

Fêter en toute sécurité !

L'équipe d'Opération Surveillance Anjou vous souhaite Bonne St-Jean Baptiste.

Lyne Normandeau

Chaque année, le 24 juin, les québécois et les québécoises se rassemblent pour célébrer entre amis leur fête nationale, la St-Jean Baptiste. C'est un moment privilégié pour célébrer notre identité, notre culture, notre fierté.

Célébration rime souvent, pour certains, avec consommation. L'alcool est un produit couramment consommé dans notre société. Il existe une multitude de raisons de consommer et la fête de la St-Jean Baptiste fait partie de ces occasions. Si vous décidez de consommer, faites-le avec modération et rappelez-vous que conduire en état d'ébriété constitue une

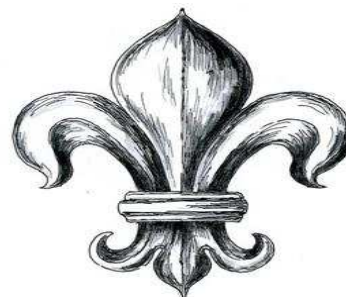
infraction au code criminel.

Malgré certaines améliorations, l'alcool demeure encore, avec la vitesse, l'une des premières causes de mortalité sur les routes du Québec.

De 2002 à 2006, l'alcool a causé 32 % des décès et 16 % des blessés graves ce qui représente en chiffre quelques 2 000 décès et plus de 600 blessés.

L'équipe d'Opération Surveillance Anjou vous rappelle d'être prudent et de vous amuser en toute sécurité !

Source: Société de l'assurance automobile du Québec



Dossier enfant: La sécurité dans les parcs

S'amuser sans danger ... C'est bien plus plaisant !

Lyne Normandeau

Les enfants sont curieux de nature et ne sont pas toujours en mesure de reconnaître et d'éviter les dangers. Il faut donc leur accorder une protection et une attention plus particulière. Dans votre cour, au parc ou lors d'une promenade avec les enfants dans les rues du quartier, leur sécurité est de votre responsabilité. Soyez à l'affût des dangers possibles et agissez de manière préventive. Les lieux sécuritaires offrent aux enfants la possibilité de s'amuser librement, de créer et d'explorer.

Voici donc quelques conseils qui pourront rendre les visites au parc plus sécuritaires et prévenir les blessures:

- Inspectez les lieux dès votre arrivée afin de détecter d'éventuels objets dangereux tels du verre brisé, des clous ou des bâtons pointus. Si vous trouvez des seringues usagées, prévenez les autorités.

- Guidez votre enfant vers les structures de jeux qui conviennent à son âge.

- Assurez-vous que votre enfant utilise la glissoire correctement. Expliquez-lui l'importance de glisser les pieds d'abord afin d'éviter les mauvaises chutes.

- Tenez votre enfant loin des balançoires occupées par d'autres enfants pour éviter les collisions.

- Apprenez-lui à attendre son tour et à respecter les autres enfants.

BON ÉTÉ !



Dans ce numéro :

Profite de l'été	
Pas trop tard pour buriner	2
Raccrochez ...	
811 Appelez Info-santé	2
Prévenir la violence au travail ... C'est tout le monde qui y gagne !	3
Les jeunes: Promenez-vous en toute civilité	
Les personnes âgées et la chaleur	4

Profite de l'été

Lyne Normandeau

L'été arrive à grand pas ! La période estivale est un moment propice à la pratique d'un loisir fort populaire : la baignade.

Chaque année, plusieurs décès par noyade surviennent dans les piscines privées du Québec. Les plus touchés par ce type d'accident reste les enfants. Les décès par noyade peuvent toutefois être évités.

Pour s'assurer de s'amuser près de l'eau en toute sécurité et ce peu importe l'emplacement, surveillez vos enfants. Que vous soyez chez vous, chez un voisin, un ami ou en vacances, la supervision des adultes reste la meilleure protection pour les enfants, même ceux qui savent nager.

Pour diminuer le nombre de noyade chez les tout-petits et pour sensibiliser davantage les propriétaires de piscine, la Croix-Rouge recommande d'appliquer les normes de sécurité suivantes à l'égard des piscines résidentielles :

- Entourez complètement les piscines extérieures d'une clôture appropriée;
- Optez pour des barrières d'une hauteur minimale de 1,2 mètres à fermeture et à verrouillage automatiques;
- Prévoyez un téléphone et des dispositifs de sauvetage près de la piscine;
- Suivez des cours de secourisme;
- Inscrivez vos enfants à des cours de natation et de sécurité aquatique;
- Restez vigilants et surtout, Surveillez vos enfants.



Pas trop tard pour buriner

Le burinage de vélo ... C'est pratique et c'est gratuit !

Lyne Normandeau

Le burinage c'est un code gravé sur ta bicyclette qui rend ton vélo moins attirant pour les voleurs.



