajustements des APR.

Aperçu du contenu

Cette conférence asynchrone (enregistrée) présente, à partir de la nouvelle norme CSA Z94.4 portant sur la protection respiratoire, comment développer ou adapter facilement un programme de protection respiratoire facile à maintenir. À la fin de la conférence en ligne, un exemple adaptable d'un programme sera disponible pour téléchargement.

11.2 Appliquer votre programme de protection respiratoire

Format : [Formation en entreprise](#), [Formation publique](#) (en présentiel)

Objectif

Se familiariser avec la hiérarchie des moyens de contrôle des contaminants de l'air en définissant les rôles et responsabilités de chacun dans le cadre du programme de protection respiratoire (PPR) incluant les situations requérant un appareil de protection respiratoire (APR). Les éléments à intégrer dans un PPR seront également abordés.

Aperçu du contenu

- Pyramide de « hiérarchie des moyens de contrôles » avec association d'exemples concrets au milieu de travail manufacturier;
- Révision des rôles et responsabilités liés à la gestion d'un PPR;
- Types de fit test et accompagnement proposé à l'instructeur;
- Identification des postes ou tâches à risque;



- Introduction au concept du facteur de protection et élément à considérer dans le choix d'un APR;
- Contenu de la formation des utilisateurs.

11.3 Programme d'accompagnement des instructeurs des essais d'ajustement pour les appareils de protection respiratoire

Format : [Formation en entreprise](#)

Objectif

Outiller et développer les habiletés pratiques chez l'instructeur afin qu'il puisse administrer de façon autonome les essais d'ajustement qualitatif des appareils de protection respiratoire.

Aperçu du contenu

La formation inclut les responsabilités de l'instructeur et les conditions gagnantes, les éléments à prévoir et à préparer avant les séances ainsi que le déroulement des essais d'ajustement incluant une portion pratique.

12. Prévention des chutes

12.1 Inspection et port du harnais de sécurité

Format : [Atelier](#)

Objectif

Identifier les éléments à vérifier lors de l'inspection du harnais de sécurité et l'ajuster de façon sécuritaire.

Aperçu du contenu

Dans cet atelier, chaque participant est invité à enfiler son harnais de sécurité en y apportant les ajustements requis. Les participants entre eux observent si les ajustements apportés ont été faits correctement. À l'aide des résultats obtenus, l'animateur explique les bonnes pratiques et les points d'amélioration à apporter. L'atelier comporte 2 exercices mettant à l'épreuve les connaissances des participants sur :

- Les éléments du harnais de sécurité à inspecter;
- L'ajustement de son harnais.

Note : L'atelier est offert en entreprise uniquement. Le participant doit avoir son harnais de sécurité lors de l'atelier.

12.2 La prévention des chutes, voyons-y!

Format : [Webconférence en rediffusion](#)

Objectif

Les chutes de hauteur demeurent, encore aujourd'hui, une cause majeure d'accidents graves. C'est pourquoi elles figurent parmi les tolérances zéro de la CNESST. Au cours de cette conférence, nous passerons en revue les principaux risques liés au travail en hauteur tout en rappelant les exigences réglementaires. Nous aborderons également les principes clés de l'analyse des risques ainsi que des meilleures pratiques à adopter.

Aperçu du contenu

Cette conférence sera aussi l'occasion d'aborder les thèmes suivants :

- L'élimination à la source des chutes de hauteur;
- Les moyens de protection collective;
- Les harnais;
- Les liaisons antichute;
- Les points d'ancrage;
- Le plan de sauvetage.

12.3 Prévention des chutes en hauteur et de même niveau

Format : [Formation en entreprise](#), [Formation publique](#) (à distance), [Conférence à la carte](#)

Objectif

Identifier les risques de chutes et des moyens pour les prévenir.



Aperçu du contenu

- Lois et réglementation;
- Stratégies de base applicables au travail en hauteur;
- Équipements de prévention et de protection contre les chutes en hauteur;
- Démonstration sur le port du harnais si atelier pratique (harnais personnel requis).

13. Risques électriques

13.1 Comprendre et prévenir les risques électriques

Format : [Formation en entreprise](#), [Formation publique](#) (à distance)

Objectif

Permettre aux participants de reconnaître les risques liés aux travaux électriques en entreprise et de se familiariser avec les moyens de prévention.

Aperçu du contenu

- Effets d'un choc électrique;
- Réglementation;
- Conséquences d'un éclair d'arc électrique;
- Prévention des chocs et des brûlures;
- Norme CSA Z462;
- Travail hors tension;
- Travail sous tension;
- Périmètre de sécurité;
- Équipements de protection individuelle;
- Revue des bonnes pratiques.

13.2 Élaborez votre programme de sécurité électrique

Format : [Webconférence en rediffusion](#)

Objectif

- Déterminer les raisons pour lesquelles il faut mettre en place un programme de sécurité électrique;
- Définir le contenu d'un programme de sécurité électrique conforme.

Aperçu du contenu

Cette conférence asynchrone (enregistrée) aborde la réglementation en vigueur et une proposition d'un modèle pour élaborer ou améliorer le programme de sécurité électrique de votre entreprise. À la fin de la conférence en ligne, un guide sur la sécurité électrique ainsi qu'un exemple adaptable du programme seront disponibles pour téléchargement.

13.3 Plan d'action pour implanter un programme de sécurité électrique

Format : [Webconférence en rediffusion](#)

Objectif

- Identifier les conditions gagnantes à l'implantation d'un programme de sécurité électrique;
- Se familiariser avec les responsabilités des intervenants;
- Établir les principales étapes pour organiser la prévention de la sécurité électrique dans son entreprise.

Aperçu du contenu

Cette conférence asynchrone (enregistrée) aborde les étapes pour implanter un programme de sécurité électrique dans votre entreprise. À la fin de la conférence en ligne, un exemple adaptable sera disponible pour téléchargement.



13.4 Prévention des risques électriques : norme CSA Z462 et nouveautés 2021

Format : [Webconférence en rediffusion](#)

Objectif

- Identifier les principaux risques de nature électrique;
- S'outiller pour bien planifier les travaux électriques.

Aperçu du contenu

Cette conférence asynchrone (enregistrée) présente les risques de nature électrique, conformément aux exigences de la norme CSA Z462. Un bref rappel des moyens de contrôle et de prévention des risques électriques est fait en utilisant une fiche de planification de travaux électriques. À la fin de la conférence en ligne, un guide ainsi qu'une fiche adaptable seront disponibles pour téléchargement.

13.5 Sensibilisation à la sécurité électrique

Format : [Conférence à la carte](#)

Objectif

Se familiariser avec les différents risques et mesures de prévention associés à la sécurité électrique.

Aperçu du contenu

- Exigences règlementaires;
- Revue des risques électriques;
- Mesures de prévention à mettre en place pour assurer la sécurité électrique.

13.6 Sensibilisation pour tous à la sécurité électrique

Format : [Formation en ligne](#)

Objectif

Permettre aux participants non spécialisés dans le domaine électrique de reconnaître tout risque électrique qui peut être présent dans l'entreprise et les principales règles de sécurité à respecter.

Aperçu du contenu

- Responsabilités des principaux intervenants en contact avec les risques de nature électrique;
- Principaux risques électriques pour le personnel non spécialisé;
- Règles de base mises en place pour prévenir les accidents liés aux risques électriques.

14. Santé psychologique

14.1 La prévention du harcèlement par la civilité au travail (employés de bureau)

Format : [Formation en ligne](#), [Conférence à la carte](#)

Objectif

Reconnaître que la civilité au travail est une responsabilité partagée pour prévenir le harcèlement psychologique et sexuel. Des mises en situation sont incluses dans la formation pour initier une réflexion individuelle ou en groupe sur ce que chacun peut faire pour prévenir les inconduites au travail.

Aperçu du contenu

Cette formation définit ce qu'est le harcèlement psychologique et sexuel et propose des moyens pour prévenir la dégradation du climat de travail. Des capsules présentent des situations d'incivilité qui permettent d'enclencher de façon individuelle ou en groupe une réflexion sur ce que nous pouvons faire pour améliorer la civilité au travail. Les situations présentées sont liées au contexte du travail dans les bureaux.

14.2 La prévention du harcèlement par la civilité au travail (secteur manufacturier)

Format : [Formation en ligne](#), [Conférence à la carte](#)

Objectif

Reconnaître que la civilité au travail est une responsabilité partagée pour prévenir le harcèlement psychologique et sexuel. Des mises en situation sont incluses dans la formation pour initier une réflexion individuelle ou en groupe sur ce que chacun peut faire pour prévenir les inconduites au travail.



Aperçu du contenu

Cette formation définit ce qu'est le harcèlement psychologique et sexuel et propose des moyens pour prévenir la dégradation du climat de travail. Des capsules présentent des situations d'incivilité qui permettent d'enclencher de façon individuelle ou en groupe une réflexion sur ce que nous pouvons faire pour améliorer la civilité au travail. Les situations présentées sont liées au contexte du travail en entrepôt.

14.3 Le sommeil et son impact sur le travail

Format : [Webconférence en rediffusion](#)

Objectif

Cette webconférence en rediffusion permet de :

- Comprendre la mécanique du sommeil;
- S'informer sur le manque du sommeil et son impact sur la santé et la sécurité au travail;
- Se familiariser avec le journal de bord en vue d'une analyse de la qualité et quantité du sommeil.

Aperçu du contenu

Cette conférence asynchrone (enregistrée le 4 décembre 2023) présente la mécanique et les fonctions du sommeil ainsi que les conséquences du manque de sommeil sur notre vigilance. Sont également abordés les rythmes circadiens, les stades, la qualité versus la quantité de sommeil. Un journal de bord est présenté afin de dresser un portrait de ses habitudes du sommeil. Ce fichier sera également disponible ainsi que la présentation PDF à la fin de la webconférence. De plus, M. Godbout nous réfère à plusieurs ouvrages complémentaires.

14.4 Les alliés indispensables de la santé psychologique au travail

Format : [Formation en entreprise](#)

Objectif

Cette formation vise à outiller les milieux de travail à reconnaître et à prendre en charge la santé psychologique afin de rencontrer les nouvelles exigences réglementaires.

Aperçu du contenu

À la fin de la formation, les participants seront en mesure de :

- Différence entre santé mentale et santé psychologique;
- 3 risques psychosociaux prédominants et les 5 facteurs organisationnels;
- Définition de la civilité et présentation de ses 5 piliers pour un climat sain;
- Démarche d'intervention en santé psychologique selon l'approche de MultiPrévention.

14.5 Milieux de travail alliés contre la violence conjugale

Format : [Webconférence en rediffusion](#)

Objectif

Cette webconférence en rediffusion permet de :

- Être informé sur les différents types de violence conjugale;
- Reconnaître les nouvelles obligations légales de l'employeur;
- Identifier des mesures de prévention à mettre en place en milieu de travail;
- Identifier des ressources existantes d'aides spécialisées.

Aperçu du contenu

Cette conférence asynchrone (enregistrée) présente comment détecter les signes avant-coureurs et d'informer sur les manifestations de la violence conjugale en milieu de travail. Un survol est fait sur les mesures de prévention à mettre en place qui tiennent compte des obligations légales en milieu de travail.

14.6 Utiliser ses forces au quotidien pour augmenter la performance et le plaisir au travail

Format : [Webconférence](#)

Nous connaissons bien nos faiblesses, car nous avons appris à leur accorder une grande attention et à investir temps et énergie pour les corriger afin d'accroître notre performance. Connaissons-nous nos forces ? Avons-nous l'occasion de les mettre à profit quotidiennement au travail? Si notre réponse est hésitante, cela est tout à fait normal. En effet, certaines études montrent que seulement le tiers d'entre nous sont



capables de nommer spontanément leurs forces et uniquement 17 % croient les mettre à profit la plupart du temps au travail. Cette webconférence propose différents moyens de connaître et d'optimiser l'utilisation de ses forces au travail.

15. Soudage et coupage

15.1 La sécurité en soudage et en coupage

Format : [Formation en entreprise](#), Formation publique ([à distance](#) et [en présentiel](#))

Objectif

Reconnaître les risques reliés aux activités de soudage et de coupage et les avenues de solution pour rendre le travail plus sécuritaire.

Aperçu du contenu

- Revue des procédés;
- Risques et méthodes de prévention reliés à l'exposition aux fumées et aux gaz, aux incendies et à l'explosion, à l'électrisation, aux rayonnements, à l'exposition au bruit et aux contraintes thermiques;
- Bonnes pratiques pour prévenir les accidents.

15.2 Réduire les fumées de soudage

Format : [Conférence à la carte](#)

Objectif

Découvrir les mécanismes qui permettent de réduire les fumées de soudage dans son milieu de travail.

Aperçu du contenu

Cette conférence traite de la diminution de la quantité de fumées de soudage sous un angle peu connu, soit l'optimisation des paramètres de soudage. Tous les paramètres de soudage (ex. : voltage, intensité du courant) ont un impact sur la stabilité de l'arc de soudage. Lors de la conférence, les éléments suivants seront abordés :

- Résumé de différents procédés et impact des fumées et des gaz pour la santé;
- Revue des différents paramètres de soudage pouvant être optimisés;
- Captage à la source et ventilation générale.

15.3 Soudage : quand les vêtements deviennent des équipements de protection!

Format : [Webconférence en rediffusion](#)

Objectif

Cette webconférence en rediffusion permet de :

- Vous sensibiliser sur les risques reliés aux tâches de soudure;
- Vous informer sur la problématique d'embrassement des vêtements des soudeurs;
- Prendre connaissance des outils et des guides existants sur la sélection des vêtements à utiliser.

Aperçu du contenu

Cette conférence asynchrone (enregistrée) présente les principaux risques contre lesquels les soudeurs doivent être protégés. Les vêtements de soudage doivent-ils être considérés comme des équipements de protection ?

