

## EN CAS D'ACCIDENT DU TRAVAIL :

### 1 INFORMER TON EMPLOYEUR

- Peu importe la gravité de ta blessure, tu dois rapidement informer la personne responsable sur ton lieu de travail.
- En informant ton employeur, il pourra faire des changements pour éviter qu'un accident se reproduise.
- Il est important de faire une déclaration écrite d'un accident ou incident.

### 3 CONSERVER TOUS TES REÇUS DANS UN LIEU SÛR

Tes soins médicaux sont couverts par la CNESST (si reconnu). Tu dois conserver les reçus originaux pour recevoir un remboursement des frais.

#### ASTUCES

Prends une photo de tes reçus ou documents importants avec ton cellulaire. Utilise une brocheuse pour attacher tous tes reçus ensemble. Range le tout dans une même enveloppe.

### 2 RECEVOIR LES SOINS MÉDICAUX

- Consulte un médecin si ta blessure nécessite des soins médicaux.
- Au moment de la consultation, demande au médecin une *Attestation médicale*.
- Remets une copie de l'*Attestation médicale* à ton employeur et conserve une copie pour toi.

### 4 FAIRE UNE RÉCLAMATION À LA CNESST

- Remplir le formulaire *Réclamation du travailleur*.
- Ajouter l'*Attestation médicale*, les reçus originaux et autres documents au contenu de ton enveloppe.
- Transmettre le tout au bureau de la CNESST.
- Remettre une copie du formulaire *Réclamation du travailleur* à ton employeur.

#### ATTENTION !

Si un arrêt de travail est prescrit, ton employeur doit remplir le formulaire *Avis de l'employeur et demande de remboursement* pour que tu sois indemnisé. Tu devras remettre ce formulaire au bureau de la CNESST.

#### LE SAVAIS-TU ?

Le bureau de la CNESST du Bas-Saint-Laurent est situé au 180, rue des Gouverneurs à Rimouski. Pour plus d'information, compose le **1 844 838-0808**.

Tu peux aussi consulter le site de la Commission des normes, de l'équité, de la santé et de la sécurité du travail spécialement conçu pour toi : [www.jeunesautravail.com](http://www.jeunesautravail.com)

# MA SANTÉ ET SÉCURITÉ AU TRAVAIL



## DES CHIFFRES QUI FONT RÉFLÉCHIR

# 10 800

jeunes ont subi une blessure  
ou une maladie au travail en 2017

# 30

jeunes se blessent au travail  
chaque jour

# 97%

des blessures sont causées  
par un accident de travail

# 24%

sont des blessures au dos

## LA SANTÉ ET LA SÉCURITÉ AU TRAVAIL, C'EST UNE RESPONSABILITÉ PARTAGÉE

### Tes obligations et responsabilités de travailleur

- Respecter les consignes de sécurité
- Aviser la personne responsable en cas d'accident ou d'une blessure au travail
- Être vigilant et reconnaître les risques d'accident ou de blessure

### Tes droits de travailleur

- Travailler dans des conditions sécuritaires
- Recevoir la formation nécessaire pour t'acquitter de tes tâches en sécurité
- Avoir des équipements de sécurité fournis par l'employeur
- Refuser de réaliser une tâche si tu as un motif raisonnable de croire que ta santé ou que ta sécurité et / ou celle d'autrui est en danger.

### Les obligations de ton employeur

- Identifier, contrôler et éliminer les dangers sur les lieux de travail
- Fournir les équipements et outils appropriés pour assurer la sécurité des employés
- Informer les employés des risques du travail à réaliser pour la santé et la sécurité
- Offrir la formation nécessaire aux employés concernant les consignes de sécurité
- Superviser le travail pour que les tâches soient réalisées sécuritairement
- Assurer la possibilité de recevoir les premiers soins en cas de blessure
- Expliquer la procédure de déclaration écrite d'un accident / incident.

## STRATÉGIE D'IDENTIFICATION DES RISQUES AVEC L'APPROCHE ITEM

La stratégie d'identification des risques ITEM est un outil de réflexion servant à reconnaître les facteurs de risque pour la santé et la sécurité au travail. Avant d'entreprendre un nouvel emploi ou une nouvelle tâche, pose-toi les questions suivantes.

|   |   |
|---|---|
| <b>I INDIVIDU</b><br>Vérifie tes connaissances de la tâche que tu as à réaliser et les mesures de sécurité appropriées.   | <ul style="list-style-type: none"><li>• Est-ce que j'ai reçu la bonne formation ?</li><li>• Est-ce que je connais les risques pour ma sécurité ?</li></ul>  |
| <b>T TÂCHES</b><br>Identifie les dangers liés aux tâches que tu dois réaliser.  | <ul style="list-style-type: none"><li>• Quels sont les risques liés à la tâche ?</li><li>• Quelles sont les mesures de sécurité ?</li><li>• Est-ce que je sais comment réaliser la tâche ?</li></ul>                                    |
| <b>E ENVIRONNEMENT</b><br>L'environnement, c'est le lieu et les conditions physiques dans lesquelles tu fais ton travail. | <ul style="list-style-type: none"><li>• L'espace de travail est-il sécuritaire ? (ex.: plancher glissant)</li><li>• Dois-je me vêtir contre le froid ?</li></ul>  |
| <b>M MATÉRIEL</b><br>Ce sont les outils et les équipements que tu utilises pour faire ton travail.                        | <ul style="list-style-type: none"><li>• Est-ce que j'ai la protection nécessaire ?</li><li>• Le matériel est-il en bon état ?</li><li>• Est-ce que je dois utiliser un outil particulier pour faire mon travail en sécurité ?</li></ul> |

Source : CNESST. *J'identifie, j'agis ! Atelier de sensibilisation à la santé et à la sécurité du travail*, 2016, 4 p.