Novembre 2012 Année 17 Numéro 9

*** Le Samphlétaire ****

Syndicat des employés et employées de la Société des Casinos du Québec – CSN - (Unité Générale - Resto - Sécurité)





Empreinte: Le compostage, page 2

Le travail de nuit page 9





Ma ville, Mes Alouettes, page 6

Comité Jeunes, page 4

Et plusieurs autres articles à lire dans le journal l



IMPORTANT

ASSEMBLÉE GÉNÉRALE Triple Unité Générale, Resto, Sécurité

> Résultats des votes Page 3

Page 2 Année 17 Numéro 9

Empreinte

Par Jean-Yves Vandal, secrétaire général UG

Avec l'introduction du compostage, le mois d'octobre a marqué un moment important pour le développement durable au Casino! Grâce à ce virage vert, le casino détournera plus de 125 sacs de poubelle des sites d'enfouissement chaque jour. Ce n'est pas rien surtout quand on sait que le Casino génère annuellement autant de matières résiduelles qu'une ville de 10,000 habitants (1). L'introduction du compostage se fera en deux temps. Avec l'ouverture de la nouvelle ère de restauration rapide L'Instant, on invite la clientèle à adhérer à cette nouvelle façon de traiter les matières résiduelles. C'est à la fin du mois de novembre que les employés seront appelés à emboîter le pas. Des informations seront disponibles afin de nous aider à maximiser cette orientation de l'entreprise. Les nouvelles méthodes de tri exigeront un peu d'adaptation, mais cela vaut la peine si l'on pense à ce que ce changement permettra en termes de développement durable.

On ne peut que saluer cette initiative de la part de notre employeur et l'on peut souhaiter que cette pratique se répande dans notre gestion personnelle des déchets domestiques. À première vue, le compostage peut sembler compliqué. Mais à la lecture de cet article, vous verrez que la marche à suivre est toute simple, que vous habitiez en ville ou à la campagne. Voici donc comment composter en 10 étapes faciles.

COMPOSTER EN 10 ÉTAPES FACILES!

- 1- Procurez-vous un contenant à résidus que vous déposerez sur le comptoir de la cuisine ou sous l'évier.
- 2- Affichez la liste des matériaux à composter bien en vue.
- 3- Procurez-vous un composteur auprès de votre municipalité ou dans les magasins à grande surface, ou encore fabriquez le à partir de bois (cèdre), de treillis métallique, de briques, etc.
- 4- À l'aide d'une pelle, retournez la terre à l'endroit où vous avez choisi de placer le composteur. Préférez un endroit ensoleillé et bien drainé.
- 5- Couvrez le fond du composteur d'un rang de 5 ou 6 cm d'épaisseur de petites branches sèches.
- 6- Déposez ensuite, sur ce nid de branches, une couche de feuilles mortes ou de terre. Ceci permettra à l'air de circuler et améliorera le drainage.
- 7- Superposez 2 parties de matières riches en carbone (matières brunes ou sèches) pour 1 partie de matières riches en azote (matières vertes ou humides).
- 8- Ajoutez ensuite du compost fini, de la terre à jardinage ou du papier journal pour éviter que les mouches n'élisent domicile dans votre bac de compostage.
- 9- Aérez le tas de compost avec un aérateur ou une fourche à jardin une fois par semaine.
- 10- Profitez-en pour vérifier le taux d'humidité. Arrosez le compost jusqu'à ce que son humidité soit comparable à celle d'une éponge essorée. N'oubliez pas qu'il est toujours plus facile d'ajouter de l'eau que d'en enlever!

Vous pouvez entreposer les matières «brunes» et «vertes» pendant l'hiver et les utiliser ensuite à l'arrivée du printemps. **Pour entreposer les matériaux riches en carbone**, il est recommandé d'installer un bac à réserves près du composteur. Fabriquez-le vous-même avec de la broche, une clôture à neige, des palettes de bois assemblées... Comme ce sont des matières sèches, il n'est pas nécessaire que ce bac soit sophistiqué ou à l'épreuve des rongeurs. **Pour entreposer les matériaux riches en azote**, placez les rebuts de nourriture dans des contenants bien fermés — des seaux de peinture, de détergent à lessive, d'huile à cuisson par exemple.

Le produit final sera un terreau riche et foncé dégageant une bonne odeur d'humus. Utilisez-le dans le potager, les plates-bandes, les jardinières, autour des vivaces, sur le gazon. Et rendez à la terre ce qu'elle vous a donné! La présence d'odeurs s'explique par un manque d'air ou un déséquilibre entre l'azote (vert/humide) et le carbone (brun/sec). Rééquilibrez le tout, aérez, assurez-vous que le fond du composteur ne baigne pas continuellement dans l'eau et le tour est joué! À l'aide du tableau que vous trouverez à la page 4, vous serez en mesure de maximiser votre méthode de compostage. Un petit effort et le tour sera joué. Plus de gens le feront, mieux la planète s'en portera!





Syndicat des employées et employés de la Société des casinos du Québec - CSN

Résultats des votes de l'assemblée générale triple du 7 novembre 2012

Protocole de négociation coordonnée

Adopté à l'unanimité

Plate-forme de revendications

Adopté à l'unanimité

Les casinos de Charlevoix, du Lac Leamy et l'hôtel Hilton ont aussi adopté le protocole et la plate-forme à l'unanimité.

La plate-forme de nos revendications sera déposée simultanément à Montréal, Charlevoix et au lac Leamy

Lundi, le 12 novembre 2012

Solidarité

Le comité de coordination

Page 4 Année 17 Numéro 9



Le temps des Fêtes arrive à grands pas. Comment fonctionne la « prime de Noël » et quelles sont mes obligations?

En tant que TPHV/occasionnel, mon bloc est-il maintenu pendant le temps des Fêtes?

À combien de pauses ai-je droit pendant mon quart de travail? Sont-elles rémunérées?

L'allocation spéciale, qu'est-ce c'est?

Toutes ces réponses et des nouveautés hebdomadaires sur la page Facebook du Comité Jeunes SEESCQ.