16. Superviseurs

16.1 Communiquer comme un leader en SST

Format : [Webconférence en rediffusion](#), [Atelier](#)

Objectif

- Déterminer les éléments d'une communication claire;
- Définir des stratégies de communication en SST.



Aperçu du contenu

Cette conférence asynchrone (enregistrée) s'adresse aux superviseurs qui souhaitent améliorer ses communications dans le but de communiquer les directives en santé et sécurité le plus clairement et efficacement possibles. Vous verrez que le message ainsi que les moyens utilisés pour le véhiculer sont tout aussi importants. Des stratégies de communication sont aussi présentées. À la fin de la conférence en ligne, un feuillet informatif abordant les 5 ateliers de superviseurs sera disponible pour téléchargement.

16.2 Exercer mon leadership en prévention

Format : [Webconférence en rediffusion](#), [Atelier](#)

Objectif

- Déterminer les principaux styles de leadership utiles en SST;
- Distinguer le rôle et les actions d'un superviseur avec ou sans leadership;
- Reconnaître les enjeux et les actions à prendre lorsqu'on veut exercer son leadership en SST.

Aperçu du contenu

Cette conférence asynchrone (enregistrée) présente les principaux styles de leadership, des qualités et des éléments gagnants pour exercer son leadership en santé et en sécurité du travail. De plus, plusieurs moyens concrets et pratiques sont proposés pour intégrer le leadership à ses actions de gestion de la SST au quotidien.

16.3 Le coût de l'inaction en prévention

Format : [Atelier](#)

Objectifs

- Reconnaître l'impact d'une saine gestion SST sur la performance de l'entreprise;
- Identifier les obstacles à la prise en charge quotidienne de la santé et de la sécurité au travail.

Aperçu du contenu

- Conséquences des accidents du travail;
- Coûts directs et indirects des accidents;
- Obstacles à la prise en charge de la prévention par le superviseur;
- Identification de pistes de solutions pour contourner les obstacles identifiés.

16.4 Leadership positif pour une culture forte

Format : [Webconférence](#)

« Faire adhérer les troupes à la force du travail d'équipe : mission possible ! »

Comment ? En développant un rôle d'influence des leaders par une approche douce axée sur les forces plutôt que les faiblesses des personnes. Une telle approche encourage la mobilisation des troupes vers un objectif commun, et ce, de façon rassembleuse et durable. Cette présentation offrira aux participants l'opportunité de découvrir les avantages d'une approche douce pour entreprendre le changement ainsi que des stratégies efficaces pour favoriser les transformations souhaitées.

16.5 Mon département, mes priorités

Format : [Atelier](#)

Objectif

- Reconnaître les sources d'information utiles pour identifier et gérer les enjeux de SST dans son département;
- Analyser les informations et établir des priorités dans le but d'améliorer la performance en SST.

Aperçu du contenu

- Sources d'information disponibles en SST pour analyser;
- Sélection des priorités d'action en prévention;
- Revue des objectifs et des moyens pour les atteindre en tenant compte des orientations de l'entreprise.



16.6 Mon équipe, ma responsabilité

Format : [Atelier](#)

Objectif

- Reconnaître ses obligations légales en matière de santé et de sécurité du travail, ainsi que l'impact des amendements au *Code criminel du Canada* pour le superviseur et l'entreprise;
- Sensibiliser le superviseur à la notion de diligence raisonnable et des devoirs de prévoyance, d'efficacité et d'autorité qui s'y rapportent.

Aperçu du contenu

- Les défis du superviseur en vertu de l'article 51 de la *Loi sur la santé et la sécurité du travail*;
- Le rôle de l'inspecteur de la CNESST, ainsi que les amendes à quiconque contrevient à la loi ou aux règlements;
- Portée du *Code criminel du Canada* en santé et en sécurité du travail (C-21) pour les superviseurs et les entreprises;
- Les devoirs de prévoyance, d'efficacité et d'autorité qu'il doit intégrer dans son processus de gestion.

17. Sécurité des machines

17.1 Évaluer pour prévenir les risques machines

Format : [Formation en entreprise](#)

À noter que l'article 176 du RSST stipule que « La modification d'une machine, pouvant avoir un impact sur la santé et la sécurité des travailleurs, doit être effectuée sous la supervision d'un ingénieur et la sécurité de cette modification doit être attestée par celui-ci. »

Objectif

Permettre aux participants de développer une démarche d'appréciation et de réduction du risque pour les machines.

Aperçu du contenu

- Stratégie pour développer une démarche d'analyse et d'évaluation du risque pour les machines;
- Revue des méthodes de réduction et de contrôle du risque possibles;
- Notions sur la sécurité des dispositifs de sécurité qui s'intègrent aux commandes.

17.2 Initiation à la sécurité des machines

Format : [Formation en entreprise](#)

Objectif

Choisir les mesures correctives appropriées dans la plupart des situations à risque.

Aperçu du contenu

- Se familiariser avec le contexte légal, réglementaire et normatif lié aux machines;
- Repérer les dangers sur un équipement;
- Déterminer les moyens de protection et les mesures de sécurité complémentaires;
- Se familiariser avec la conception de circuits de sécurité.

17.3 Introduction à la sécurité des lasers industriels

Format : [Formation publique](#) (à distance)

Objectif

Reconnaître les risques pour prévenir les accidents entourant l'utilisation des lasers en milieu manufacturiers.

Aperçu du contenu

- Lien entre le fonctionnement du laser et les risques engendrés;
- Blessures possibles (yeux, peau, etc.);
- Méthodes de prévention applicables en industrie.



17.4 La sécurité des machines : nouvelles exigences réglementaires

Format : [Webconférence en rediffusion](#)

Objectif

- Prendre connaissance de la section XXI-Machines du RSST;
- Se familiariser avec les changements concernant les moyens de protection;
- Prendre connaissance des changements en lien avec le manuel d'instructions du fabricant;
- Comprendre les modifications d'une machine;
- S'informer sur l'implication de l'ingénieur.

Aperçu du contenu

Cette webconférence présente une vue d'ensemble des changements réglementaires entrés en vigueur le 27 juillet 2023, de la section XXI-Machines du RSST. À la fin de la webconférence en rediffusion, la présentation du conférencier ainsi qu'une liste de questions-réponses seront accessibles.

17.5 La sécurité des machines pour les opérateurs

Format : [Formation en entreprise](#), [Formation en ligne](#)

Objectif

À la fin de la formation, le participant sera en mesure de reconnaître les différents protecteurs et dispositifs de protection adaptés à la situation et sera en mesure d'en faire l'inspection et les ajustements de base.

Aperçu du contenu

- Réglementation;
- Repérer les dangers sur un équipement;
- Protecteurs et dispositifs de protection;
- Mesures complémentaires.



Via Prévention

<https://viaprevention.com/quels-outils-allez-vous-choisir/?type=formation-companies>

1. Signaleur de chantier

Format : Formation publique individuelle (Présentiel ou Zoom)

Dates : [18 juin 2025](#), [22 septembre 2025](#)

Objectif général

Promouvoir la prévention des accidents du travail chez les signaleurs de chantier de construction.

Objectifs spécifiques

À la fin de la formation, le participant sera en mesure de :

- Identifier les risques liés à la circulation des personnes et des véhicules sur les chantiers;
- Comprendre les règles de circulation et les consignes de sécurité sur les chantiers, notamment celles prévues au plan de circulation;
- Connaître les équipements de travail;
- Connaître le rôle et les responsabilités;
- Connaître le positionnement d'un signaleur et les angles morts des véhicules automoteurs;
- Utiliser les moyens de communication et le code de signaux manuels liés aux manœuvres de recul.

Contenu du cours

- Introduction;
 - Les accidents,
 - Les responsabilités,
 - La réglementation;
- La circulation sur les chantiers;
 - Le plan de circulation,
 - Les angles morts;
- Les manœuvres de recul;
 - L'aire de recul,
 - Les alarmes de recul;
- Le signaleur ou la signaleuse de chantier;
 - Les notions de base,
 - Les dangers du métier,
 - Les mesures de sécurité,
 - Les vêtements et accessoires,
 - Les moyens de communication;
- Conclusion.

2. Transport de marchandises dangereuses (TMD)

Format : Formation publique individuelle (Présentiel ou Zoom)

Dates : [19 juin 2025](#), [15 septembre 2025](#), [20 octobre 2025](#), [17 novembre 2025](#), [15 décembre 2025](#)

Objectif général

À la fin du cours, les participants seront en mesure de transporter des marchandises dangereuses en respectant les exigences réglementaires qui visent notamment à assurer la sécurité des travailleurs, de l'environnement et du public.

Objectifs spécifiques

À la fin de la formation, le participant sera en mesure de :

- Associer les pictogrammes aux classes de marchandises dangereuses;
- Identifier si un document d'expédition est complet;
- Assurer que les marchandises sont correctement identifiées et en bon état;
- Apposer les plaques requises sur les grands contenants de marchandises dangereuses;
- Appliquer les règles concernant les tunnels et les passages à niveau;



- Appliquer les règles de sécurité lors du transport de marchandises dangereuses.

Contenu du cours

- Classification;
 - Classe des marchandises dangereuses,
 - Responsabilité de l'expéditeur,
 - Responsabilité du transporteur,
 - Description des produits;
- Documentation;
 - Responsabilité de l'expéditeur,
 - Responsabilité du transporteur,
 - Contenu du document;
- Indications de danger;
 - Responsabilité de l'expéditeur,
 - Responsabilité du transporteur,
 - Petits contenants,
 - Grands contenants,
 - Suremballage;
- Cas particulier;
 - Tunnels,
 - Passages à niveau,
 - Rejets accidentels,
 - Exemptions,
 - Autres (au besoin);
- Règles générales de sécurité;
 - Danger des marchandises dangereuses,
 - Arrimage,
 - En cas d'urgence;
- Il est très important d'aviser votre conseiller si vous faites du transport;
 - Vers les États-Unis,
 - De produits qui nécessitent un plan d'intervention d'urgence,
 - De produits de classe 1, 6.2 et 7.

3. Sécurité du conducteur camion-benne

Format : Formation publique individuelle (Présentiel ou Zoom)

Date : [15 septembre 2025](#)

Objectif général

Promouvoir auprès des participants les règles de sécurité lors de la conduite et de l'opération d'un camion à benne basculante.

Objectifs spécifiques

À la fin de la formation, le participant sera en mesure de :

- Connaître les responsabilités des différents intervenants (chauffeurs, employeurs, maîtres d'œuvre);
- Connaître les principaux risques liés à l'utilisation d'un camion-benne;
- Déterminer les actions à prendre pour protéger la santé et sa sécurité des conducteurs;
- Connaître les règles de circulation sur les chantiers de construction.

Contenu du cours

- Introduction;
 - Les accidents,
 - La réglementation;
- Les tâches effectuées autour du véhicule;
 - Règles générales,
 - Le nettoyage de la benne,
 - Le déneigement;



- L'état du véhicule;
 - La ronde de sécurité,
 - L'entretien préventif,
 - L'entretien du système hydraulique,
 - Le contrôle des énergies,
 - Les matières dangereuses;
- La conduite;
 - La sécurité routière,
 - Les heures de conduite et de repos,
 - Les usagers vulnérables,
 - Les manœuvres de recul;
- Le chargement et le déchargement de la benne;
 - Lors du chargement,
 - L'arrimage de la cargaison,
 - Lors du déchargement,
 - Le renversement latéral,
 - Les obstacles en hauteur,
 - Le déchargement de matières granulaires;
- La circulation sur les chantiers de construction;
 - Règles générales,
 - Le maître d'œuvre,
 - Les manœuvres de recul,
 - Le signaleur de chantier,
 - L'alarme de recul;
- Conclusion.

4. Prévention lors de la collecte des matières résiduelles

Format : Formation publique individuelle (Présentiel ou Zoom)

Date : [19 septembre 2025](#)

Objectif général

Sensibiliser les travailleurs et les employeurs œuvrant dans la collecte des matières résiduelles à l'importance d'intégrer des pratiques de travail sécuritaires lors de la collecte.

Objectifs spécifiques

- Informer les travailleurs et les employeurs des divers risques d'accidents du travail observés dans les activités de collecte des ordures ménagères et analyser les principales causes de lésions professionnelles rencontrées chez les éboueurs;
- Identifier des méthodes de travail sécuritaires susceptibles de réduire les risques de lésions professionnelles;
- Développer une approche préventive dans les activités de collecte des ordures ménagères.

Contenu du cours

L'industrie de la collecte des ordures ménagères au Québec et les caractéristiques du métier d'éboueur.

- L'organisation de la santé et de la sécurité du travail au Québec;
- La vérification avant départ;
- La conduite sécuritaire et préventive;
- Les risques lors de la cueillette des ordures ménagères et les mesures de prévention;
- Les stratégies de travail;
- Les dangers des trémies et des compacteurs;
- Les risques au site d'enfouissement et à l'incinérateur;
- Les équipements de protection individuels;
- Les déchets domestiques dangereux;
- Secours, premiers soins et mesures d'urgence;
- Les relations avec les citoyens.



5. Extraction sécuritaire de véhicules embourbés

Format : Formation publique individuelle (Présentiel ou Zoom)

Date : [29 septembre 2025](#)

Objectif général

Promouvoir auprès des participants les règles de sécurité lors de manœuvre d'extraction de véhicules et d'équipements embourbés.

Objectifs spécifiques

À la fin de la formation, le participant sera en mesure de :

- Connaître les principaux risques liés à l'extraction d'un véhicule embourbé;
- Déterminer dans quelle situation il est nécessaire d'utiliser les services d'un remorqueur professionnel;
- Connaître les mesures à prendre pour extraire un véhicule embourbé en toute sécurité.

