

Des *ergo-coachs* en action au CISSS de Laval



Christiane Gambin
cgambin@asstsas.qc.ca



Philippe Archambault
parchambault@asstsas.qc.ca

Depuis 2017, le CISSS de Laval met en pratique la formation *Ergo-coach* en laboratoire. Développée par l'ASSTSAS, cette dernière permet de former des personnes en mesure d'accompagner leurs collègues dans l'ajustement de leur poste de travail. Comment cette activité de prévention se déroule-t-elle sur le terrain? Quels sont ses effets et ses retombées?

Pour le savoir, nous sommes allés à l'Hôpital de la Cité-de-la-santé rencontrer Luce Valois, assistante-chef en gestion des risques et de la qualité. Nous la remercions pour son accueil chaleureux et pour s'être prêtée au jeu des questions et des réponses.



Pourquoi avoir choisi de former des *ergo-coachs*?

L. V. Mon travail a un aspect qualité et un aspect santé et sécurité. J'observais, surtout au Service de pathologie, beaucoup de personnes avec des troubles musculosquelettiques (TMS) liés à des mouvements répétitifs. Il y avait plusieurs arrêts de travail causés par des tendinites ou des bursites, par exemple. C'est pour pouvoir les aider, que j'ai d'abord suivi la formation *Ergo-coach*, que je connaissais grâce à OP, en compagnie de neuf de mes collègues de différents services.

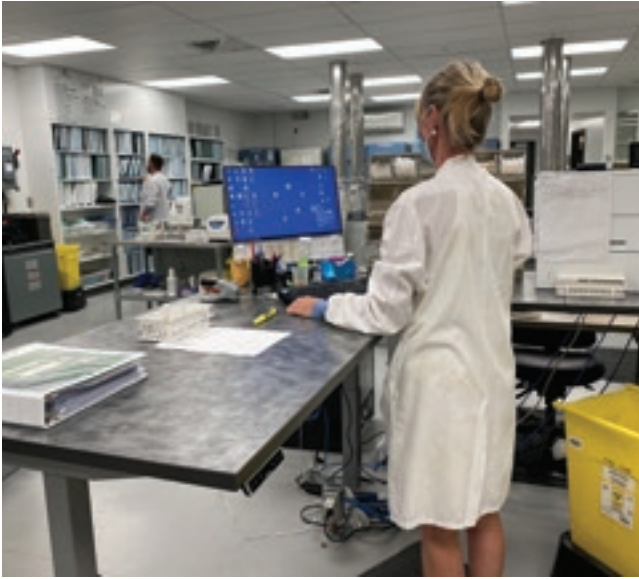
De quelle manière intervient un *ergo-coach*?

L. V. Nous avons produit deux documents contrôlés, l'un explique le processus d'intervention, l'autre est un formulaire. Par exemple, un technologiste qui a besoin d'un *ergo-coach* remplit le formulaire, le remet à son gestionnaire, qui accepte la demande et me la transmet. On fixe ensuite un moment pour procéder à l'observation et à l'évaluation de son poste de travail.

L'intervention prend de 30 minutes à une heure. Je fais un rapport et des recommandations directement à la personne concernée et à son gestionnaire. Je produis aussi un bref compte rendu de mes interventions au comité de santé et de sécurité, dont les membres sont issus de tous les services. C'est un moyen assez efficace d'échanger les bons coups! J'en profite aussi pour rappeler les principes de base en prévention des TMS, des trucs simples et faciles à retenir. C'est toujours apprécié.

Quelles sont les conditions de succès de cette formation?

L. V. Bien sûr, ça prend des personnes formées *ergo-coachs*, mais aussi à l'aise pour intervenir auprès de leurs collègues. Ce ne sont pas toutes les personnes formées qui possèdent cette aptitude-là. En contrepartie, le travailleur qui demande conseil doit être ouvert au changement. Quand ça fait 15 ans que tu travailles selon certaines habitudes et que quelqu'un te montre de nouvelles méthodes, ça prend un temps d'adaptation. Certains gestes routiniers sont plus difficiles à changer.



Le succès d'une telle approche repose aussi sur la collaboration des gestionnaires. En tant qu'*ergo-coach*, j'ai beau recommander l'achat d'équipements, mais sans l'ouverture et l'accord du gestionnaire responsable, le changement ne peut pas s'opérer. Bien sûr, il y a des contraintes, par exemple financières, qui peuvent freiner l'application de certaines recommandations.

En tant qu'*ergo-coach*, où trouvez-vous des compléments d'information ?

L. V. Au près du Service de santé. Quand je ne trouve pas l'information dont j'ai besoin, je me tourne vers les ressources qui possèdent l'expertise et les outils pour me soutenir. Quand je n'ai pas de solution pour bien adapter un poste de travail ou, encore, si je veux en apprendre sur certains équipements, je fais appel au Service de santé. C'est pour moi une référence !

Quelles sont les réalisations dont vous êtes le plus fière ?

L. V. Nous avons installé une pompe sur des contenants de formol de 20 litres. Avant, le personnel devait les soulever à chaque utilisation, ça n'avait pas de bon sens ! Nous avons aussi augmenté le nombre de surfaces de travail ajustables dans plusieurs services. Du

côté de l'équipement informatique, nous avons ajouté un écran pour un accès plus simple à la gestion documentaire. Au lieu d'utiliser des documents de référence en papier, qui nécessitent beaucoup de manipulations, le personnel utilise désormais un second écran.

Une autre *ergo-coach*, Joyce Henry, a mis sur pied un court programme d'exercices pour prévenir les TMS. Deux fois par jour, le personnel de plusieurs services exécute une routine de quatre minutes environ. C'est une mesure simple qui fait du bien !

Je pense que le plus grand bénéfice demeure l'encadrement offert au personnel, les explications données pour bien se positionner et pour bien ajuster son poste de travail. Maintenant, le personnel est sensibilisé à la prévention des TMS. Avec quelques astuces, par exemple ajuster l'écran à la bonne hauteur, il peut améliorer lui-même son confort au travail. À la suite d'une intervention, la personne possède des connaissances pour agir directement en prévention.

Il faut dire que la sensibilisation à la santé et à la sécurité du travail (SST) se fait dès l'embauche. En plus de mes interventions d'*ergo-coach*, je donne plusieurs formations en SST durant la période d'intégration des nouveaux employés. Ceux-ci doivent suivre un ensemble de dix formations, ou d'autoformations, dont une sur les risques ergonomiques.

Pour revenir à la question, ce qui me rend le plus fière, c'est quand une personne me dit que mon intervention l'a aidée à réduire ses inconvénients et ses malaises, que mes conseils font une différence.

Avez-vous des rêves d'ergonomie pour votre établissement ?

L. V. Avec les départs à la retraite, c'est sûr qu'il faudra former une nouvelle cohorte d'*ergo-coachs* pour assurer la pérennité de cette activité de prévention. Mais si je rêve plus, je nous souhaite des locaux plus spacieux. Si l'environnement de travail était plus grand, il serait plus ergonomique, car bien souvent les contraintes sont liées au manque d'espace. Et puis, j'aimerais installer des tables ajustables partout ! ■

REMERCIEMENTS

Merci au CISSS de Laval, merci à Luce Valois et à Hugo Martinoli-Durocher, technologiste médical, pour leur participation aux photos de cet article.

FORMATION
ERGO-COACH
EN LABORATOIRE



Pour plus d'informations,
consultez notre site Web
asstsas.qc.ca/nos-formations