Besoin d'infos ou pour vous joindre au réseau des jeunes, écrivez-nous à comitejeunes.sescq@gmail.com

Surveillez l'annonce prochaine d'un 5@7!

W	lat	tier	es	a	co	mp	ost	ter	ou	non	
---	-----	------	----	---	----	----	-----	-----	----	-----	--

suite de la page 2

(matières vertes ou hu- mides)		
Restes de fruits et de légumes (même moisis) Coquilles d'œufs Tontes de gazon fraîches Mauvaises herbes fraîches	Feuilles d'arbres séchées Paille/foin Sciure de bois Marc de café (filtres inclus) Sachets de thé (sachets inclus) Serviettes de table Papier (préférable de le recycler) Pâtes alimentaires Pain Riz Écales de noix Noyaux Tissus naturels (coton, lin, laine, cuir nontraité)	Viande et poisson Huile (gras) Os Produits laitiers Feuilles de rhubarbes (la tige peut être compostée) Mauvaise herbe montée en graine ou rampante Gazon traité Plantes ou feuillage malades Cendres de bois Briquettes de BBQ Excréments d'animaux ou humains (peut contenir des pathogènes) Poussière d'aspirateur Matériaux contaminés avec des pesticides ou des produits dangereux (ex. : bois traité) Grande quantité de matériaux détrempés

En direct de mon divan

Par Jean-Yves Vandal, secrétaire UG

Un autre départ important



C'est avec beaucoup de surprises et autant de regrets que nous avons appris ces jours derniers, le départ de Julie Vigneault, conseillère principale aux Ressources Humaines. Après les départs récents de Martin Dalpé et de Stéphane Corbeil, on croyait l'hémorragie contrôlé. Et voilà que Madame Vigneault a décidé d'aller faire bénéficier une autre entreprise de ses talents. Les syndicats CSN du casino de Montréal avaient tout au long des dernières années réussi à établir avec les Ressources Humaines, un climat de relations de travail très constructif et beaucoup plus convivial. Julie Vigneault était l'une des pierres angulaires de cette métamorphose. Nous avons été à même de le constater encore plus particulièrement lors de la ronde de la négociation du volet normatif de notre prochaine convention collective. Professionnelle jusqu'au bout des doigts, Julie s'est engagée à finaliser avant son départ, les textes des clauses normatives sur lesquelles nous nous sommes entendus. Les trois unités syndicales CSN du casino s'unissent pour souhaiter la meilleure des chances à Madame Julie Vigneault dans son nouveau défi. MERCI!

Plainte en 39

C'est au courant du mois de novembre que reprendrons les audiences en arbitrage de la plainte en 39 déposée par le SCFP concernant l'accréditation des préposées et préposés aux jeux électroniques (PAJE). La première séance se tiendra le 8 et la seconde le 30 de ce mois. Une dernière journée est prévue pour le 13 décembre prochain Les audiences se tiennent dans les bureaux du Ministère du Travail, sis au 35 Port-Royal est, à deux pas de la station de métro Sauvé. Rappelons que la plainte a été déposée par le syndicat SCFP qui prétend que les postes de préposés aux jeux électroniques devraient appartenir au syndicat des croupiers et donc, de faire partie de leur accréditation syndicale. L'Unité Générale soutient de son côté que les appareils de jeux électroniques doivent être considérés au même titre que les machines à sous et que de facto, les préposés qui forment l'équipe des PAJE appartient à notre unité syndicale. Il faut donc s'en remettre à une tierce personne, un arbitre, pour trancher ce dilemme. Une décision devrait suivre rapidement la dernière journée d'audition.

Casino de Mont-Tremblant

C'est vraiment désolant d'apprendre que la Société des Casinos ait décidé de réduire les heures d'opération du Casino de Mont-Tremblant qui dorénavant ne sera ouvert que du jeudi au dimanche. Cette importante compression des heures d'ouverture va entrainer l'abolition de 35 postes et les employés restants verront leurs heures de travail réduites. C'est une véritable catastrophe pour nos confrères de Tremblant. Il faut rappeler qu'au moment de l'ouverture de ce casino, plusieurs de nos collègues de Montréal et du Lac Leamy ont pris la décision d'aller y travailler. Malheureusement et ce pour de multiples raisons, tant stratégiques qu'économiques, le succès de cette maison de jeux n'est pas encore au rendez-vous. Nous ne pouvons aucunement nous réjouir de ce qui arrive à ces travailleuses et travailleurs car c'est toujours très déstabilisant de perdre son emploi ou de se retrouver dans un poste où la précarité est omniprésente. Souhaitons que ce ne soit qu'un passage difficile et que nos collègues verront bientôt la lumière au bout du tunnel.



Sans Commentaire

Pas question de commenter la mise sur la touche à Loto-Québec de Pierre Bibeau, premier vice-président aux affaires publiques et communications corporatives de Loto-Québec et encore moins de questionner son départ soudain en congé de maladie pour trois mois. S'il était employé au casino de Montréal, le Service de Santé l'aurait à l'œil et il pourrait même le mettre sur la «M1 WATCH».

Page 6 Année 17 Numéro 9

Ma ville, Mes Alouettes

Par Stéphane Dias, VP information-Resto



Comme vous le savez tous, la Ligue Nationale de Hockey (NHL) est en lock-out et il y a de fortes chances qu'il n'y ait pas de hockey cette saison. Mais Montréal est une ville de sports. Nous pouvons profiter de cette occasion pour découvrir ou encourager les autres clubs sportifs de la ville. J'ai commencé à suivre l'Impact qui a fait ses débuts dans la MLS et j'ai vraiment aimé ça. Pour une équipe d'expansion, nous avons un bel avenir pour le soccer à Montréal.

Le 23 août, je suis allé voir mon premier match des Alouettes avec mon bon ami et le plus grand partisan des Alouettes Jean-Sébastien

Boux. Au début, je n'étais pas certain d'aller voir le match, car je n'étais pas un grand amateur de la CFL. Je préfère la NFL. Mais comme j'ai eu l'invitation de mon ami Jean-Sébastien, je suis allé les voir. Ils affrontaient les Tiger-Cats d'Hamilton. Cette journée-là, j'ai vécu un WOW! Ce n'est pas seulement au casino de Montréal qu'il y a des WOW!!! Premièrement, les Alouettes ont gagné 31-29 et c'était un bon match. Il y avait beaucoup d'action sur le terrain et l'ambiance au stade Percival-Molson était super.