Si tu n'as pas encore fait buriner ton vélo il n'est pas trop tard. L'équipe d'Opération Surveillance Anjou sera au Skate Fest le 22 août prochain. Viens nous voir avec ta carte d'assurance maladie. C'est ce numéro qu'on inscrira sous ton vélo !

Pour des informations concernant cette activité ou tout autre de nos services, contactez-nous : [514 493-8216](tel:514-493-8216)

Raccrochez ...

Le cellulaire est désormais interdit au volant

Lyne Normandeau

Conduire et téléphoner en même temps augmenteraient le risque d'accident de la route. C'est pourquoi depuis le 1er avril 2008, l'utilisation d'un téléphone cellulaire tenu en main, c'est-à-dire sans la fonction « mains libres », est interdite. Toute personne conduisant avec en main un téléphone sera passible d'une amende de 115 \$ et d'une pénalité équivalant à 3 points d'inaptitude.



L'utilisation du cellulaire comportant un dispositif « mains libres » est permise. Cependant, le seul fait de tenir une conversation téléphonique constitue une source de distraction qui détourne l'attention du conducteur. Aussi, l'utilisation d'un tel type d'appareil reste déconseillé car il représente un risque potentiel.

8 1 1 Appelez INFO-SANTÉ

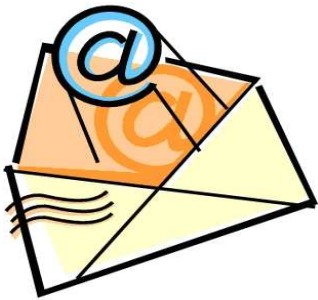
Lyne Normandeau

Le service Info-santé constitue une composante majeure de la première ligne de soins de santé. Il permet de répondre à certaines questions courantes sur la santé ou de diriger la personne vers la bonne ressource dans le système de santé et de service sociaux.

Depuis le 20 mai 2008, un seul numéro à trois chiffres, le **8-1-1**, est nécessaire pour rejoindre les services d'info-santé. Facile à retenir, ce numéro peut être composé partout au Québec, sauf dans les régions du Grand-Nord. Ainsi, le **8-1-1** vous permet, en cas de problème **non urgent**, de rejoindre un professionnel de la santé plus facilement.

Prévenir la violence au travail ... C'est tout le monde qui y gagne !

Lyne Normandeau



Le monde du travail évolue très rapidement. La concurrence et le désir de performance des entreprises ont un impact direct sur l'environnement de travail. Pour conserver leur compétitivité et par souci de rentabilité, les employeurs exigent parfois beaucoup de leurs employés.

Cette pression affecte certes leur comportement. Leur façon de communiquer et d'entrer en relation avec les autres se modifie. Souvent dépassés par les événements, il arrive que leurs malaises s'expriment par des propos ou des comportements violents à l'égard des autres.

De nombreuses études un peu partout dans le monde démontrent un accroissement soutenu de la violence dans les milieux de travail. On divise cette violence en deux catégories soit la violence interne, c'est-à-dire celle entre collègues et la violence externe qui est plutôt dirigée vers les clients ou les fournisseurs.

Entre autre type de violence provenant de l'interne, on note le « courriel haineux ». Ce type de violence est de plus en plus répandu en milieu de travail. Un « courriel haineux » c'est quand une personne utilise le courrier électronique de l'entreprise pour transmettre à un ou une collègue des messages de haine, pour véhiculer des rumeurs ou pour diffuser des propos malveillants fondés sur le racisme, le sexisme ou toute autre forme de discrimination.

Cette forme de violence et les conséquences de tels actes sont d'autant plus graves car ces courriels peuvent servir notamment à renforcer toute autre forme de violence au travail comme le harcèlement psychologique, sexuel ou moral.

Les conséquences d'un « courriel haineux » sont considérables. La victime de ces actes se sent rejetée, incomprise, isolée voir même terrorisée. Elle devient méfiante et peut se refermer sur elle-même. Elle est angoissée et le stress qu'elle vit peut mener jusqu'à un état dépressif. Certains employés finissent par démissionner ou par souffrir d'épuisement professionnel.

Les « courriel haineux » font parfois partie de la culture de l'entreprise. Il arrive que les employés critiquent entre eux l'entreprise pour laquelle ils travaillent, ses dirigeants et, enfin, leurs collègues. Les témoins de ces courriels haineux sont aussi affectés par ce fléau. En fait c'est tout le climat de travail qui en est affecté. Les témoins peuvent ressentir de l'impuissance, de l'angoisse et la peur de représailles.

La rumeur ne connaît pas la discrimination. On peut la retrouver dans tous les milieux de travail et elle peut atteindre n'importe quel type d'individus.