Contenu du cours

- Introduction;
- Les accidents;
- Les causes des enlissements;
- Éviter de s'enliser;
 - Signes qui annoncent une situation à risque,
 - L'entretien de la surface de déplacement/sol,
 - La conduite et l'opération du véhicule;
- Les contraintes liées à l'extraction d'un véhicule;
 - Les forces et résistances,
 - Le poids du matériel enlisé,
 - La force de succion,
 - La résistance pendant la traction vers l'avant;
- Avant d'extraire un véhicule enlisé;
 - Déterminer si un remorqueur doit être appelé,
 - Les compétences des personnes impliquées,
 - La disponibilité du matériel et des équipements,
 - Le chargement,
 - La zone de sécurité;
- Le véhicule remorqueur;
 - Règles générales,
 - Le positionnement du véhicule remorqueur;
- Le matériel d'extraction;
 - Règles générales,
 - Les sangles de récupération,
 - Les manilles,
 - Les points d'ancrage,
 - L'inspection,
 - L'entretien.

6. SIMDUT

Format : Formation publique individuelle (Présentiel ou Zoom)

Dates : [30 septembre 2025](#), [28 octobre 2025](#), [2 décembre 2025](#)

Objectif général

À la fin de la session, par une connaissance de la législation et des données rendues disponibles par le système d'information sur les matières dangereuses utilisées au travail (SIMDUT), le participant sera en mesure de comprendre les informations présentes sur les étiquettes et les fiches de données de sécurité et d'appliquer les mesures préventives proposées. La formation est basée sur la réglementation en vigueur, soit celle du SIMDUT.



Objectifs spécifiques

- Identifier l'ensemble des lois et règlements régissant le SIMDUT;
- Interpréter les renseignements contenus sur une étiquette, une affiche ou une fiche de données de sécurité;
- Reconnaître les dangers des produits utilisés, à partir des pictogrammes et mentions de dangers;
- Identifier les façons sécuritaires d'utiliser un produit dangereux à partir des conseils de prudence;
- Trouver l'information sur les directives applicables à l'utilisation, aux premiers soins, à l'entreposage, la manutention et l'élimination des produits dangereux;
- Connaître les étapes d'implantation du SIMDUT dans leurs établissements.

Contenu du cours

- Réglementation;
 - Législation fédérale,
 - Législation provinciale,
 - Historique,
 - SGH,
 - Obligations de l'employeur et du travailleur;
- La formation;
 - Faire la différence entre formation générale et spécifique;
- Catégorisation des produits dangereux;
 - Définitions, pictogrammes, exemples de produits, principaux risques et moyens de prévention associés aux différentes classes de produits;
- L'étiquette;
 - Aspect général,
 - L'étiquette du fournisseur;
 - Identificateur du produit,
 - Identificateur du fournisseur,
 - Pictogramme,
 - Mentions de danger,
 - Conseil de prudence,
 - Premiers soins,
 - Bilingue;
- Étiquette du lieu de travail;
- Autres modes d'identification;
- Identification des résidus dangereux;
- La fiche de données de sécurité (FDS);
 - Comprendre ce que doit contenir chacune des 16 sections;
- Implantation du SIMDUT dans l'établissement;
 - Description de l'implantation du SIMDUT dans l'établissement, en 10 étapes.

7. Ronde de sécurité – Autobus scolaire

Format : Formation publique individuelle (Présentiel ou Zoom)

Date : 1^{er} octobre 2025

Objectif général

Rendre le participant capable de mettre en application les principes de la ronde de sécurité.

Objectifs spécifiques

À la fin de la session de formation, le participant sera en mesure d'effectuer les tâches suivantes :

- Mentionner le pourquoi ? Le qui ? Et le quand ? Faire la ronde de sécurité;
- Identifier les éléments mécaniques à vérifier;
- Déterminer si l'élément mécanique vérifié est en bon état de fonctionnement ou présente une défektivité majeure, mineure ou une infraction au Code de la sécurité routière;
- Décider des actions à prendre selon la situation (remplir un rapport, utiliser ou non le véhicule);
- Identifier les principaux risques à la santé et à la sécurité encourus lors de la ronde de sécurité et proposer des moyens de prévention.



Contenu du cours

- Le volet administratif (Qui ? Quand ? Etc.);
- Les éléments à inspecter;
- Un accent particulier sur les déficiences mineures et majeures;
- Le rapport de ronde;
- Comprendre les systèmes de freinage;
- Prévention des accidents du travail;
- Exercice pratique;
- Évaluation.

8. Enquête et analyse d'accident

Format : Formation publique individuelle (Présentiel ou Zoom)

Date : [2 octobre 2025](#)

Objectif général

À la fin de la session, les participants seront en mesure d'utiliser une méthode simple et structurée d'enquête et d'analyse d'accident de travail.

Objectifs spécifiques et contenu du cours

- Les notions de base;
 - Présenter aux participants le concept d'enquête et définir les termes de façon appropriée,
 - Décrire le concept utilisé pour l'enquête et l'analyse des accidents,
 - Différencier les termes et éléments « accidents/incidents » et « blessures/dommages »;
- Méthode d'enquête;
 - Habilitier les participants à identifier les facteurs d'accidents par une méthode d'enquête,
 - Distinguer les préalables à l'enquête en ce qui concerne les POURQUOI, QUOI, QUAND, OÙ et le QUI enquête,
 - Détecter les facteurs d'accidents en utilisant les 6 éléments de la structure organisationnelle;
- Analyse et recommandations;
 - À l'aide d'une grille d'analyse, déterminer les causes d'accidents pour finalement rechercher les solutions;
- Rapports et suivi;
 - Présenter aux participants les différents rapports qui permettront de relier l'ensemble de l'information recueillie lors de l'enquête et de l'analyse d'accident et la procédure de suivi,
 - Compléter les rapports contenant toutes les informations pertinentes à un accident,
 - Assurer le suivi par une mise à jour du programme de prévention;
- Synthèse;
 - Appliquer l'ensemble des informations de la session par des études de cas.

9. Heures de conduite et de repos

Format : Formation publique individuelle (Présentiel ou Zoom)

Date : [2 octobre 2025](#)

Objectif général

Rendre le participant capable d'appliquer les exigences de la réglementation en vigueur.

Objectifs spécifiques et contenu du cours

À la fin de la session de formation, le participant sera en mesure d'effectuer les tâches suivantes :

- Fatigue;
 - Reconnaître les principaux symptômes de la fatigue, ses causes et facteurs aggravants, ainsi que les moyens de la prévenir;
- Véhicules visés;
 - Reconnaître, parmi les véhicules utilisés, lesquels sont visés par le règlement;
- Nouveautés;
 - La journée (24 heures),
 - La remise à zéro,



- La règle du 14 jours,
- La 16e heure;
- Heures de repos;
 - Déterminer quelles activités sont du repos,
 - Déterminer le début et la fin de la journée,
 - Situer le début et la fin d'un poste de travail,
 - Appliquer l'obligation du 10 heures de repos quotidien,
 - Appliquer l'obligation du 8 heures consécutives de repos avant de conduire,
 - Déterminer les situations où un conducteur peut être relevé de ses responsabilités;
- Heures de conduite et de travail;
 - Déterminer quelles activités sont du travail et lesquelles sont de la conduite,
 - Respecter le nombre maximum d'heures de conduite et de travail autorisé par journée et par poste de travail;
- Cycle de travail;
 - Respecter la règle du 24 heures consécutives de repos durant les 14 derniers jours,
 - Respecter le nombre maximum d'heures de conduite et de travail autorisé par cycle de travail,
 - Calculer la veille le nombre d'heures disponibles pour le lendemain (en utilisant ou non le tableau récapitulatif),
 - Appliquer la remise à zéro d'un cycle de travail;
- Dépassement et augmentation des heures autorisées;
 - Identifier dans quelles situations un dépassement des heures de conduite ou de travail est autorisé,
 - Déterminer dans chaque cas le nombre d'heures de conduite et de travail supplémentaires permit;
- Heures de repos : exceptions à la règle;
 - Report du repos journalier,
 - Répartir correctement ses heures de repos dans la couchette,
 - Calculer, après chaque période de repos dans la couchette, le nombre d'heures de conduite et de travail disponibles jusqu'à la prochaine période de repos dans la couchette;
- Fiche journalière;
 - Remplir une fiche journalière selon les modalités prévues au règlement,
 - Déterminer les situations où la fiche journalière n'est pas requise;
- Documents;
 - Conserver à bord les documents exigés;
- États-Unis;
 - Respecter les exigences de la réglementation américaine qui diffèrent de la réglementation québécoise, notamment :
 - Les heures de repos requises,
 - Les heures de conduite et de travail autorisées par poste et par cycle de travail,
 - La remise à zéro du cycle;
 - Éviter les erreurs les plus fréquentes lors de la transition entre les deux juridictions.

10. Sécurité du chauffeur d'autobus et d'autocars

Format : Formation publique individuelle (Présentiel ou Zoom)

Date : 8 octobre 2025

Objectif général

À la fin de la formation, le participant sera en mesure de déterminer les actions à prendre pour protéger sa santé et sa sécurité.

Objectifs spécifiques et contenu du cours

- Connaître les droits et obligations du chauffeur;
 - Rôle de l'employeur et du travailleur,
 - Statistiques d'accidents du travail,
 - Comprendre comment survient un accident du travail,



- Droit de refus;
- Identifier les situations à risques en cours de trajet;
 - Les conditions routières,
 - Monter/descendre du véhicule,
 - Gestion des conflits / agressions;
- Identifier les situations à risques hors route;
 - Autour du véhicule (ronde de sécurité, entretien, déneigement, etc.),
 - L'utilisation et la manutention de marchandises,
 - Autres situations (distractions, fatigue, alcool et drogues, alimentation, etc.);
- Connaître les moyens de prévention à prendre lors de situations à risques.

11. Transport adapté – Utilisation de la plateforme élévatrice et arrimage des fauteuils

Format : Formation publique individuelle (Présentiel ou Zoom)

Date : [15 octobre 2025](#)

Objectif général

Cette formation est à l'intention des conducteurs afin qu'ils ou elles puissent utiliser les équipements (plateforme élévatrice, appareil d'arrimage, etc.) pour assister les personnes à mobilité réduite en toute sécurité pour eux et pour la clientèle.

Objectifs spécifiques

Au terme de la formation, la personne possède les connaissances et les habiletés requises pour assurer l'embarquement, le transport et le débarquement des clients de façon à protéger son intégrité physique et celle des autres. À la fin de la session de formation, le participant sera en mesure d'effectuer les tâches suivantes :

- Respecter les consignes de sécurité du fabricant;
- Appliquer les principes de sécurité pour lui et le client;
- Transporter une personne en fauteuil roulant;
- Arrimer un fauteuil roulant;
- Utiliser une plateforme élévatrice;
- Transporter une personne qui utilise une canne ou une marchette.

Contenu du cours

- Les obligations;
 - Du propriétaire et du conducteur;
- Les principes de sécurité;
 - Limiter les postures à risque;
- La plateforme élévatrice;
 - Embarquer et débarquer une personne en fauteuil roulant;
- Les appareils d'arrimage des fauteuils roulants et ceintures de sécurité des passagers;
 - Travailler de façon efficace;
 - Installer et déverrouiller les mécanismes d'ancrage.

12. Livrer en sécurité

Format : Formation publique individuelle (Présentiel ou Zoom)

Date : [16 octobre 2025](#)

Objectif général

Promouvoir auprès des participants les règles de sécurité lors de la livraison de colis.

Objectifs spécifiques

À la fin de la formation, le participant sera en mesure de :

- Connaître les droits et obligations en matière de SST de l'employeur et des travailleurs;
- Identifier les principaux risques liés à son métier;
- Déterminer les actions à prendre pour se protéger et éviter les accidents du travail;
- Appliquer les principes d'action dans les gestes et postures lors de la manutention de charges.



Contenu du cours

- Introduction;
 - Les accidents,
 - Les statistiques;
- La préparation de la journée de travail;
 - Les dangers reliés au manque de préparation,
 - La planification des livraisons,
 - Les équipements de protection,
 - L'inspection des équipements,
 - La ronde de sécurité,
 - Le déneigement du véhicule;
- La conduite;
 - La sécurité routière,
 - La fatigue au volant,
 - Les usagers vulnérables,
 - Les manœuvres de recul;
- Les chutes;
 - Le risque de chutes,
 - Pourquoi est-ce que l'on chute ?
 - La prévention des chutes;
- La manutention de charges;
 - Les risques ergonomiques,
 - Les principes d'action dans les gestes et postures,
 - Les outils d'aide à la manutention,
 - Les échauffements;
- Conclusion.

13. Transport de marchandises dangereuses (TMD) – Matières infectieuses

Format : Formation publique individuelle (Présentiel ou Zoom)

Date : 23 octobre 2025

Objectif général

À la fin du cours, les participants seront en mesure de transporter des marchandises dangereuses de la classe 6.2, matières infectieuses, en respectant les exigences réglementaires qui visent notamment à assurer la sécurité des travailleurs, de l'environnement et du public.

Objectifs spécifiques

À la fin de la formation, le participant sera en mesure :

- Associer les pictogrammes aux classes de marchandises dangereuses;
- Identifier si un document d'expédition est complet;
- Assurer que les marchandises sont correctement identifiées et en bon état;
- Apposer les plaques requises sur les grands contenants de marchandises dangereuses (classe 6.2 matières infectieuses);
- Appliquer les règles concernant les tunnels et les passages à niveau;
- Appliquer les règles de sécurité lors du transport de marchandises dangereuses de classe 6.2, matières infectieuses.

Contenu du cours

- Notions de base;
- La classification des marchandises dangereuses;
- Le document d'expédition;
- Les contenants;
- L'emballage des matières infectieuses;
- Les indications de danger;



- Les exemptions;
- Les cas particuliers.

14. Ronde de sécurité – Véhicules lourds

Format : Formation publique individuelle (Présentiel ou Zoom)

Date : [30 octobre 2025](#)

Objectif général

Rendre la personne capable de mettre en application les principes de la ronde de sécurité.