Après le match, Jean-Sébastien m'a présenté au personnel des Alouettes. C'est incroyable. Il connaissait tout le monde au stade. Il m'a aussi présenté certains joueurs des Alouettes comme, Brandon Whitaker, Brandon London, S.J Green et sans oublier Anthony Calvillo. J'étais vraiment surpris de voir comment les joueurs sont proches de leurs partisans qu'ils soient VIP ou non. Les joueurs prenaient le temps de prendre des photos et de signer des autographes. Vraiment plusieurs équipes sportives ou même des entreprises devraient prendre l'exemple de cette équipe, car, que tu sois un partisan ou un client, tous sont importants, car sans eux, nous ne serions pas là et ça, les Alouettes l'ont compris. J'ai eu la chance de parler avec Anthony Calvillo, une personne très sympathique et proche de ses fans. Pour ma part, je viens de découvrir une belle équipe que nous avons à Montréal, une équipe qui travaille fort pour gagner les matchs, des joueurs qui aiment jouer pour cette équipe et surtout qui respectent leurs partisans. J'aimerais dire à tous ceux ou celles qui comme moi n'aimaient pas la CFL et les Alouettes, si vous avez une chance d'aller voir un match et encore mieux avec mon ami Jean-Sébastien, prenez-la et aller voir ça. Ça vaut vraiment la peine. J'aimerais dire merci à mon bon ami Jean-Sébastien de m'avoir invité à un match des Alouettes.

En terminant, le hockey reste toujours mon sport préféré et le Canadien de Montréal reste mon équipe favorite. Dans la CFL, les Alouettes sont devenus mon équipe et j'aime aller les voir et les encourager lorsque l'occasion se présente. Le 18 novembre, je vais aller voir mes Alouettes en finale de division et ce sera au Stade Olympique. Je suis prêt pour cette finale: j'ai mon chandail des Alouettes et ma casquette comme un vrai partisan.

Go Alouettes Go



Mon bon ami Jean-Sébastien Boux



SJ Green un joueur très sympathique



Anthony Calvillo, le leader de cette équipe

La retraite, ça se prépare

par Jean-Yves Vandal, secrétaire général UG

Les étapes de la planification de la retraite

Nous allons aborder dans ce deuxième volet portant sur la retraite, les diverses étapes de la planification de cette dernière afin de mettre le maximum de chances de notre côté. Avant d'atteindre cette étape de notre vie, il est primordial de connaît nos valeurs, de se doter d'un plan de match réaliste, de revoir régulièrement nos objectifs, de bien cerner notre capacité financière, d'analyser les économies que l'on peut réaliser et évidemment du temps dont nous disposons avant d'atteindre cette étape de note vie. Lorsque nous y arrivons, chacun doit connaître ses besoins réels en fonction des revenus disponibles afin d'établir un équilibre budgétaire qui nous permettra de maintenir année après année, un rythme de vie répondant à nos attentes. Il faut donc éliminer le plus possible les dépenses inutiles tout en se constituant un petit pécule de réserve afin de pallier aux imprévus ou pour s'offrir occasionnellement une petite extravagance.

Afin d'optimiser les ressources dont nous disposerons à la retraite, il est important et ce le plus tôt possible dans notre vie active, de dresser un bilan périodique de la valeur des biens que nous possédons ainsi que de toutes ses dettes, incluant la ou les hypothèques. Cette saine habitude permet de déterminer le cheminement que nous adopterons afin de constituer le meilleur patrimoine possible au moment tant attendu. La question financière est trop souvent une entrave à la prise de notre retraite. Il importe donc de mettre toutes les chances de notre côté afin que le passage de notre vie de travailleur à celui de retraité se fasse sans appréhension. Voici donc les étapes de planification à suivre en prévision de la retraite.

- a) Identifier ses besoins, les formuler en projet et en déterminer le plus précisément possible les coûts. C'est la partie du budget appelée «dépenses»
- b) Identifier les moyens disponibles pour satisfaire ses besoins. C'est la partie «revenus». À la retraite, nous les distinguerons en revenus de sources publiques et revenus de sources personnelles.
- c) À partir du bilan de sa situation financière, se fixer des échéances pour la réalisation de ses projets.
- d) Une quatrième étape devient importante, soit la planification de sa succession afin d'éviter des soucis aux héritiers.



Comme nous l'avons déjà signalé, il est crucial d'entamer notre programme de retraite dès notre plus jeune âge. Il faut donc mettre en place une stratégie qui sera la moins contraignante possible mais à laquelle nous nous collerons le plus systématiquement. Se porter acquéreur de biens durables comme une maison, un terrain que l'on paiera le plus rapidement possible s'avère une bonne base à une saine planification. Les cartes de crédit, bien que fort utiles sont trop souvent une source importante d'endettement pour beaucoup de monde. Il est préférable de se doter d'une marge de crédit auprès de votre institution bancaire. Les taux d'intérêts sont nettement plus avantageux. Une autre tactique fortement profitable est de faire prélever automatiquement un montant, pas trop contraignant, à chaque période de paie. Au casino, nous bénéficions d'un régime de retraite à prestations déterminées auquel tout le monde contribue. C'est le meilleur type de régime qui existe. On peut compléter ce programme en se portant acquéreur de REER provenant de fonds de travailleurs comme le FondAction. On réalise ainsi des économies substantielles avec un minimum de contraintes financières.

Lorsque l'on s'approche de la retraite, il devient important de liquider le plus rapidement possible, les dettes les plus importantes. Contribuer le plus possible à nos différents REER s'avère un moyen efficace d'atteindre nos objectifs de retraite. On peut aussi revoir notre stratégie de placements en réduisant ceux à risques pour se tourner vers ceux offrants des risques modérés. Et point très important, on se dote d'un testament que l'on révise régulièrement afin, qu'en cas de malheur, nos héritiers puissent profiter pleinement de notre succession.