Les « courriels haineux » sont insidieux. Il ne faut pas sous-estimer cette forme de violence. Par manque de temps et peut-être d'intérêt, peu d'employeurs font la surveillance des courriels internes. Pourtant. Lorsque l'entreprise prend conscience du phénomène, il est souvent trop tard. L'entreprise en subit déjà les dommages sous formes d'absentéisme, de dégradation du climat de travail, de perte de personnel et de perte de revenus.

Le « courriel haineux » est une atteinte à la sécurité et à l'intégrité de la personne. C'est une forme de violence verbale qui peut constituer une infraction au code criminel.

La commission des normes du travail estime que la prévention reste le meilleur moyen de rendre les milieux de travail exempt de toute forme de harcèlement. Régler le problème à la source permettrait en effet de limiter les effets négatifs sur les individus et sur l'entreprise.

La violence sous toutes ses formes est inacceptable.

N'hésitez pas à dénoncer ces actes si vous en êtes victime ou témoin. Les milieux de travail doivent être des endroits dénudés de violence où les travailleurs et les travailleuses peuvent œuvrer dans le respect et la dignité. En effet, depuis le premier juin 2004, la loi sur les normes du travail estime que « Tout salarié a droit à un milieu de travail exempt de harcèlement psychologique ».

Pour des renseignements ou pour dénoncer toute forme de harcèlement communiquez avec la commission des normes du travail au: 514 873-7061



Les jeunes : Promenez-vous en toute civilité

Gang de rues ou simple attroupement de jeunes, comment les distinguer ?

Lyne Normandeau

L'adolescence est une étape de la vie où l'on a le goût de s'afficher, de s'affirmer et de s'attrouper avec des jeunes qui sont comme nous. Se tenir en « gang » n'a rien de mauvais en soi. C'est dans les gestes que l'on pose qu'on différencie les bons gangs des mauvais.

Les comportements turbulents de certains regroupements de jeunes laissent croire, à nombre de citoyens, leur appartenance à des groupes de nature criminalisée. Pourtant. Il existe une nette distinction entre ces deux mondes.

Il importe de préciser que ce ne sont pas tous les jeunes qui se baladent en groupe qui ont des intentions malveillantes ou asociales. Si les incivilités causées par certains groupes de jeunes et le manque de respect qu'ils peuvent témoigner entre eux ou envers les autres ajoutent au sentiment d'insécurité des angevins, ces gestes n'ont rien de criminels.

Les gangs de rue, contrairement aux attroupements de jeunes, s'approprient généralement un secteur précis où ils pratiqueront des activités criminelles comme la vente de stupéfiants ou la prostitution.



Agir en bon citoyen, peu importe notre âge, signifie respecter son environnement et prendre soin des biens communs. Que ce soit en laissant ta place à une personne âgée dans l'autobus, en souriant à un tout-petit ou en tendant la main à quelqu'un qui en a besoin ... De simples gestes peuvent faire toute la différence.

RESPECTER SON PROCHAIN C'EST AGIR EN TOUTE CIVILITÉ !

INFOS CANICULE

Les personnes âgées et la chaleur

Des conseils de sécurité pour vous protéger !

Lyne Normandeau



COMMENT ORGANISER VOTRE JOURNÉE

Évitez les sorties et les activités aux heures les plus chaudes c'est-à-dire entre midi et 16 heures. Profitez de cette période pour vous reposer dans un milieu aéré. Si vous devez sortir; assurez-vous de porter un chapeau et des vêtements légers. Recherchez les lieux climatisés et buvez beaucoup d'eau afin de vous hydrater.

COMMENT RAFRAÎCHIR VOTRE HABITAT

Une bonne ventilation ou un système de climatisation permettent d'abaisser la température ambiante. Si vous ne disposez pas de tel équipement, ouvrez vos fenêtres en soirée, lorsque le soleil est couché, afin d'ahérer votre demeure. Assurez-vous toutefois que les fenêtres seront fermées au levé du soleil pour garder la fraîcheur. Il est aussi possible de se procurer une pellicule plastique à surposer sur vos fenêtres. Cette pellicule empêchera les rayons uv d'entrer dans votre maison tout en conservant la clarté.

COMMENT REMPLACER LA SUEUR

Mouillez votre visage, votre cou, vos avant-bras et vos jambes avec un linge humide ou un vaporisateur d'eau. Recommencez dès que votre peau est sèche. Prenez des bains et des douches tièdes pour lutter contre la chaleur.

QUE FAIRE AVEC VOS MÉDICAMENTS

Certains médicaments favorisent la déshydratation. Si vous devez prendre un traitement, parlez-en à votre médecin.

EN CAS DE COMPLICATIONS

Vous ressentez des maux de tête, des vertiges ou de la fièvre ? C'est signe que votre corps est déshydraté. Reposez-vous à l'ombre, buvez et vaporisez-vous d'eau. Si les symptômes persistent, appelez les services d'urgence ou un proche qui pourra le faire pour vous.