Objectifs spécifiques

À la fin de la session de formation, le participant sera en mesure d'effectuer les tâches suivantes :

- Mentionner le pourquoi ? Le qui ? Et le quand ? faire la ronde de sécurité;
- Identifier les éléments mécaniques à vérifier;
- Déterminer si l'élément mécanique vérifié est en bon état de fonctionnement ou présente une défectuosité majeure, mineure ou une infraction au *Code de la sécurité routière*;
- Décider des actions à prendre selon la situation (remplir un rapport, utiliser ou non le véhicule);
- Identifier les principaux risques à la santé et à la sécurité encourus lors de la ronde de sécurité et proposer des moyens de prévention.

Contenu du cours

- Le volet administratif (Qui ? Quand ? Etc.);
- Les éléments à inspecter;
- Un accent particulier sur les défectuosités mineures et majeures;
- Le rapport de ronde;
- Comprendre les systèmes de freinage;
- Prévention des accidents du travail;
- Exercice pratique;
- Évaluation.

15. La diligence raisonnable

Format : Formation publique individuelle

Date : [30 octobre 2025](#)

Objectif général

Comprendre la notion de diligence raisonnable.

Objectifs spécifiques

À la fin de la formation, le participant sera en mesure de :

- Savoir ce qu'est la diligence raisonnable;
- Comprendre les différentes peines auxquelles sont exposées les personnes;
- Connaître les obligations des employeurs et des travailleurs;
- Connaître les trois devoirs de l'employeur en matière de diligence raisonnable.

Contenu du cours

- Introduction;
- La réglementation;
 - Les obligations de l'employeur,
 - Les obligations des travailleurs,
 - La diligence raisonnable dans un contexte de SST;
- Faire preuve de diligence raisonnable;
 - Le devoir de prévoyance,
 - Le devoir d'efficacité,
 - Le devoir d'autorité;
- Conclusion.



16. Palettiers : sécurité et inspection

Format : Formation publique individuelle (Présentiel ou Zoom)

Date : [5 novembre 2025](#)

Objectif général

Connaître les risques liés à l'utilisation des palettiers et savoir comment inspecter les palettiers.

Objectifs spécifiques

- Identifier les lois, règlements, normes et documents de référence applicables aux palettiers;
- Connaître les risques liés à l'utilisation des palettiers;
- Établir la description des palettiers et identifier leurs composants;
- Inspecter et entretenir.

Contenu du cours

- Définitions;
- Lois, règlements, normes et documents de référence applicables aux palettiers;
- Risques liés à l'utilisation des palettiers;
- Classification et description des palettiers;
- Conception et fabrication des palettiers;
- Réutilisation des palettiers;
- Achat des palettiers;
- Installation des palettiers;
- Utilisation des palettiers;
- Types de palettes;
- Inspection et entretien.

17. Sécurité du camionneur

Format : Formation publique individuelle (Présentiel ou Zoom)

Date : [20 novembre 2025](#)

Objectif général

Promouvoir la prévention des accidents du travail chez les camionneurs.

Objectifs spécifiques

- Connaître les droits et obligations du camionneur :
 - Rôle de l'employeur et du travailleur,
 - Statistiques d'accidents du travail,
 - Comprendre comment survient un accident du travail,
 - Droit de refus;
- Identifier les situations à risques hors route :
 - Autour du véhicule (ronde de sécurité, arrimage, déneigement, attelage, etc.),
 - Chez les clients (les chariots élévateurs, quai de chargement, etc.),
 - L'utilisation et la manutention de marchandises (manutention manuelle, équipements de manutention, matières dangereuses, etc.),
 - Autres situations (distractions, fatigue, alcool et drogues, alimentation, etc.),
- Connaître les moyens de prévention à prendre lors de situations à risques.

18. Ajustement d'un poste de conduite dans les véhicules

Format : Formation aux entreprises (Présentiel)

Objectif général

À la fin de la [formation](#), la personne sera en mesure d'ajuster son poste de conduite selon les bonnes pratiques qui lui seront présentées.

Objectifs spécifiques

- Savoir à quel moment faire l'ajustement du poste de conduite selon les étapes définies;
- Identifier les risques d'un mauvais ajustement et choisir les moyens de prévention appropriés;



- Appliquer les principes d'ajustement appropriés.

Contenu du cours

Cette formation se divise en 2 parties :

Partie 1 : Théorie

- Comprendre les risques associés au mauvais ajustement;
- Connaître les étapes d'ajustements.

Partie 2 : Pratique

- Appliquer les principes d'ajustements;
- Mettre en pratique les notions dans la formation avec le groupe.

19. Arrimage sécuritaire

Format : Formation aux entreprises (Présentiel ou Zoom)

Objectif général

Connaître les principaux risques à la sécurité associés à la séquence d'arrimage d'une cargaison, pour les travailleurs et les autres usagers de la route.

Objectifs spécifiques

À la fin de la [formation](#), le participant sera en mesure de :

- Planifier efficacement la séquence d'arrimage et les mesures de sécurité à appliquer;
- Identifier les situations à risque d'accidents de travail pour l'ensemble des travailleurs impliqués et les mesures préventives à adopter, par exemple: chutes, efforts excessifs, collision, frappement, coincement, etc.;
- Appliquer les dispositions de la réglementation québécoise sur les normes d'arrimage ainsi que celles prévues à la Norme 10 :
 - Les 2 principes de base de l'arrimage,
 - Positionnement des appareils d'arrimage,
 - L'inspection des appareils d'arrimage,
 - Les chargements spécifiques (au besoin).

Contenu du cours

- Notions préalables à l'arrimage;
- Risques associés à chaque étape de l'arrimage et les moyens à prendre pour les éviter :
 - Planification de l'arrimage,
 - Chargement du véhicule,
 - Arrimage de la cargaison,
 - Circulation,
 - Désarrimage de la cargaison,
 - Déchargement du véhicule;
- Post-arrimage.

20. Bruit, surdité et protection auditive

Format : Formation aux entreprises (Présentiel)

Objectif général

Connaître les principaux risques liés au bruit et les moyens de protéger la santé auditive des personnes.

Objectifs spécifiques

À la fin de la [formation](#), le participant sera en mesure de :

- Connaître les risques liés au bruit;
- Comprendre la réglementation;
- Savoir appliquer la démarche de contrôle du bruit;
- Identifier les protecteurs auditifs adéquats;
- Savoir ajuster les protecteurs auditifs pour obtenir une protection adéquate (fit test).

Contenu du cours

- Introduction;
- Bruit;

Nouveauté!



- Le son,
- L'échelle de mesure logarithmique;
- Surdité;
 - Perte auditive,
 - Maladies cardiovasculaires,
 - Risques liés à la sécurité,
 - Statistiques;
- Réglementation;
 - Normes d'exposition,
 - Processus de prise en charge,
 - Limites d'exposition,
 - Test du 1 mètre,
 - Calcul de la dose de bruit;
- Contrôler le bruit;
 - Approche graduée,
 - Réduire l'exposition au bruit,
 - Comportement du bruit : réverbération,
 - Moyens de contrôle;
- Protecteurs auditifs;
 - Types de protections auditives,
 - Choix des protecteurs auditifs,
 - Classes de protecteurs auditifs,
 - Formation sur le port et l'ajustement des protecteurs auditifs;
- Test d'ajustement;
 - Fit Test;
- Conclusion.

21. Chariot  levateur et transpalette électrique – Prévention, théorique et pratique

Format : Formation aux entreprises (Présentiel)

Objectif général

Connaître les principaux risques liés à l'utilisation des chariots élevateurs/transpalettes électriques et les règles d'utilisation sécuritaires.

Objectifs spécifiques

  la fin de la [formation](#), le participant sera en mesure de :

- Interpréter la plaque signalétique de son chariot/transpalette;
- Faire l'inspection journalière de son chariot/transpalette;
- Comprendre la notion de stabilité des chariots;
- Reconnaître les principaux dangers liés à l'utilisation de son chariot/ transpalette;
- Savoir comment se déplacer de façon sécuritaire;
- Savoir comment manipuler les marchandises de façon sécuritaire.

Contenu du cours

- Introduction;
- Définition de la réglementation;
 - Normes,
 - Formation du cariste,
 - Description des composantes du chariot et du transpalette;
- La prise en charge;
 - L'inspection,
 - La plaque signalétique;
- La circulation;
 - Le renversement,
 - Les piétons,



- L'environnement de travail;
- La manutention de charge;
 - Le gerbage et le dégerbage des marchandises,
 - Les quais de chargement,
 - Le chargement et le déchargement des remorques à plateau,
 - Le levage d'un travailleur à l'aide du chariot;
- La fin de la journée de travail;
 - Le stationnement,
 - L'alimentation;
- Exercice pratique.

22. Comité SST paritaire en transport

Format : Formation aux entreprises (Présentiel ou Zoom)

Objectif général

À la fin de la [formation](#), le participant sera en mesure de compléter les différents formulaires, à appuyer l'employeur dans sa prise en charge de la SST, à procéder aux enquêtes et analyses d'accident et à réaliser les inspections du lieu de travail.

Objectifs spécifiques et contenu du cours

- Notions de base en SST;
 - La réglementation,
 - Droits et obligations,
 - Les accidents du travail,
 - Procédure en cas d'accident;
- Le comité local;
 - Notions de base,
 - Mandats,
 - Conditions gagnantes.

23. Conduite préventive des chariots élévateurs — Avancée

Format : Formation aux entreprises (Présentiel ou Zoom)

Objectif général

Habiliter les participants à participer à la gestion des risques reliés à la [conduite des chariots élévateurs](#).

Objectifs spécifiques

- Connaître les risques reliés à la conduite des chariots élévateurs et les règles d'utilisation sécuritaires;
- Apporter le support formatif pour élaborer un programme de formation sur la conduite préventive des chariots élévateurs.

Contenu du cours

- Introduction;
- Les accidents;
 - Définition « Accident du travail »,
 - La prévention des accidents du travail,
 - Les accidents et les chariots élévateurs;
- La réglementation;
 - LSST,
 - RSST,
 - Norme;
- La formation;
 - Participants,
 - La réglementation,
 - Via Prévention;
- La prise en charge du chariot;
 - L'Inspection du chariot,



- La plaque signalétique;
- La circulation;
 - Le renversement,
 - Les piétons,
 - L'environnement de travail;
- La manutention de charge;
 - Les palettiers,
 - Les quais de chargement,
 - Le chariot élévateur à poste de conduite élevable,
 - Le levage de travailleurs;
- La fin de la journée de travail;
 - Le stationnement du chariot,
 - L'alimentation du chariot.

24. Conduite préventive des chariots élévateurs — Théorie

Format : Formation aux entreprises (Présentiel ou Zoom)

Objectif général

Connaître les principaux risques liés à l'utilisation des chariots élévateurs et les règles d'utilisation sécuritaires.

Objectifs spécifiques

À la fin de la formation, le participant sera en mesure de :

- Interpréter la plaque signalétique de son chariot;
- Faire l'inspection journalière de son chariot;
- Comprendre la notion de stabilité des chariots;
- Reconnaître les principaux dangers liés à l'utilisation de son chariot;
- Savoir comment se déplacer de façon sécuritaire;
- Savoir comment manipuler les marchandises de façon sécuritaire.

Contenu du cours

- Introduction;
- La prise en charge du chariot;
 - L'inspection,
 - La plaque signalétique;
- La circulation;
 - Le renversement,
 - Les piétons,
 - L'environnement de travail;
- La manutention de charge;
 - Le gerbage et le dégerbage des marchandises,
 - Les quais de chargement,
 - Le chargement et le déchargement des remorques à plateau,
 - Le levage d'un travailleur à l'aide du chariot;
- La fin de la journée de travail;
 - Le stationnement du chariot,
 - L'alimentation du chariot.

25. Conduite préventive des chariots élévateurs — Théorie et pratique

Format : Formation aux entreprises (Présentiel ou Zoom)

Objectif général

Connaître les principaux risques liés à l'utilisation des chariots élévateurs et les règles d'utilisation sécuritaires.

Objectifs spécifiques

À la fin de la formation, le participant sera en mesure de :

- Interpréter la plaque signalétique de son chariot;
- Faire l'inspection journalière de son chariot;



- Comprendre la notion de stabilité des chariots;
- Reconnaître les principaux dangers liés à l'utilisation de son chariot;
- Savoir comment se déplacer de façon sécuritaire;
- Savoir comment manipuler les marchandises de façon sécuritaire.

Contenu du cours

- Introduction;
- La prise en charge du chariot;
 - L'inspection,
 - La plaque signalétique;
- La circulation;
 - Le renversement,
 - Les piétons,
 - L'environnement de travail;
- La manutention de charge;
 - Le gerbage et le dégerbage des marchandises,
 - Les quais de chargement,
 - Le chargement et le déchargement des remorques à plateau,
 - Le levage d'un travailleur à l'aide du chariot;
- La fin de la journée de travail;
 - Le stationnement du chariot;
- L'alimentation du chariot;
- Exercice pratique.

26. Déménageons en sécurité avec Bob

Format : Formation aux entreprises (Zoom)

Objectif général

À la fin de la [formation](#), le participant sera en mesure d'appliquer les bonnes pratiques de sécurité au travail, notamment lors de la manutention des charges.

Objectifs spécifiques

- Savoir planifier et organiser le travail;
- Identifier les risques et choisir les moyens de prévention appropriés;
- Appliquer les principes de manutention sécuritaire.

Contenu du cours

Cette formation se divise en 3 sections :

Section 1 :

- Planifier le déménagement,
- Reconnaître les principaux risques reliés au métier de déménageur;

Section 2 :

- Organiser le travail à effectuer selon le contexte,
- Connaître les ÉPI à porter,
- Choisir les équipements à utiliser,
- Appliquer les principes d'action en manutention,
- Mettre en pratique les conseils pour le bien-être au travail;

Section 3 :

- Contenus essentiels à retenir.

27. Déménager en sécurité

Format : Formation aux entreprises (Présentiel ou Zoom)

Objectif général

Sensibiliser les travailleurs et les employeurs de l'importance d'intégrer des pratiques de travail sécuritaires lors du [déménagement](#).