Nous explorerons dans un prochain article, différents aspects qui peuvent influencer notre décision de prendre notre retraite ou qui peuvent se produire lorsque nous nous retirons définitivement du marché du travail. Nous le ferons toujours sans prétention et en espérant que nos observations vous seront utiles.

Page 8 Année 17 Numéro 9

Le droit de l'un s'arrête où celui de l'autre commence Par Annie Deschênes, déléguée Keno

Au cours des derniers mois, plusieurs commentaires ou situations relatives à la nature, ainsi qu'à l'étendue du droit de gérance sont venues à mes oreilles. J'étais d'ailleurs très étonnée, parfois choquée, mais particulièrement déçue par la mauvaise connaissance de ce concept qui est à la base de nos relations de travail. Je crois qu'il est primordial que tous les acteurs impliqués, de part et d'autre, comprennent en quoi cette notion consiste, car ce n'est malheureusement pas le cas présentement.

Dans les faits, ce n'est pas très compliqué. Le droit de gérance signifie que tout ce qui n'est pas inscrit dans la convention collective appartient entièrement à l'employeur, dans la mesure où les lois et règlements en vigueur sont respectés. Pour les étudier, je peux témoigner que des lois relatives au travail, et qui nous concernent, il y en a beaucoup.

Nous avons d'ailleurs une clause (3.1) à cet effet dans notre convention qui vient réaffirmer les droits de gestion de l'employeur dans sa production et dans ses affaires, tout en rappelant que le contrat légal qu'est la convention collective vient limiter ses droits.

Souvenez-vous que si l'on vous affirme qu'il s'agit d'un droit de gérance, alors que la situation vous semble contraire au contrat de travail, il y a une réelle matière à questionnement. Je vous suggère fortement de consulter un délégué syndical la journée même, lorsque c'est possible, pour vous aider à clarifier la situation. Un gestionnaire ne peut pas refuser de reconnaître une partie de la convention sous prétexte qu'il s'agit de son droit de gérance. Cependant, il peut arriver qu'une mésentente survienne relativement à l'interprétation d'une clause de la convention, ce qui pourrait donner lieu à un grief.

La meilleure façon de s'assurer du respect de ses droits est évidemment de les connaître.



Le jeudi 22 novembre 2012 CSN (1801, av. De Lorimier) À compter de 18 h

Le travail de nuit et la santé

Par Alain Ouimet, V-P Santé, Sécurité UG

Infirmières, pompiers, policiers... Traditionnellement, plusieurs personnes doivent travailler de nuit à cause de la nature même de leur métier. Aujourd'hui, compétitivité oblige, toute une cohorte de travailleurs issus du secteur des services se joignent à eux : des hommes d'affaires qui transigent avec l'Asie à 2 heures du matin, des journalistes à l'information continue, des caissiers dans des commerces ouverts jour et nuit, etc...

Le travail de nuit a un prix beaucoup plus élevé que la prime en argent qui y est parfois associée : une vie sociale chamboulée mais aussi des effets souvent dramatiques sur la santé : troubles du sommeil et de l'humeur, risque accru de d'hypercholestérolémie et de maladies cardiovasculaires, perte de vigilance et accident de la route...

«Nous sommes des animaux diurnes, explique Marie Dumont, chercheure à l'Hôpital du Sacré-Cœur de Montréal. Notre horloge biologique nous "organise" pour qu'on soit actif durant le jour, puis inactif durant la nuit. Lorsqu'on souffre de décalage horaire, on a de la difficulté à dormir correctement, on est fatigué et on a l'estomac à l'envers. Après un ou deux jours, tout rentre dans l'ordre parce que notre horloge biologique s'est ajustée. Pour le travailleur de nuit, l'horloge biologique ne s'ajuste pas. C'est comme s'il était continuellement en décalage horaire.»

Horloge biologique et mélatonine

Située au centre du cerveau, l'horloge biologique joue le rôle d'un chef d'orchestre pour tous les rythmes du corps sur une période de 24 heures. C'est elle, par exemple, qui envoie un signal dans la soirée pour préparer graduellement l'organisme au repos de la nuit. Son messager? La mélatonine, une hormone qui facilite la relaxation, l'endormissement et le sommeil. La mélatonine est particulièrement «sensible» à la lumière. Si on est exposé à la lumière durant la nuit, on sécrète moins de mélatonine, voire plus du tout. Les travailleurs de nuit souffrent donc, d'une certaine façon, d'un «déficit» en mélatonine. Puissant antioxydant, la mélatonine a aussi des propriétés qui protègent contre le cancer. Et c'est pourquoi certains chercheurs jonglent avec l'hypothèse que le travail de nuit pourrait présenter un risque accru de certains cancers, notamment les cancers du sein et de la prostate. Mais il est également vrai que le travail de nuit perturbe toutes les fonctions de l'organisme, créant différents «stress physiologiques» et autant de facteurs de risque. Bref, beaucoup de recherches restent à faire avant de clarifier cette question.

De l'usine à l'épicerie jour et nuit

Dans la très grande majorité des cas, les travailleurs de nuit éprouveront un jour ou l'autre des problèmes de santé : troubles du sommeil et de l'humeur, risque accru d'hypercholestérolémie et de maladies cardiovasculaires, perte de vigilance et accidents de la route...

«Les études démontrent qu'il y a une diminution de 5 % de l'espérance de vie des gens qui travaillent de nuit comparativement aux gens qui travaillent selon un horaire régulier», affirme Angelo Soares, sociologue et professeur en comportement organisationnel à l'École des sciences de la gestion de l'Université du Québec à Montréal.

Comment en est-on arrivé là? Auparavant, le travail de nuit était surtout dicté par des questions «techniques» : pour amortir le coût de la machinerie, on devait faire fonctionner l'usine toute la nuit; pour sauver des vies, on devait envoyer pompiers, policiers et ambulanciers...

Aujourd'hui, le travail de nuit ou le travail «posté», c'est-à-dire des quarts de travail selon des horaires changeants (jour, soir ou nuit, selon la semaine) est une réalité liée à la productivité des entreprises, à la mentalité «just in time» et «ouvert 24 h sur 24», le tout parfois associé à une compensation salariale.

«Les primes de nuit introduisent le concept qu'on peut vendre notre santé en prestations», s'insurge Angelo Soares. «Une espèce de cercle vicieux s'installe, considère Marie Dumont. Comme il y a de plus en plus de gens qui travaillent de nuit, ils ont besoin de plus en plus de services... Donc il y a des dépanneurs, des épiceries, des pharmacies ouverts toute la nuit, même des centres sportifs! Ça fait encore plus de gens qui travaillent de nuit. Il y a peut-être une question de société à se poser.»

Le risque accru d'hypercholestérolémie chez les travailleurs de nuit a été démontré par de nombreuses études. Les nutriments ne sont pas aussi bien métabolisés pendant la nuit, ce qui a notamment pour effet de faire grimper en flèche le taux de cholestérol. «Mal manger, ne pas faire d'exercice et fumer augmente les risques de maladies cardiovasculaires, rappelle Marie Dumont. Mais pour quelqu'un qui travaille de nuit, les risques sont multipliés. Il doit presque mener une vie de sainteté pour rester en santé le plus longtemps possible.»

Suite à la page 10

Page 10 Année 17 Numéro 9

Le mot de l'heure

Par Annie Deschênes, déléguée Keno

Vous l'avez entendu à la rencontre du dg, mais je suis prête à parier que vos gestionnaires le répètent depuis déjà plusieurs mois : l'efficience. Tel un jeune enfant qui vient d'apprendre un nouveau mot et qui n'en décroche pas, ce mot est sur toutes les lèvres et de façon plutôt fréquente. Toutefois, une question demeure : est-ce que les bottines suivent réellement les babines? Je crois qu'il y a du chemin à faire à ce sujet.

Commençons d'abord par définir ce que c'est réellement. L'efficience est le fait de choisir les meilleures méthodes, tant en matière de délais que de coûts, pour arriver au résultat souhaité (appelé l'efficacité). N'oublions pas que les coûts vont bien plus loin que le simple signe de \$, car les impacts des gestes posés au quotidien et des décisions prises nous affectent directement, nous qui sommes leurs ressources humaines ou simplement leur force de production moderne. Notre intérêt à vouloir donner notre 100% sera directement touchée. De plus, sachant qu'une organisation recherche la performance organisationnelle, soit la corrélation entre l'efficience et l'efficacité, je trouve plus que normal de m'attendre à ce que des mesures concrètes soient prises pour que l'on désire s'impliquer et adhérer à leur plan d'action. Toutefois, cela implique que nous devenions mobilisés, car ce levier collectif, où les gens choisissent d'adopter des comportements clés, sera primordial. J'attends encore ce qui occasionnera un élan de motivation. Pourtant, ce ne sont pas les approches possibles qui manquent...

Dans l'Enjeux de cet automne, deux pages sont réservées à la démarche de mobilisation de la Société des casinos du Québec. Il y est d'ailleurs écrit que « la mobilisation des employés est une priorité [puisqu'elle] est l'un des axes stratégiques de l'entreprise dans l'atteinte de ses objectifs d'affaires ». Je m'interroge donc sur comment ce plan théorique descendra la pyramide jusqu'en bas et surtout sur ce qui sera fait pour nous faire oublier les coupures qui semblent sans fin et les nombreux chambardements. L'intention de mieux outiller les gestionnaires est bien noble, mais vu l'atmosphère extrêmement lourd, il faudrait pratiquement des gens faisant preuve de leadership transformationnel, c'est-à-dire des personnes inspirantes, charismatiques et visionnaire, tout-en-un, pour repartir à neuf sur du positif. En connaissez-vous beaucoup?

En conclusion, on ne cesse de nous parler d'efficience, mais la valeur de ce terme et son implication dans les divers aspects de notre travail sont vagues ou mal adaptées. Il est dommage de constater que cette notion extrêmement importante a même passé au statut de blague. Mettre plus d'efforts à développer des méthodes de motivation correspondant aux diverses personnalités serait certainement plus bénéfique tant pour eux que pour nous, car nous pourrions retrouver un bien-être au travail. Sans compter qu'instaurer une approche de communication bidirectionnelle dans tous les secteurs serait probablement le premier pas logique à faire.

Le travail de nuit et la santé

suite de la page 9

Voici quelques chiffres relevés au Canada et USA sur la corrélation entre le travail de nuit et la santé

- 1. La productivité diminue de 5% la nuit entre 00h00 et 07h00
- 2. Perte de 206 milliards par année aux USA
- 3. Absentéisme, grand roulement dans le personnel, accroissement des frais de recrutement, accroissement des coûts en santé et augmentation des accidents du travail
- 4. Problème de santé: cardiovasculaire (2x), troubles gastriques (4-5x), cancer du sein
- 5. Problèmes de sommeil et de fatigue chronique (60-80%)
- 6. Troubles de l'humeur (5-15x), Problèmes familiaux. Qualité de vie
- 7. 75% souffrent d'endormissement sur chacun des quarts de nuit
- 8. Risque d'accident accru

Après avoir lu ces résultats il semble évident que l'éclairage et l'alimentation jouent un rôle majeur sur la santé et notamment sur la santé des travailleurs de nuit. Vous êtes invité à vous présenter au poste multimédia qui sera installé au carrefour des communications, ou vous pourrez trouver des recommandations utiles pour optimiser la santé et la qualité de vie des travailleuses et travailleurs de nuit.

Sources: http://pilule.telequebec.tv/occurrence.aspx?id=460

La chronique audio-vidéo.

Par Alain Gascon, agent de sécurité

L'enceinte acoustique TOTEM WIND DESIGN : bleue comme le 7ième ciel...

Il y a environ un an, je vous ai parlé du fabriquant d'enceintes acoustiques québécois de renommée internationale TOTEM et de son modèle "entrée de gamme". J'ai été surpris par tous ceux d'entre vous qui êtes venus me voir pour me demander des renseignements ou encore mieux, pour me dire qu'ils étaient d'heureux propriétaires d'enceintes TOTEM à la maison et à quel point vous les aimiez. En effet, ces enceintes, une fois que vous les avez entendues et apprivoisées dans votre environnement sonore, il est difficile d'imaginer mieux. Comme le dépliant TOTEM le dit si bien : laissez la musique guider votre âme...!