Objectifs spécifiques

- Identifier les principaux risques à la santé et à la sécurité pour permettre aux participants de les reconnaître et de les anticiper;
- Savoir se préparer pour bien planifier la journée de travail;
- Connaître les principes de manutention manuelle sécuritaires;
- Se familiariser avec les équipements d'aide à la manutention;
- Adopter une approche préventive concernant le bien être (chaud, froid, alimentation, pauses de récupération).

Contenu du cours

- Statistiques d'accidents et situations dangereuses;
- Planification du déménagement, de la demande du client jusqu'au jour du déménagement (questions à poser aux clients, vérification du véhicule des ÉPI et des équipements d'aide au déménagement);
- Pourquoi se blesse-t-on au travail, structures corporelles mises en cause et moyens de prévention;
- Principes de manutention manuelle sécuritaire et stratégies facilitant le travail (stationnement, équipement, inspection des lieux, regroupage des charges, etc.);
- Charger le véhicule et arrimer la cargaison;
- Penser bien être (contraintes thermiques, alimentation, vêtements de rechange, pauses).

28. Enquête et analyse d'accident

Format : Formation aux entreprises (Présentiel ou Zoom)

Objectif général

À la fin de la [session](#), les participants seront en mesure d'utiliser une méthode simple et structurée d'enquête et d'analyse d'accident de travail.

Objectifs spécifiques et contenu du cours

- Les notions de base;
 - Présenter aux participants le concept d'enquête et définir les termes de façon appropriée,
 - Décrire le concept utilisé pour l'enquête et l'analyse des accidents,
 - Différencier les termes et éléments « accidents/incidents » et « blessures/dommages »;
- Méthode d'enquête;
 - Habilitier les participants à identifier les facteurs d'accidents par une méthode d'enquête,
 - Distinguer les préalables à l'enquête en ce qui concerne les POURQUOI, QUOI, QUAND, OÙ et le QUI enquête,
 - Détecter les facteurs d'accidents en utilisant les six éléments de la structure organisationnelle;
- Analyse et recommandations;
 - À l'aide d'une grille d'analyse, déterminer les causes d'accidents pour finalement rechercher les solutions;
- Rapports et suivi;
 - Présenter aux participants les différents rapports qui permettront de relier l'ensemble de l'information recueillie lors de l'enquête et de l'analyse d'accident et la procédure de suivi,
 - Compléter les rapports contenant toutes les informations pertinentes à un accident,
 - Assurer le suivi par une mise à jour du programme de prévention;
- Synthèse;
 - Appliquer l'ensemble des informations de la session par des études de cas.

29. Extraction sécuritaire de véhicules embourbés

Format : Formation aux entreprises (Présentiel ou Zoom)

Objectif général

Promouvoir auprès des participants les règles de sécurité lors de manœuvre d'extraction de véhicules et d'équipements embourbés.

Objectifs spécifiques

À la fin de la [formation](#), le participant sera en mesure de :

- Connaître les principaux risques liés à l'extraction d'un véhicule embourbé;



- Déterminer dans quelle situation il est nécessaire d'utiliser les services d'un remorqueur professionnel;
- Connaître les mesures à prendre pour extraire un véhicule embourbé en toute sécurité.

Contenu du cours

- Introduction;
- Les accidents,
- Les causes des enlissements;
- Éviter de s'enliser;
 - Signes qui annoncent une situation à risque,
 - L'entretien de la surface de déplacement / sol,
 - La conduite et l'opération du véhicule;
- Les contraintes liées à l'extraction d'un véhicule;
 - Les forces et résistances,
 - Le poids du matériel enlisé,
 - La force de succion,
 - La résistance pendant la traction vers l'avant;
- Avant d'extraire un véhicule enlisé;
 - Déterminer si un remorqueur doit être appelé,
 - Les compétences des personnes impliquées,
 - La disponibilité du matériel et des équipements,
 - Le chargement,
 - La zone de sécurité;
- Le véhicule remorqueur;
 - Règles générales,
 - Le positionnement du véhicule remorqueur;
- Le matériel d'extraction;
 - Règles générales,
 - Les sangles de récupération,
 - Les manilles,
 - Les points d'ancrage,
 - L'inspection,
 - L'entretien;

30. Fondements du comité SST

Format : Formation aux entreprises (Présentiel ou Zoom)

Objectif général

- Comprendre les [fondements du comité de santé](#) et sécurité pour l'établissement d'un CSS;
- Mettre en place les mécanismes soutenant le comité dans son rôle et ses responsabilités;
- Être convaincu de l'importance du comité de santé et sécurité comme vecteur paritaire de prévention dans votre organisation.

Objectifs spécifiques

- Connaître le cadre législatif et réglementaire du comité de santé et sécurité (CSS);
- Se familiariser avec les rôles et les responsabilités des différents intervenants;
- Comprendre les rôles et fonctions du CSS;
- Définir les règles de fonctionnement et identifier le mandat du comité de santé et sécurité;
- Comprendre les obligations et les rôles et responsabilités des membres du CSS;
- Comprendre l'objectif d'un programme de prévention;
- Connaître le contenu obligatoire d'un programme de prévention et comprendre la responsabilité du CSS envers ce programme;
- Se familiariser avec la démarche d'identification et d'analyse de risque;
- Comprendre l'importance d'assurer un suivi dans la tenue des registres d'événements;
- Connaître les obligations de déclaration d'événements à la Commission;



- Comprendre l'importance de la participation du CSS dans le processus d'enquête et d'analyse d'événements;
- Comprendre l'importance d'assurer un suivi des inspections des lieux;
- Comprendre l'importance de la participation du CSS dans le processus des inspections, mais aussi dans le suivi des correctifs;
- Comprendre les niveaux d'intervention en matière de mesures correctives et préventives;
- Réaliser l'importance de la promotion et de la visibilité d'un CSS dans l'organisation;
- Identifier les pièges à éviter pour un comité de santé et sécurité;
- Savoir reconnaître quels types de sujets devraient être discutés dans un CSS.

Contenu du cours

- Le comité de santé et sécurité (CSS);
 - Le cadre législatif et réglementaire,
 - Les rôles et responsabilités des intervenants,
 - o Intervenants de votre organisation,
 - o Autres intervenants;
- Guide de fonctionnement;
 - Composition,
 - Rôles,
 - Détermination du mandat,
 - Fonctions,
 - Règles de fonctionnement;
- Les rôles et responsabilités des membres du CSS;
- Les mécanismes de prévention;
 - Le programme de prévention,
 - o L'objectif du programme de prévention,
 - o Le contenu obligatoire prévu par la Loi,
 - o Le programme de santé d'un établissement;
 - L'identification et l'analyse de risques;
 - o La démarche en prévention,
 - o La tenue des registres d'accidents,
 - o L'enquête et l'analyse des événements,
 - o L'inspection des lieux,
 - o L'analyse des tâches et des risques;
- Les conditions de succès du comité de santé et sécurité;
 - Promotion et visibilité,
 - Les pièges à éviter pour le CSS,
 - Les sujets pour le CSS.

31. Gestion SST pour entreprise de compétence fédérale

Format : Formation aux entreprises (Présentiel ou Zoom)

Objectif général

À la fin de la [formation](#), le participant sera en mesure de déterminer les actions à prendre pour protéger la santé et la sécurité de ses travailleurs et respecter ses obligations réglementaires.

Objectifs spécifiques et contenu du cours

- Notions de base en SST;
 - La SST au Québec,
 - Les accidents du travail,
 - Les ressources disponibles;
- Exigences de la loi;
 - Lois et règlements,
 - Droits et obligations des employeurs et des employés;
- La prévention des accidents du travail;
 - Engagement de l'employeur,



- Implication des employés,
- Identification et contrôle des risques,
- Formation et information,
- Enquête et analyse d'accidents.

32. Heures de conduite et repos

Format : Formation aux entreprises (Présentiel ou Zoom)

Objectif général

Rendre le participant capable d'appliquer les exigences de la réglementation en vigueur.

Objectifs spécifiques et contenu du cours

À la fin de la [session de formation](#), le participant sera en mesure d'effectuer les tâches suivantes :

- Fatigue;
 - Reconnaître les principaux symptômes de la fatigue, ses causes et facteurs aggravants, ainsi que les moyens de la prévenir;
- Véhicules visés;
 - Reconnaître, parmi les véhicules utilisés, lesquels sont visés par le règlement;
- Nouveautés;
 - La journée (24 heures),
 - La remise à zéro,
 - La règle du 14 jours,
 - La 16e heure;
- Heures de repos;
 - Déterminer quelles activités sont du repos,
 - Déterminer le début et la fin de la journée,
 - Situer le début et la fin d'un poste de travail,
 - Appliquer l'obligation du 10 heures de repos quotidien,
 - Appliquer l'obligation du 8 heures consécutives de repos avant de conduire,
 - Déterminer les situations où un conducteur peut être relevé de ses responsabilités;
- Heures de conduite et de travail;
 - Déterminer quelles activités sont du travail et lesquelles sont de la conduite,
 - Respecter le nombre maximum d'heures de conduite et de travail autorisé par journée et par poste de travail;
- Cycle de travail;
 - Respecter la règle du 24 heures consécutives de repos durant les 14 derniers jours,
 - Respecter le nombre maximum d'heures de conduite et de travail autorisé par cycle de travail;
 - Calculer la veille le nombre d'heures disponibles pour le lendemain (en utilisant ou non le tableau récapitulatif),
 - Appliquer la remise à zéro d'un cycle de travail;
- Dépassement et augmentation des heures autorisées;
 - Identifier dans quelles situations un dépassement des heures de conduite ou de travail est autorisé,
 - Déterminer dans chaque cas le nombre d'heures de conduite et de travail supplémentaires permis;
- Heures de repos : exceptions à la règle :
 - Report du repos journalier,
 - Répartir correctement ses heures de repos dans la couchette,
 - Calculer, après chaque période de repos dans la couchette, le nombre d'heures de conduite et de travail disponibles jusqu'à la prochaine période de repos dans la couchette;
- Fiche journalière;
 - Remplir une fiche journalière selon les modalités prévues au règlement,
 - Déterminer les situations où la fiche journalière n'est pas requise;
- Documents;
 - Conserver à bord les documents exigés;



- États-Unis :
 - Respecter les exigences de la réglementation américaine qui diffèrent de la réglementation québécoise, notamment :
 - Les heures de repos requises,
 - Les heures de conduite et de travail autorisées par poste et par cycle de travail,
 - La remise à zéro du cycle;
 - Éviter les erreurs les plus fréquentes lors de la transition entre les deux juridictions.

33. Initiation au cadenassage

Format : Formation aux entreprises (Présentiel ou Zoom)

Objectif général

Initier le participant aux principes de bases du cadenassage.

Objectifs spécifiques

À la fin de la formation, le participant sera en mesure :

- D'identifier les moments où il doit cadenasser;
- D'appliquer les principes de bases du cadenassage;
- De connaître les principaux accessoires utilisés lors du cadenassage.

Puisqu'il s'agit d'une formation générale, le programme de cadenassage de l'entreprise devra être présenté par l'employeur.

Contenu du cours

- Programme de cadenassage;
- Quand doit-on cadenasser ?
- Qui doit cadenasser ?
- Que doit-on cadenasser ?
- Comment doit-on cadenasser ?
- Matériel de cadenassage.

34. Initiation au travail sécuritaire en espace clos

Format : Formation aux entreprises (Présentiel ou Zoom)

Objectif général

Rendre le participant capable d'identifier les principaux risques à la santé et à la sécurité encourus lors de travaux en espaces clos et d'appliquer les mesures de prévention appropriées.

Objectifs spécifiques et contenu du cours

À la fin de la session de formation, le participant sera en mesure de :

- Savoir reconnaître les espaces clos;
- Connaître les responsabilités des différents intervenants (employeurs, employés, donneurs d'ouvrage);
- Identifier les principaux risques à la santé et à la sécurité encourus lors du travail en espace clos, notamment :
 - Les risques atmosphériques,
 - Les risques physiques,
 - Les risques biologiques;
- À chacun de ces risques, associer les mesures de prévention appropriées.

35. Intervention en cas de déversement

Format : Formation aux entreprises (Présentiel ou Zoom)

Objectif général

Être en mesure d'agir adéquatement face à un déversement de produit dangereux.

Objectifs spécifiques

À la fin de la formation, le participant sera en mesure de :

- Reconnaître les rôles et les responsabilités de l'ensemble des intervenant;
- Identifier les causes, les risques et les moyens de prévenir les déversements;
- Définir les types de déversements et le niveau d'intervention approprié;



- Appliquer la procédure à suivre en cas de déversement.

Contenu du cours

- Introduction;
- Notions de base;
 - Obligations de l'employeur,
 - Obligations de la travailleuse et du travailleur,
 - Types d'incidents,
 - Coût d'un déversement,
 - Réglementation;
- Le risque de déversement;
 - Causes des déversements,
 - Identification et analyse du risque,
 - Identification de situations dangereuses;
- La prévention du risque de déversement;
 - Manutention et utilisation des produits,
 - Entreposage des produits,
 - Plan de mesure d'urgence;
- L'intervention en cas de déversement;
 - Avant d'intervenir,
 - Niveau d'intervention,
 - Personne à aviser,
 - La trousse de déversement;
- Les étapes à suivre;
- Conclusion.

36. Introduction à l'utilisation sécuritaire des plateformes élévatrices mobiles de personnes (PEMP)

Format : Formation aux entreprises (Présentiel ou Zoom)

Objectif général

- Habilitier les participants à la gestion des risques reliés à la conduite des [plateformes élévatrices automotrices](#) de type ciseau;
- Savoir reconnaître les situations à risques et être en mesure d'appliquer les procédures de travail sécuritaires avec les plateformes élévatrices mobiles de personnes (PEMP).