Un historique rapide:

Fondée en 1987 à Montréal par Vince Bruzzse, Totem a consacré ses premières années d'existence à la recherche et au développement. Le résultat fut l'impressionnante enceinte "Model One" qui avait conquis le cœur des mélomanes. Ce modèle est encore en production aujourd'hui, comme quoi les produits de la marque sont faits pour durer. Plusieurs modèles ont élargi le catalogue dans les années qui ont suivi, tous avec leur caractéristiques différentes. Et ils portent des noms, pas des numéros de modèles : la Rainmaker, la Arro , la Staff, la Hawk, la Mani-2 (prononcez manitou), la Wind. Tous des noms modifiés et associés à des éléments indiens ou de la nature. Bien pensé! Dans l'univers de la haute-fidélité, la philosophie de la compagnie TOTEM tranche de façon marquante. Cela est dû à la personnalité de son créateur et à sa philosophie où la qualité de vie, l'expressivité et l'harmonie passent avant tout. J'ai eu l'occasion de m'entretenir à quelques reprises avec lui. C'est un homme de passion. Au-delà des capacités techniques, il s'est donné pour mission de créer des enceintes acoustiques où la musique arriverait à toucher l'âme des auditeurs. Et il a réussi. Les enceintes TOTEM sont entièrement fabriquées à la main, même les coffrets faits par une filiale d'ébénisterie spécialisée créer par TOTEM. Rien n'est laissé au hasard lors du montage d'une enceinte TOTEM. La qualité supérieure des composantes n'est jamais négligée. Les enceintes de la prestigieuse marque sont aujourd'hui reconnues partout dans le monde. Du plus petit modèle (MITE) au plus gros (WIND), elles ont tous reçu des critiques élogieuses des audiophiles et de la presse spécialisée de partout autour de la planète.

Le haut de la gamme

Je vous avais donc parlé il y a un an du modèle ARRO, de petites enceintes impressionnantes, autant sur le design superbe, qu'à leur rendu sonore. Aujourd'hui, je voudrais changer de registre et vous parler de l'enceinte WIND, soit le haut-de-gamme de la



compagnie TOTEM. J'ai l'occasion de passer beaucoup de temps avec elles dans de bonnes conditions, chez moi! À l'évidence, nous avons ici affaire à un haut-parleur haut de gamme. Ça se voit! Le superbe coffret au fini piano laqué d'un bleu couleur ciel a été appliqué à la main, plusieurs couches pour un rendu brillant absolument réussi. Un système unique à quatre voies et à trois transducteurs dans un coffret au design unique qui permet de maximiser les mouvements et l'équilibre des fréquences lorsque les haut-parleurs sont en mouvement. Le design de l'enceinte est fait aussi pour contrôler et limiter les vibrations internes, qui sont pratiquement inexistantes ici. Une grosse pointe de couplage au sol, situé sous le gros haut-parleur des basses de 8 pouces où est gravé le logo de la compagnie en poudre d'ébène. Les fréquences moyennes sont assurées par deux haut-parleurs Dynaudio par enceintes, reconnues pour leur excellence dans ce domaine. Les aigus sont pris en charge par un "tweeter" de conception exclusive à Totem. Une plaque de couplage métallique est située sous l'enceinte, ce qui l'empêche d'entrer en contact direct avec le sol, et de s'ajuster aussi à la salle d'écoute. Tout ceci en fait une véritable œuvre d'art à part entière. Je ne m'embarquerai à vous parler ici des détails techniques, il y en a trop à dire. Passons à l'écoute.....

L'écoute

Il faut avant tout souligner une chose, tous les modèles de la marque Totem n'ont pas une grande sensibilité. Ce que ça veut dire en vrai, c'est qu'elles ont besoin d'amplificateurs puissants et de bonne qualité pour bien rendre tout leur potentiel. Pas nécessairement à haut volume, mais une bonne réserve de puissance leurs est nécessaire.

Comme sur les autres modèles de la gamme, les Wind Design visent le concept de "single point imaging" qui permet d'assurer une excellente reconstitution de la scène sonore ainsi qu'une constante de l'image en fonction de la position de l'auditeur. Cela se ressent et s'entend dans le cas présent; dès les premières secondes d'écoute, la pièce s'est remplie de musique comme par magie; le mur arrière a semblé s'éloigner de 50 pieds. La capacité d'une enceinte acoustique de s'effacer au profit de la musique est un gage de qualité. Et c'est évidemment le cas ici. Sur un de mes disques de référence que je connais bien et que j'ai entendu des centaines de fois (Frédéric Alarie trio-live à Vienne - étiquette audiophile Fidélio) un enregistrement en spectacle d'un trio de jazz, l'emplacement des musiciens devient facilement repérable; la contrebasse est très présente et bien sentie. La batterie est d'un réalisme époustouflant. Le timbre des cymbales est d'un réalisme que je n'avais jamais entendu avant. Comme par magie, j'étais transporté à la salle de spectacle de Vienne où le concert a été enregistré.

Page 12 Année 17 Numéro 9

Suite de la page 11

Sur un autre disque ou un trio à cordes (deux violons et un cello) joue les grandes musique de Ennio Morricone (Triology plays Ennio Morricone, BMG), la magie est tout à fait présente encore une fois. Les musiciens et leurs positions au moment de l'enregistrement sont repérables, les murs de ma salle d'écoute sont disparus et les enceintes laissent toute la place à cette belle musique : "Il était une fois dans l'Ouest" comme si je l'entendais pour la première fois, émouvant. Le gout de rock est venu ensuite, avec l'album de Joe Satriani "Surfing with the Alien", entendu des dizaines de fois... et encore une fois, la magie opère. Les détails insoupçonnés du jeu du fameux guitariste se sont révélés, le goût de monter le volume aussi. Ce qui frappe le plus à l'écoute des WIND DESIGN, c'est leur capacité à rendre impossible leur localisation. La pièce se remplit de musique et lorsqu'on ferme les yeux, impossible de dire d'où provient le son exactement. Ce fut vrai aussi pour le disque de Billy Barber "Shades of Gray" où le musicien exécute des pièces solo au piano. Le piano et le musicien sont carrément chez moi, avec toute la gamme de fréquences et la subtilité qu'un piano peu donné. Impressionnant! La voix de Diana Krall sur son cd très populaire "The look of Love" est d'une netteté à couper le souffle. Même chose pour la brésilienne Bebel Gilberto; ma pièce préférée "So Nice" m'a transporté dans un autre monde, sur une plage à admirer un coucher de soleil!