Objectifs spécifiques

- Connaître les risques reliés à la conduite des plateformes élévatrices mobiles de personnes et les règles d'utilisation sécuritaires;
- Se conformer à la réglementation en vigueur et connaître les rôles et responsabilités de chacun;
- Apporter le support formatif pour élaborer des procédures sécuritaires de travail.

Contenu du cours

- Les accidents;
 - Les accidents qui se produisent avec les plateformes élévatrices mobiles de personnes (PEMP),
 - La prévention, un moyen pour contrôler les risques d'accidents du travail;
- La réglementation;
 - LSST, RSST, CSTC, RPP,
 - Norme CSA B354.8:17 (Plateformes élévatrices mobiles de personnel – Formation des opérateurs-conducteurs), CSA B354.7 :17,
 - Norme CSA C225-2022:20 (Engins élévateurs à nacelle portés sur véhicule),
 - La formation, une obligation légale,
 - Les rôles et responsabilités de chacun;
- Les plateformes élévatrices mobiles de personnel (PEMP);
 - Les composantes de la PEMP,
 - La plateforme de travail,



- Le système d'élévation,
- Le véhicule porteur;
- Choisir la bonne plateforme élévatrice;
 - Les différents moyens d'alimentation de la plateforme élévatrice,
 - Les lieux d'utilisation de la PEMP,
 - La capacité de la PEMP,
 - Les types de pneus,
 - Risques et moyens de prévention;
- La prise en charge de la PEMP;
 - La plaque signalétique (capacité de charge),
 - L'affichage de prévention et le manuel du fabricant,
 - L'inspection visuelle et en fonctionnement;
- Les risques et les moyens de prévention;
 - La planification avant le travail,
 - Environnement,
 - Renversement,
 - Chute de hauteur,
 - Chute d'objets,
 - Risques électriques,
 - Risque de coincement et d'écrasement,
 - Incendie et explosion,
 - Intoxication,
 - Chute de personnes,
 - Périmètre de sécurité,
 - L'utilisation en hauteur et le déplacement de l'équipement;
- Le stationnement et le ravitaillement.

37. L'identification et l'analyse de risques

Format : Formation aux entreprises (Présentiel ou Zoom)

Objectif général

Comprendre et réaliser l'identification et l'analyse de risques en milieu de travail.

Objectifs spécifiques

À la fin de la [formation](#), le participant sera en mesure de :

- Connaître les obligations des différents acteurs concernant l'identification des risques en milieu de travail;
- Connaître les différents types de risque présents en milieu de travail;
- Conduire différentes activités d'identification des risques;
- Analyser les risques et créer un plan d'action en priorisant les mesures correctives à mettre en place.

Contenu du cours

- Introduction
- Obligations
 - Direction
 - Personnel
 - Membre du comité santé et sécurité
- Identification des risques
 - Catégories de risques
 - Tolérances zéro, risques prédominants et émergents de la CNESST
 - Composantes du travail
 - Différentes activités d'identification des risques
- Analyse de risques
 - Priorisation

Nouveauté!



- Hiérarchie des mesures correctives
- Conclusion

38. L'inspection des lieux de travail

Format : Formation aux entreprises (Présentiel)

Objectif général

Comprendre et conduire une [inspection des lieux de travail](#).

Objectifs spécifiques

- Connaître les rôles et les responsabilités des différentes personnes impliquées dans les activités d'inspection;
- Connaître les différents types de risque présents en milieu de travail;
 - Implanter un processus et un calendrier d'inspection;
- Choisir le bon type d'inspection selon la situation;
 - Sélectionner et former les inspecteurs,
 - Proposer des mesures correctives,
 - S'assurer du suivi.

Contenu du cours

- Introduction;
- Obligations des personnes impliquées dans l'inspection;
 - L'employeur,
 - La ou le RSS,
 - Le CSS,
 - Les autres travailleuses et travailleurs;
- L'identification des risques;
 - Chimiques,
 - Physiques,
 - Biologiques,
 - Ergonomiques,
 - Liés à la sécurité,
 - Psychosociaux,
 - Tolérances zéro, risques prédominants et émergents de la CNESST,
 - Composantes du travail;
- La gestion des inspections;
 - Établir les besoins,
 - Déterminer la catégorie d'inspection et la fréquence,
 - Spécifier les outils et le matériel à utiliser,
 - Sélectionner et former les inspecteurs,
 - Officialiser le processus;
- La tournée d'inspection;
 - La tournée d'inspection,
 - Le rapport,
 - Le suivi;
- Bonnes pratiques et limites;
- Conclusion.

39. La diligence raisonnable

Format : Formation aux entreprises (Présentiel ou Zoom)

Objectif général

Comprendre la notion de [diligence raisonnable](#).

Objectifs spécifiques

À la fin de la formation, le participant sera en mesure de :

- Savoir ce qu'est la diligence raisonnable;

Nouveauté!



- Comprendre les différentes peines auxquelles sont exposées les personnes;
- Connaître les obligations des employeurs, des travailleuses et des travailleurs;
- Connaître les trois devoirs de l'employeur en matière de diligence raisonnable.

Contenu du cours

- Introduction;
- La réglementation;
 - Les obligations de l'employeur,
 - Les obligations des travailleuses et des travailleurs,
 - La diligence raisonnable dans un contexte de SST;
- Faire preuve de diligence raisonnable;
 - Le devoir de prévoyance,
 - Le devoir d'efficacité,
 - Le devoir d'autorité;
- Conclusion.

40. Livrer en sécurité

Format : Formation aux entreprises (Présentiel ou Zoom)

Objectif général

Promouvoir auprès des participants les règles de sécurité lors de la livraison de colis.

Objectifs spécifiques

À la fin de la [formation](#), le participant sera en mesure de :

- Connaître les droits et obligations en matière de SST de l'employeur et des travailleurs;
- Identifier les principaux risques liés à son métier;
- Déterminer les actions à prendre pour se protéger et éviter les accidents du travail;
- Appliquer les principes d'action dans les gestes et postures lors de la manutention de charges.

Contenu du cours

- Introduction;
 - Les accidents,
 - Les statistiques;
- La préparation de la journée de travail;
 - Les dangers reliés au manque de préparation,
 - La planification des livraisons,
 - Les équipements de protection,
 - L'inspection des équipements,
 - La ronde de sécurité,
 - Le déneigement du véhicule;
- La conduite;
 - La sécurité routière,
 - La fatigue au volant,
 - Les usagers vulnérables,
 - Les manœuvres de recul;
- Les chutes;
 - Le risque de chutes,
 - Pourquoi est-ce que l'on chute ?
 - La prévention des chutes;
- La manutention de charges;
 - Les risques ergonomiques,
 - Les principes d'action dans les gestes et postures,
 - Les outils d'aide à la manutention,
 - Les échauffements;
- Conclusion.



41. Manutention manuelle

Format : Formation aux entreprises (Présentiel ou Zoom)

Objectif général

À la fin du [cours](#), les participants auront acquis les bases leur permettant de manutentionner des marchandises manuellement en respectant les principes de sécurité et d'efficacité.

Également offerte en ligne.

Objectifs spécifiques

Connaître les risques reliés au travail de manutention manuelle et transmettre aux travailleurs les principes de sécurité et d'efficacité à adopter.

- Identifier les gestes et les postures à risque;
- Comprendre le processus pouvant provoquer des blessures au dos;
- Appliquer les principes de manutention sécuritaires;
- Travailler avec aisance et fluidité selon les principes d'efficacité;
- Adopter un programme d'exercices d'échauffement.

Contenu du cours

- Introduction sur le travail de manutention manuelle effectué dans l'entreprise;
 - Discussions interactives sur le travail de manutention effectué par chaque participant,
 - Identifier les manutentions manuelles les plus exigeantes;
- Les accidents survenus dans l'entreprise;
 - Discussions avec les participants sur les événements accidentels,
 - Les accidents répertoriés et leurs causes,
 - Les incidents, indicateurs d'un danger d'accident latent,
 - Les blessures et les maladies professionnelles avec arrêt de travail;
- Notions de base sur la structure du dos et les affections les plus courantes;
 - Fonction et caractéristiques de la colonne vertébrale,
 - Rôle des disques intervertébraux,
 - Notion de bras de levier,
 - Postures à risque,
 - Les affections les plus courantes au dos : les lombalgies;
- Principes de sécurité lors de la manutention manuelle;
 - Éléments de base que tout travailleur doit connaître pour exécuter son travail en toute sécurité;
- Principes d'économie d'effort lors de la manutention manuelle;
 - Nouveaux éléments des études effectuées par l'IRSST (Institut de recherche Robert Sauvé sur la Santé et Sécurité au Travail) sur l'efficacité dans le travail de manutention de charges;
- Exercices d'échauffement et guide alimentaire;
 - Série d'exercices d'échauffement conçue pour les manutentionnaires et pour les chauffeurs-livreurs,
 - Volet sur l'alimentation;
- Intégrer les nouvelles connaissances par des cas pratiques;
 - Une session pratique en entrepôt pour valider l'application des notions théoriques reçues et pour trouver des moyens adaptés aux types de charges et à l'environnement de l'entreprise.

42. Nettoyage industriel au jet d'eau sous haute pression

Format : Formation aux entreprises (Présentiel ou Zoom)

Objectif général

Rendre le participant capable d'identifier les principaux risques à la santé et à la sécurité encourus lors du nettoyage au jet d'eau sous haute pression et d'appliquer les mesures de prévention appropriées.

Objectifs spécifiques et contenu du cours

À la fin de la [session de formation](#), le participant sera en mesure :

- D'identifier les principaux risques à la santé et à la sécurité encourus lors du travail de nettoyage au jet d'eau sous haute pression, notamment :
 - Les risques de perforation ou de coupure du corps par le jet,



- Les risques de blessures par projection de débris,
- Les risques chimiques et biologiques,
- Les risques électriques,
- Les risques de chutes,
- Les risques liés à la fatigue,
- Les risques liés à la contrainte thermique,
- Les risques liés à l'utilisation et l'entretien inadéquats des équipements;
- D'identifier des moyens de prévention susceptibles de réduire les risques de lésions professionnelles chez les nettoyeurs au jet d'eau sous haute pression;
- De situer ces mesures de prévention par rapport aux cinq étapes de la journée de travail, soit :
 - La préparation avant le départ,
 - L'accueil à l'entreprise cliente et la préparation du chantier,
 - L'exécution du nettoyage,
 - La fermeture du chantier,
 - Le retour à l'entreprise de services.

43. Palettiers : sécurité et inspection

Format : Formation aux entreprises (Présentiel ou Zoom)

Objectifs généraux

- Connaître les risques liés à [l'utilisation des palettiers](#);
- Inspecter les palettiers.

Objectifs spécifiques

- Identifier les lois, règlements, normes et documents de référence applicables aux palettiers;
- Connaître les risques liés à l'utilisation des palettiers;
- Établir la description des palettiers et identifier leurs composants;
- Inspecter et entretenir.

Contenu du cours

- Définitions;
- Lois, règlements, normes et documents de référence applicables aux palettiers;
- Risques liés à l'utilisation des palettiers;
- Classification et description des palettiers;
- Conception et fabrication des palettiers;
- Réutilisation des palettiers;
- Achat des palettiers Installation des palettiers;
- Utilisation des palettiers;
- Types de palettes;
- Inspection et entretien.

44. Pompage à vide

Format : Formation aux entreprises (Présentiel ou Zoom)

Objectif général

Rendre le participant capable d'identifier les principaux risques à la santé et à la sécurité encourus lors du pompage à vide et d'appliquer les mesures de prévention appropriées.

Objectifs spécifiques et contenu du cours

À la fin de la [session de formation](#), le participant sera en mesure de :

- Identifier les principaux risques à la santé et à la sécurité encourus lors du travail de pompage à vide, notamment :
 - Les risques électriques,
 - Les risques de chute,
 - Les risques liés à la nature des produits pompés :
 - Produits chimiques,
 - Eaux usées;



- Les risques liés à la contrainte thermique,
- Les risques liés à l'utilisation et l'entretien inadéquats des équipements,
- Les risques liés à la succion et aux coups de fouet;
- Identifier des moyens de prévention susceptibles de réduire les risques de lésions professionnelles chez les opérateurs de camion-pompe;
- Situer ces mesures de prévention par rapport aux cinq étapes de la journée de travail, soit :
 - La préparation avant le départ,
 - L'accueil à l'entreprise cliente et la préparation du chantier,
 - L'exécution du pompage,
 - La fermeture du chantier,
 - Le déchargement et le retour à l'entreprise de services.

45. Prévenir la violence dans le transport scolaire

Format : Formation aux entreprises (Présentiel ou Zoom)

Objectif général

Comprendre et identifier les signes précurseurs de l'escalade d'une situation qui conduit à de la violence. Outiller les chauffeurs à désamorcer les situations de violence.

Objectifs spécifiques

À la fin de la formation, le participant seront en mesure de :

- Reconnaître les signes de violence;
- Reconnaître les situations à risques;
- Utiliser les outils pour prévenir la violence;
- Implanter des moyens de prévention pour réduire le risque.

Contenu du cours

- Introduction;
 - Types de violence,
 - Portrait de la violence;
- La réglementation;
 - Lois et règlements,
 - Responsabilités des employeurs et des travailleurs, etc.
- La violence dans le transport scolaire;
 - Les facteurs de risques;
- Les conséquences de la violence;
 - Individu,
 - Organisation;
- La prévention de la violence;
 - Les signes à détecter,
 - Les stratégies de désamorçage,
 - Les pièges à éviter,
 - La gestion de la violence;
- Conclusion.

46. Prévention lors de la collecte des matières résiduelles

Format : Formation aux entreprises (Présentiel ou Zoom)

Objectif général

Sensibiliser les travailleurs et les employeurs œuvrant dans la collecte des matières résiduelles à l'importance d'intégrer des pratiques de travail sécuritaires lors de la collecte.