Je pourrais vous parler encore longtemps des émotions ressenties à passer tous mes disques préférés, au plaisir renouvelé de redécouvrir ceux-ci, mais je risquerais de me répéter! L'adage publicitaire de TOTEM "Laisser la musique touchée votre âme" prend ici tout son sens; car au-delà des détails techniques, les amateurs de musique et audiophiles ne recherchent pas seulement un bon son mais aussi l'émotion que la musique peut procurer. Et la mission ici est plus que réussie! Lors d'une séance d'écoute privée avec quelques amis qui partagent la même passion que moi, nous sommes tous restés bouche bée. Chacun avaient apporté ses disques préférés et à chaque fois, la magie opérait!

Pour plusieurs, l'enceinte WIND est une des meilleures au monde, toutes catégories de grosseur et de prix confondues. (Source; Chant Libre hi-fi, France). Après avoir passé plusieurs semaines dans des conditions d'écoute favorables chez moi, je suis plutôt d'accord. Mes attentes sont plus que comblées et je me sens au... 7ième ciel! On a affaire ici à une véritable enceinte haut de gamme qui repousse les limites de votre salle d'écoute (source : Home Theatre Magazine). Et de plus, entièrement fait ici, au Québec!

En quelques lignes, j'ai voulu partager avec vous le plaisir que j'ai eu à écouter de la musique avec un produit d'exception. Bien sûr, la Totem Wind n'est pas pour tout le monde. Son look peu conventionnel ne plaira pas à tous et le prix de détail de \$15.000 n'est surement pas à la portée de toutes les bourses! Mais sachez que le prestigieux fabricant québécois a un catalogue complet : des enceintes pour le cinéma-maison et pour l'écoute de la musique. Une visite à leur site internet vous donnera plus de détails. Je vous invite à faire l'écoute de n'importe quelle enceinte TOTEM chez un détaillant autorisé. Vous m'en donnerez des nouvelles! Et qui sait, peut-être trouverez-vous votre...totem.

Les plus;

Tout, absolument tout. On frôle la perfection, ici.... <u>Les moins</u>; Rien, absolument rien... à part peut-être le prix!! Totem Wind Design p.d.s \$15.000 totemacoustique.com

Notre bon maire Gérald Tremblay

Définitivement, ça brasse dans le monde politique municipal. Après Mascouche et Laval, voici que notre bon maire Gérald Tremblay se retrouve dans l'eau chaude suite aux révélations de la commission Charbonneau. Parions que le premier magistrat de Montréal annoncera dans quelques jours qu'il ne sera pas de retour pour l'élection municipale de 2013. Partira-t-il en maladie comme son confrère de Laval? Tout comme lui, *je ne sais pas* mais *je verrais mal* qu'il sollicite un renouvellement de mandat. Je souhaite que Gérald Tremblay *entente bien* cette fois, la clameur populaire qui lui indique la sortie.



Date de tombée : Dernier mercredi du mois Vous avez des choses à dire. Écrivez-les :

sescq.unitegenerale@videotron.ca

Le Pamphlétaire

Chronique en Santé Mentale

Comment aider un ou une ami (e) qui a un problème de consommation

Aider un(e) ami(e) qui a une consommation problématique de drogue ou d'alcool est parfois lourd. Voici quelques pistes pour savoir un peu mieux comment s'y prendre.

Les attitudes à privilégier

Tu attends qu'il (elle) soit complètement sobre pour lui parler.

Tu peux lui nommer tes inquiétudes par rapport à sa consommation.

Tu peux aussi lui nommer les changements que tu as constatés (il (elle) appelle moins souvent, démontre davantage d'agressivité, pense plus souvent à consommer, est plus isolé(e) qu'avant).

Tu peux lui demander comment il (elle) perçoit sa consommation et s'il (elle) croit avoir une consommation problématique.

S'il (elle) reconnaît avoir un problème de consommation, tu peux lui demander s'il (elle) prêt(e) à faire un bout de chemin pour trouver de l'aide. Si oui, tu peux l'encourager à consulter un intervenant (www.parlonsdrogue.com/fr/guestions-reponses/aidez-moi.pdp pour connaître des ressources).

S'il (elle) ne reconnaît pas encore que sa consommation est problématique, il (elle) est peut-être prêt(e) à parler d'autres situations de sa vie qui le (la) préoccupent (famille, école, relation amoureuse).

Si tu t'inquiètes pour cet(te) ami(e) et qu'il (elle) ne semble pas vouloir aller chercher de l'aide, tu peux en parler discrètement à un ami commun, un membre de sa famille ou un adulte en qui tu as confiance.

Si la situation devient lourde pour toi, **rappelle-toi les limites de ton rôle d'ami**. Tu peux toi aussi consulter un intervenant pour toi-même ou pour connaître des moyens d'aider. Par contre, tu ne peux convaincre ton ami(e) d'arrêter s'il (elle) n'est pas

prêt(e). Si ta motivation semble plus forte que la sienne, c'est peut-être un signe que tu en prends trop sur tes épaules.

Les attitudes à éviter

Faire comme s'il n'y avait pas de problème. Tu n'es pas son sauveur et tu as tes propres limites mais en reconnaissant le problème et en nommant tes inquiétudes, tu fais déjà une action pour l'aider.

Chercher à lui faire admettre coûte que coûte qu'il (elle) a un problème. Il (elle) n'est peut-être pas encore à cette étape.

Le ou la blesser avec tes paroles ou argumenter inutilement.

Juger.

Faire de grands sermons et parler sur un ton moralisateur.

Vouloir le convaincre d'arrêter. Cela doit venir de lui.

Prendre tout sur tes épaules en voulant régler les choses à sa place

Cette info. est tiré du site du Ministère de la Santé et des Services sociaux

Carmelina Santoro Vice-présidente condition féminine Unité Générale - CSN



Page 14 Année 17 Numéro 9

DONNER DU SENS À L'ARGENT

Épargner, c'est le pouvoir de transformer

Venez nous rencontrer au CASINO

Les 8 et 22 novembre 2012 Les 4 et 13 décembre 2012,

de 9 h à 17 h 30, au carrefour de l'information

Pour en savoir plus, contacter un Responsable Fondaction :

Diane Chatelain au 514 395-2299 diane.chatelain@fondaction.org

Daniel Roy au 514 260-6964 daniel.roy@fondaction.org







www.fondaction.com

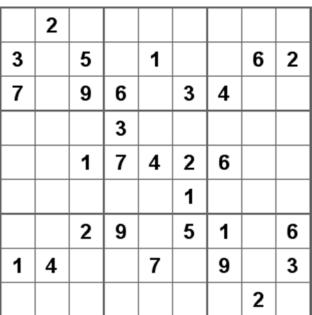


Ces intes sont places au moyen d'un prospectus contenent de l'information détaille empartante à leur suict. Évent d'investir, jeuz le prospectur départible sin le «Le de Funda tion www.tondacton.com.



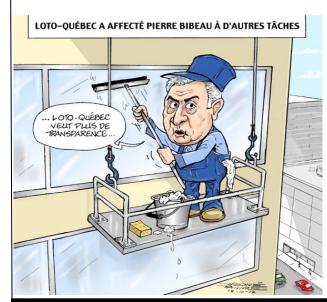
DÉTENTE





Grille moyenne n°18582 - © Planete-sudoku.com

Sans commentaire





Les Pensées du mois

N'essayez pas de devenir un homme qui a du succès. Essayez de devenir un homme qui a de la valeur. Albert Einstein

Une vie truffée d'erreurs est plus honorable et surtout plus utile qu'une vie passée à ne rien faire. George Bernard Shaw

Pourquoi contredire une femme ? Il est tellement plus simple d'attendre qu'elle change d'avis ! Jean Anouilh

Courtiers d'assurance

Trois courtiers en assurances se retrouvent autour du buffet d'un séminaire de ventes. Ils en profitent pour frimer un peu sur leurs compagnies d'assurances respectives. Le premier dit aux deux autres :

Lorsqu'un de nos assurés meurt accidentellement un lundi, si on est informés dans la journée, on peut préparer la prime pour l'épouse le jour même et elle aura son chèque le mercredi matin par la poste !

Le deuxième ne veut pas être de reste :

Si l'un de nos assurés meurt par accident un lundi, on est au courant dans les deux heures et on peut fournir à la veuve son chèque dans la soirée!

Le dernier vendeur leur annonce triomphalement :

Tout ce que vous venez de dire n'est rien. Mon bureau se trouve dans la place Ville-Marie au dixième étage. Un jour, l'un de nos assurés était en train de laver les carreaux au 22ème étage lorsqu'il a glissé et est tombé de sa passerelle. Eh bien, vous me croirez si vous voulez, mais on lui a donné son chèque au moment où il est passé devant chez nous!

Page 16 Année 17 Numéro 9

Jacques Létourneau, nouveau président de la CSN



Jacques Létourneau a été élu par acclamation au poste de président de la Confédération des syndicats nationaux (CSN). Le vote par acclamation a eu lieu au cours d'un conseil confédéral. Il devient le 15e président de la CSN. M. Létourneau assurait la présidence par intérim à la suite de la démission de Louis Roy, qui a quitté ses fonctions le 26 septembre. Francine Lévesque, présidente de la Fédération de la santé et des services sociaux (FSSS-CSN) depuis février 2007, assumera le poste de première vice-présidente laissé vacant par l'élection de M. Létourneau.

Il entend assurer dans la continuité la réalisation des mandats donnés par le 63e Congrès qui s'est tenu en mai 2011. L'action de la CSN sera évidemment guidée par la nouvelle donne politique au Québec ainsi que concentrée sur le renouveau du syndicalisme, qui nécessite, au premier chef, que dans notre organisation nous puissions revoir la structuration de nos services aux syndicats. « Malheureusement, les discours des partis invitant à faire de la politique autrement n'ont pas tenu la route longtemps. Vite, trop vite, la politique partisane a pris le dessus. Si nous prenons acte de l'élection d'un gouvernement minoritaire, force est de constater que la prochaine joute électorale imposera aux partis plus progressistes de mener les discussions nécessaires pour obtenir des résultats plus probants afin de soutenir avec aplomb des politiques favorisant le bien commun », de soutenir le nouveau président de la CSN.

Pour la CSN, il est urgent de mettre en avant certaines priorités, dont un revenu décent pour tous, des emplois de qualité, une politique industrielle structurante et axée sur un réel développement durable, une fiscalité plus progressive et équitable, et des règles de gouvernance pour éradiquer la collusion et la corruption

Nous lui souhaitons la meilleure des chances dans ce nouveau défi qu'il saura certainement relevé avec panache. (Source, site web de la CSN: www.csn.qc.ca)



Francine Lévesque 1re vice-présidente



Jean Lacharité 2e vice-président



Denise Boucher 3e vice-présidente



Jean Lortie Secrétaire général



Pierre Patry Trésorier



SEESCQ - CSN

1 avenue du Casino bureau QRCA3 Montréal, Québec H3C 4W7

Téléphone Resto: (514) 395-0214 sescq.resto@videotron.ca

Téléphone Unité Générale: (514) 395-2299 sescq.unitegenerale@videotron.ca

Téléphone Sécurité (514) 439-9352 (nouveau)

Télécopie: (514) 395-2248

Réseau d'Entraide (514) 302-2036

> Notre site Internet www.sescq.qc.ca