Objectifs spécifiques

- Informer les travailleurs et les employeurs des divers risques d'accidents du travail observés dans les activités de collecte des ordures ménagères et analyser les principales causes des lésions professionnelles rencontrées chez les éboueurs;
- Identifier des méthodes de travail sécuritaires susceptibles de réduire les risques de lésions professionnelles chez les éboueurs;

Nouveauté!



- Développer une approche préventive dans les activités de collecte des ordures ménagères.

Contenu du cours

L'industrie de la collecte des ordures ménagères au Québec et les caractéristiques du métier d'éboueur;

- L'organisation de la santé et de la sécurité du travail au Québec,
- La vérification avant départ,
- La conduite sécuritaire et préventive,
- Les risques lors de la cueillette des ordures ménagères et les mesures de prévention,
- Les stratégies de travail,
- Les dangers des trémies et des compacteurs,
- Les risques au site d'enfouissement et à l'incinérateur,
- Les équipements de protection individuels,
- Les déchets domestiques dangereux,
- Secours, premiers soins et mesures d'urgence,
- Les relations avec les citoyens.

47. Prévention lors du travail en hauteur – Théorie et pratique

Format : Formation aux entreprises (Présentiel)

Objectif général

- Connaître les risques reliés à l'utilisation des [systèmes d'arrêt de chute](#) et les moyens de prévention;
- Pour le travailleur, savoir inspecter, entretenir et ajuster le système d'arrêt de chute, surtout le harnais de sécurité;
- Pour le gestionnaire, savoir élaborer des procédures sécuritaires d'utilisation, d'inspection, de travail et de récupération lors du travail en hauteur.

Objectifs spécifiques

- Identifier les principaux composants des systèmes d'arrêt de chute;
- Savoir inspecter le harnais avant l'utilisation;
- Être en mesure d'ajuster correctement le harnais sur soi;
- Faire un bon entretien du système d'arrêt de chute;
- Élaborer des politiques spécifiques au travail avec le système d'arrêt de chute (utilisation, inspection, entretien du système d'arrêt de chute, ainsi que du travail en hauteur, formation, permis de travail, plan de sauvetage);
- S'assurer que les éléments théoriques sont intégrés dans les conditions réelles de travail par des exercices pratiques sur l'inspection et l'ajustement du harnais de sécurité.

Contenu du cours

- Notions préalables Introduction :
 - Introduction,
 - Démarche préventive lors du travail en hauteur,
 - Définitions des composantes et conformité,
 - Planification des travaux en hauteur,
 - Procédures de travail,
 - Inspection du système antichute,
 - Entretien du système antichute,
 - Ajustement du système antichute;
- Notions techniques :
 - Description du système de limitation de déplacement,
 - Description du système d'arrêt de chute,
 - Les classes des harnais,
 - Les points d'ancrage,
 - La ligne de vie,
 - Le cordon d'assujettissement,
 - L'enrouleur-dérouleur,
 - L'absorbeur d'énergie,



- La planification des travaux,
- Le calcul de la distance totale de chute,
- La méthode de travail,
- Le sauvetage en cas de chute (récupération),
- Inspection du système d'arrêt de chute,
- La mise hors service,
- L'entretien du système d'arrêt de chute,
- L'ajustement du harnais de sécurité;
- Partie pratique :
 - Inspection du harnais et des composantes du système d'arrêt de chute utilisé,
 - Ajustement du harnais par le travailleur.

48. Principes pour le déplacement sécuritaire de personne (PDSP)

Format : Formation aux entreprises (Présentiel)

Objectif général

Ce programme de formation, développé à partir de la formation « *Principes de déplacement sécuritaire du bénéficiaire* » (PDSB) de l'Association pour la santé et la sécurité du travail, secteur affaires sociales (ASSTSAS), est à l'intention des conducteurs, des techniciens et des membres de personnel pouvant apporter assistance afin qu'ils puissent assister les personnes à mobilité réduite en toute sécurité pour eux et pour la clientèle.

Objectifs spécifiques

Au terme de la [formation](#) PDSB, le travailleur possède les connaissances et les habiletés requises pour protéger son intégrité physique et celle du client lors de tâches d'assistance aux déplacements. Il sera capable :

- D'analyser les composantes des différentes situations de déplacement de clients et d'identifier des correctifs sur les aspects déficients ou non sécuritaires;
- D'effectuer les tâches de déplacement de façon sécuritaire et selon le niveau d'assistance approprié;
- De choisir des méthodes sécuritaires et efficaces (pour le conducteur et le client) en fonction des possibilités et des limites de la situation de travail;
- De fournir des consignes claires et adaptées aux partenaires (client ou collègue) pour optimiser leur contribution au déplacement;
- De partager les informations pertinentes à la sécurité avec les membres de son équipe.

Contenu du cours

- Niveau I : supervision;
- Niveau II : assistance partielle;
- Niveau III : assistance totale.

49. Reconnaître les risques psychosociaux pour mieux les prévenir

Format : Formation aux entreprises (Présentiel ou Zoom)

Objectif général

Comprendre et identifier les risques psychosociaux.

Objectifs spécifiques

À la fin de la [formation](#), le participant sera en mesure de :

- Connaître les rôles et les responsabilités des différentes personnes impliquées dans l'identification des risques psychosociaux
- Connaître les différents types de risque et facteurs de risques présents en milieu de travail
- Reconnaître les stades d'atteinte à la santé
- Identifier des mesures préventives à mettre en place

Contenu du cours

- Introduction;
- Pourquoi s'y intéresser ?
 - Obligations réglementaires,
 - Pour les travailleurs et travailleuses,

Nouveauté!



- Pour l'organisation;
- Les risques psychosociaux;
 - Violence en milieu de travail,
 - Exposition à un événement à potentiel traumatique,
 - Situation de harcèlement;
- Les facteurs de risques psychosociaux;
 - Charge de travail élevée,
 - Justice organisationnelle déficiente,
 - Faible soutien des collègues et du gestionnaire,
 - Faible reconnaissance,
 - Faible autonomie décisionnelle,
 - Modèles utilisés;
- Les 3 stades d'atteintes à la santé;
 - Stade 1: En réaction, avec ou sans symptôme,
 - Stade 2: Fragilisé, mais atteintes réversibles,
 - Stade 3: Atteintes irréversibles;
- Prévention des risques psychosociaux;
 - Climat de sécurité psychosocial,
 - Démarches de prise en charge des RPS,
 - 3 types de moyens de prévention;
- Conclusion.

50. Récupérer en sécurité

Format : Formation aux entreprises (Présentiel ou Zoom)

Objectif général

Promouvoir auprès des participants les règles de manutention manuelle sécuritaire lors de la cueillette de marchandises dangereuses résiduelles.

Objectifs spécifiques

À la fin de la [formation](#), le participant sera en mesure de :

- Connaître les principaux risques liés à la manutention manuelle;
- Déterminer les actions à prendre pour se protéger et éviter les accidents du travail;
- Appliquer les principes d'action dans les gestes et postures lors de la manutention de charge.

Contenu du cours

- Introduction;
 - Les accidents,
 - Les statistiques;
- La manutention de charge et les accidents du travail;
 - Causes des accidents,
 - Statistiques,
 - Dangers / Situations à risques;
- La préparation de la journée de travail;
 - Le travailleur,
 - Les cueillettes,
 - L'inspection des équipements;
- Les chutes;
 - Les causes,
 - La prévention des chutes;
- Les efforts excessifs;
 - Les troubles musculosquelettiques,
 - L'alignement postural,
 - Les principes d'action dans les gestes et postures,
 - La manutention de bacs roulants,



- La manutention de sacs,
- Les échauffements;
- Les outils d'aide à la manutention;
 - Le diable,
 - Le hayon élévateur,
 - Le transpalette manuel /électrique / chariot élévateur;
- Autres dangers;
 - Les marchandises dangereuses,
 - Les quais de chargement,
 - Les risques particuliers chez les clients,
 - Les contraintes thermiques;
- Conclusion.

51. Règles de circulation des véhicules lourds sur les chantiers de construction

Format : Formation aux entreprises (Présentiel ou Zoom)

Objectif général

Promouvoir auprès des conducteurs de véhicules lourds les règles de circulation sur les chantiers de construction.

Objectifs spécifiques

À la fin de la [formation](#), le participant sera en mesure de :

- Connaître les responsabilités des différents intervenants;
- Savoir quelle information obtenir lors de votre arrivé sur le chantier;
- Connaître les règles concernant les manœuvres de recul sur les chantiers;
- Connaître la signification des signaux utilisé par les signaleurs de chantier.

Contenu du cours

- Introduction;
 - Les accidents,
 - La réglementation;
- Les responsabilités;
 - Le maitre d'œuvre,
 - Le conducteur,
 - Les travailleurs,
 - Le signaleur de chantier;
- La circulation sur les chantiers;
 - Règles générales,
 - Le plan de circulation,
 - Les angles morts;
- Les manœuvres de recul;
 - L'aire de recul,
 - Le signaleur de chantier,
 - Les alarmes de recul,
 - Les signaux de recul;
- Conclusion.

52. Ronde de sécurité – Autobus scolaire

Format : Formation aux entreprises (Présentiel ou Zoom)

Objectif général

Rendre le participant capable de mettre en application les principes de la ronde de sécurité.

Objectifs spécifiques

À la fin de la [session de formation](#), le participant sera en mesure d'effectuer les tâches suivantes :

- De mentionner le pourquoi? Le qui? Et le quand? faire la ronde de sécurité;
- D'identifier les éléments mécaniques à vérifier;



- De déterminer si l'élément mécanique vérifié est en bon état de fonctionnement ou présente une défectuosité majeure, mineure ou une infraction au *Code de la sécurité routière*;
- De décider des actions à prendre selon la situation (remplir un rapport, utiliser ou non le véhicule);
- D'identifier les principaux risques à la santé et à la sécurité encourus lors de la vérification avant départ et proposer des moyens de prévention.

Contenu du cours

- Le volet administratif (Qui? Quand? Etc.);
- Les éléments à inspecter;
- Un accent particulier sur les défectuosités mineures et majeures;
- Le rapport de ronde;
- Comprendre les systèmes de freinage;
- Prévention des accidents du travail;
- Exercice pratique;
- Évaluation.

53. Ronde de sécurité – Autocar

Format : Formation aux entreprises (Présentiel ou Zoom)

Objectif général

Rendre le participant capable de mettre en application les principes de la ronde de sécurité.

Objectifs spécifiques

À la fin de la [session de formation](#), le participant sera en mesure d'effectuer les tâches suivantes :

De mentionner le pourquoi? Le qui? Et le quand? faire la ronde de sécurité;

- D'identifier les éléments mécaniques à vérifier;
- De déterminer si l'élément mécanique vérifié est en bon état de fonctionnement ou présente une défectuosité majeure, mineure ou une infraction au *Code de la sécurité routière*;
- De décider des actions à prendre selon la situation (remplir un rapport, utiliser ou non le véhicule);
- D'identifier les principaux risques à la santé et à la sécurité encourus lors de la vérification avant départ et proposer des moyens de prévention.

Contenu du cours

- Le volet administratif (Qui? Quand? Etc.);
- Les éléments à inspecter;
- Un accent particulier sur les défectuosités mineures et majeures;
- Le rapport de ronde;
- Comprendre les systèmes de freinage;
- Prévention des accidents du travail;
- Exercice pratique;
- Évaluation.

54. Ronde de sécurité – Véhicules lourds

Format : Formation aux entreprises (Présentiel ou Zoom)

Objectif général

Rendre le participant capable de mettre en application les principes de la ronde de sécurité.

Objectifs spécifiques

À la fin de la [session de formation](#), le participant sera en mesure d'effectuer les tâches suivantes :

- De mentionner le pourquoi? Le qui? Et le quand? faire la ronde de sécurité;
- D'identifier les éléments mécaniques à vérifier;
- De déterminer si l'élément mécanique vérifié est en bon état de fonctionnement ou présente une défectuosité majeure, mineure ou une infraction selon le *Code de la sécurité routière*;
- De décider des actions à prendre selon la situation (remplir un rapport, utiliser ou non le véhicule);
- D'identifier les principaux risques à la santé et à la sécurité encourus lors de la ronde de sécurité et proposer des moyens de prévention.



Contenu du cours

- Le volet administratif (Qui? Quand? Etc.);
- Les éléments à inspecter;
- Un accent particulier sur les déficiences mineures et majeures;
- Le rapport de ronde;
- Comprendre les systèmes de freinage;
- Prévention des accidents du travail;
- Exercice pratique;
- Évaluation.

55. Sécurité du camionneur

Format : Formation aux entreprises (Présentiel ou Zoom)

Objectif général

Promouvoir la prévention des accidents du travail chez les [camionneurs](#).

Objectifs spécifiques et contenu du cours

- Connaître les droits et obligations du camionneur :
 - Rôle de l'employeur et du travailleur,
 - Statistiques d'accidents du travail,
 - Comprendre comment survient un accident du travail,
 - Droit de refus;
- Identifier les situations à risque hors route :
 - Autour du véhicule (ronde de sécurité, arrimage, déneigement, attelage, etc.),
 - Chez les clients (les chariots élévateurs, quai de chargement, etc.),
 - L'utilisation et la manutention de marchandises (manutention manuelle, équipements de manutention, matières dangereuses, etc.),
 - Autres situations (distractions, fatigue, alcool et drogues, alimentation, etc.);
- Connaître les moyens de prévention à prendre lors de situations à risques.

56. Sécurité du chauffeur d'autobus et d'autocars

Format : Formation aux entreprises (Présentiel ou Zoom)

Objectif général

À la fin de la [formation](#), le participant sera en mesure de déterminer les actions à prendre pour protéger sa santé et sa sécurité.

Également offerte en ligne.

Objectifs spécifiques et contenu du cours

- Connaître les droits et obligations du chauffeur :
 - Rôle de l'employeur et du travailleur,
 - Statistiques d'accidents du travail,
 - Comprendre comment survient un accident du travail,
 - Droit de refus;
- Identifier les situations à risques en cours de trajet :
 - Les conditions routières,
 - Monter/descendre du véhicule,
 - Gestion des conflits/agressions;
- Identifier les situations à risques hors route :
 - Autour du véhicule (ronde de sécurité, entretien, déneigement, etc.),
 - L'utilisation et la manutention de marchandises,
 - Autres situations (distractions, fatigue, alcool et drogues, alimentation, etc.);
- Connaître les moyens de prévention à prendre lors de situations à risques.



57. Sécurité du conducteur camion-benne

Format : Formation aux entreprises (Présentiel ou Zoom)

Objectif général

Promouvoir auprès des participants les règles de sécurité lors de la conduite et de l'opération d'un camion à benne basculante.

Objectifs spécifiques et contenu du cours

À la fin de la **formation**, le participant sera en mesure :

- Connaître les responsabilités des différents intervenants (chauffeurs, employeurs, maîtres d'œuvre);
- Connaître les principaux risques à l'utilisation d'un camion-benne;
- Déterminer les actions à prendre pour protéger la santé et la sécurité des conducteurs;
- Connaître les règles de circulation sur le chantier de construction.

Contenu du cours

- Introduction;
 - Les accidents,
 - La réglementation;
- Les tâches effectuées autour du véhicule;
 - Règles générales,
 - Le nettoyage de la benne,
 - Le déneigement;
- L'état du véhicule;
 - La ronde de sécurité,
 - L'entretien préventif,
 - L'entretien du système hydraulique,
 - Le contrôle des énergies,
 - Les matières dangereuses;
- La conduite;
 - La sécurité routière,
 - Les heures de conduite et de repos,
 - Les usagers vulnérables,
 - Les manœuvres de recul;
- Le chargement et le déchargement de la benne;
 - Lors du chargement,
 - L'arrimage de la cargaison,
 - Lors du déchargement,
 - Le renversement latéral,
 - Les obstacles en hauteur,
 - Le déchargement de matières granulaires;
- La circulation sur les chantiers de construction;
 - Règles générales,
 - Le maître d'œuvre,
 - Les manœuvres de recul,
 - Le signaleur de chantier,
 - L'alarme de recul;
- Conclusion.

58. Signaleur de chantier

Format : Formation aux entreprises (Présentiel ou Zoom)

Objectif général

Promouvoir la prévention des accidents du travail chez les signaleurs de chantier de construction.



Objectifs spécifiques et contenu du cours

À la fin de la [formation](#), le participant sera en mesure de :

- Identifier les risques liés à la circulation des personnes et des véhicules sur les chantiers;
- Comprendre les règles de circulation et les consignes de sécurité sur les chantiers, notamment celles prévues au plan de circulation;
- Connaître les équipements de travail du signaleur;
- Connaître le rôle et les responsabilités du signaleur;
- Connaître le positionnement d'un signaleur et les angles morts des véhicules automoteurs;
- Utiliser les moyens de communication et le code de signaux manuels liés aux manœuvres de recul.

Contenu du cours

- Introduction;
 - Les accidents,
 - Les responsabilités,
 - La réglementation ;
- La circulation sur les chantiers;
 - Le plan de circulation,
 - Les angles morts;
- Les manœuvres de recul;
 - L'aire de recul,
 - Les alarmes de recul;
- Le signaleur de chantier;
 - Les notions de base,
 - Les dangers du métier de signaleur,
 - Les mesures de sécurité,
 - Les vêtements et accessoires,
 - Les moyens de communication;
- Conclusion.

59. SIMDUT

Format : Formation aux entreprises (Présentiel ou Zoom)

Objectif général

À la fin de la [session](#), par une connaissance de la législation et des données rendues disponibles par le système d'information sur les matières dangereuses utilisées au travail (SIMDUT), le participant sera en mesure de comprendre les informations présentes sur les étiquettes et les fiches de données de sécurité et d'appliquer les mesures préventives proposées. La formation est basée sur la réglementation en vigueur, soit celle du SIMDUT.

Objectifs spécifiques

- Identifier l'ensemble des lois et règlements régissant le SIMDUT;
- Interpréter les renseignements contenus sur une étiquette, une affiche ou une fiche de données de sécurité;
- Reconnaître les dangers des produits utilisés, à partir des mentions de dangers;
- Identifier les façons sécuritaires d'utiliser un produit dangereux à partir des conseils de prudence;
- Trouver l'information sur les directives applicables à l'utilisation, l'entreposage, la manutention et l'élimination des produits dangereux;
- Connaître les étapes d'implantation du SIMDUT dans leurs établissements.

Contenu du cours

- Réglementation;
 - Législation fédérale,
 - Législation provinciale,
 - Historique,
 - SGH,
 - Obligations de l'employeur et du travailleur;



- La formation;
 - Faire la différence entre formation générale et spécifique;
- Catégorisation des produits dangereux;
 - Définitions, pictogrammes, exemples de produits, principaux risques et moyens de prévention associés aux différentes classes de produits;
- L'étiquette;
 - Aspect général,
 - L'étiquette du fournisseur;
 - Identificateur du produit,
 - Identificateur du fournisseur,
 - Pictogramme,
 - Mentions de danger,
 - Conseil de prudence,
 - Premiers soins,
 - Bilingue;
- Étiquette du lieu de travail;
- Autres modes d'identification;
- Identification des résidus dangereux;
- La fiche de données de sécurité (FDS);
 - Comprendre ce que doit contenir chacune des 16 sections;
- Implantation du SIMDUT dans l'établissement;
 - Description de l'implantation du SIMDUT dans l'établissement, en 10 étapes.

60. Transport adapté – Utilisation de la plateforme élévatrice et arrimage des fauteuils

Format : Formation aux entreprises (Présentiel ou Zoom)

Objectif général

Cette formation est à l'intention des conducteurs afin qu'ils puissent utiliser les équipements (plateforme élévatrice, appareil d'arrimage, etc.) pour assister les personnes à mobilité réduite en toute sécurité pour eux et pour la clientèle.

Objectifs spécifiques

Au terme de la formation, la personne possède les connaissances et les habiletés requises pour assurer l'embarquement, le transport et le débarquement des clients de façon à protéger son intégrité physique et celle du client. À la fin de la session de formation, le participant sera en mesure d'effectuer les tâches suivantes :

- Respecter les consignes de sécurité du fabricant,
- Appliquer les principes de sécurité pour lui et le client,
- Transporter un client en fauteuil roulant,
- Arrimer un fauteuil roulant,
- Utiliser une plateforme élévatrice,
- Transporter un client qui utilise une canne ou une marchette.

Contenu du cours

- Les obligations;
 - Du propriétaire et du conducteur ou de la conductrice;
- Les principes de sécurité;
 - Limiter les postures à risque;
- La plateforme élévatrice;
 - Embarquer et débarquer une personne en fauteuil roulant;
- Les appareils d'arrimage des fauteuils roulants et ceintures de sécurité des passagers;
 - Travailler de façon efficace,
 - Installer et déverrouiller les mécanismes d'ancrage.



61. Transport de marchandises dangereuses (TMD) – Camionnage

Format : Formation aux entreprises (Présentiel ou Zoom)

Objectif général

À la fin du cours, les participants seront en mesure de transporter des marchandises dangereuses en respectant les exigences réglementaires qui visent notamment à assurer la sécurité des travailleurs, de l'environnement et du public.

Objectifs spécifiques

À la fin de la formation, le participant sera en mesure :

- D'associer les pictogrammes aux classes de marchandises dangereuses;
- D'identifier si un document d'expédition est complet;
- De s'assurer que les marchandises sont correctement identifiées et en bon état;
- D'apposer les plaques requises sur les grands contenants de marchandises dangereuses;
- D'appliquer les règles concernant les tunnels et les passages à niveau;
- D'appliquer les règles de sécurité lors du transport de marchandises dangereuses.

Contenu du cours

- Classification;
 - Classes des marchandises dangereuses,
 - Responsabilité de l'expéditeur,
 - Responsabilité du transporteur,
 - Description des produits;
- Documentation;
 - Responsabilité de l'expéditeur,
 - Responsabilité du transporteur,
 - Contenu du document;
- Indications de danger;
 - Responsabilité de l'expéditeur,
 - Responsabilité du transporteur,
 - Petits contenants,
 - Grands contenants,
 - Suremballage;
- Cas particuliers;
 - Tunnels,
 - Passages à niveau,
 - Rejets accidentels,
 - Exemptions,
 - Autres (au besoin);
- Règles générales de sécurité;
 - Danger des marchandises dangereuses,
 - Arrimage,
 - En cas d'urgence;
- Il est très important d'aviser votre conseiller si vous faites du transport :
 - Vers les États-Unis,
 - De produits qui nécessitent un plan d'intervention d'urgence,
 - De produits de classe 1, 6.2 et 7.

62. Transport de marchandises dangereuses (TMD) – Matières infectieuses

Format : Formation aux entreprises (Présentiel ou Zoom)

Objectif général

À la fin du cours, les participants seront en mesure de transporter des marchandises dangereuses de la classe 6.2, matières infectieuses, en respectant les exigences réglementaires qui visent notamment à assurer la sécurité des travailleurs, de l'environnement et du public.

Nouveauté!



Objectifs spécifiques

À la fin de la formation, le participant ou la participante sera en mesure :

- D'associer les pictogrammes aux classes de marchandises dangereuses;
- D'identifier si un document d'expédition est complet;
- De s'assurer que les marchandises sont correctement identifiées et en bon état;
- D'apposer les plaques requises sur les grands contenants de marchandises dangereuses (classe 6.2 matières infectieuses);
- D'appliquer les règles concernant les tunnels et les passages à niveau;
- D'appliquer les règles de sécurité lors du transport de marchandises dangereuses de classe 6.2, matières infectieuses.

Contenu du cours

- Notions de base;
- La classification des marchandises dangereuses;
- Le document d'expédition;
- Les contenants;
- L'emballage des matières infectieuses;
- Les indications de danger;
- Les exemptions;
- Les cas particuliers.

63. Transport de marchandises dangereuses – Traversiers

Format : Formation aux entreprises (Présentiel ou Zoom)

Objectif général

À la fin du cours, les participants seront en mesure de transporter des marchandises dangereuses en respectant les exigences réglementaires qui visent notamment à assurer la sécurité des travailleurs, de l'environnement et du public.

Objectifs spécifiques

À la fin du cours, le participant sera en mesure, à l'aide des outils fournis :

- D'identifier les produits, de reconnaître les marchandises dangereuses et d'y associer les risques et moyens de prévention;
- De s'assurer au moment de l'embarquement que les véhicules transportant des marchandises dangereuses sont placés à l'endroit désigné sur le navire;
- De connaître et d'appliquer les règles de sécurité en cours de trajet;
- De connaître et d'appliquer les règles de sécurité au moment de la livraison.

Contenu du cours

- Indications de danger;
 - Associer aux 9 classes de marchandises dangereuses les indications de danger et les risques qui y sont reliés,
 - Associer les risques liés aux autres indications de danger (panneaux, signes et autres marques);
- Utilisation des listes de marchandises dangereuses;
 - Liste numérique et alphabétique (appellation réglementaire, numéro UN, classe, groupe d'emballage, dispositions particulières, indice de quantité limitée, indice PIU, polluant marin, guide mesures d'urgence);
- Document d'expédition;
 - Contenu,
 - Emplacement du document au cours des différentes phases de transport (cueillette, transport et livraison);
- Information sur les petits contenants;
 - Appellation réglementaire, numéro UN, étiquette, marques et mentions;
- Information sur les grands contenants;
 - Signes, panneaux, plaques, numéro UN et autres marques,
 - Règles sur l'apposition et l'enlèvement des indications de danger;



- Mesures d'urgence;
 - Mesures de prévention et d'intervention lors de déversements,
 - Utilisation des guides de mesures d'urgence.

64. Utilisation sécuritaire des transpalettes électriques – Théorie et pratique

Format : Formation aux entreprises (Présentiel ou Zoom)

Objectif général

Connaître les risques liés à l'utilisation des [transpalettes électriques](#) et les procédures sécuritaires.

Objectifs spécifiques

- Identifier les principaux types de transpalettes électriques et leurs composantes;
- Lecture de la plaque signalétique, effectuer les vérifications avant utilisation, observer les procédures sécuritaires de manutention;
- Connaître la politique d'établissement concernant l'utilisation des transpalettes électriques (s'il y a lieu).
- S'assurer que les éléments théoriques sont intégrés dans les conditions réelles de travail (examen écrit et exercices pratiques).

Contenu du cours

- Notions préalables Introduction;
 - Définition de la réglementation,
 - Normes,
 - Politique de l'établissement concernant l'utilisation des transpalettes électriques,
 - Formation du cariste,
 - Identification des risques,
 - Équipement de protection individuel,
 - Mesures de sécurité particulières au transpalette électrique pour le conducteur accompagnant;
- Notions techniques;
 - Description du transpalette électrique,
 - Freinage du transpalette électrique,
 - Interdictions,
 - Transpalette électrique sous surveillance et sans surveillance,
 - Commandes du transpalette électrique,
 - Position du cariste,
 - Accessoires du transpalette électrique,
 - Capacité nominale,
 - Plaque signalétique,
 - Stabilité du transpalette électrique et emplacements dangereux,
 - Conditions inhabituelles;
- Notions pratiques;
 - Inspection du transpalette électrique,
 - Entretien du transpalette électrique,
 - Modification ou ajout,
 - Autocollants obligatoires,
 - Déplacement avec le transpalette électrique et chargement,
 - Signaleur,
 - Voies d'accès, passages réservés aux piétons, planchers et voies de circulation,
 - Virages,
 - Pentes,
 - Camions et wagons,
 - Rampes (ou ponts) de chargement (ponts de liaison),
 - Monte-charge,
 - Piétons,
 - Remplacement et recharge de la batterie du transpalette électrique,
 - Stationnement du transpalette électrique.