



# Stagiaires en milieu de travail

## Santé, sécurité et bien-être

↳ Pour les bénévoles et les stagiaires du secteur ÉSAC

### Ce que l'organisation vous doit

- Offrir un milieu de travail sécuritaire, sur le plan physique et psychologique.
- Identifier les risques liés aux tâches (locaux encombrés, manutention, clientèle difficile, risques psychosociaux, etc.).
- Mettre en place des mesures de prévention : formation, procédures, consignes, équipements de protection, règles de vie.
- Vous informer clairement des risques associés à vos tâches et des consignes à suivre.
- Vous former et superviser suffisamment pour que vous puissiez faire votre travail en sécurité.
- Protéger toute personne exposée au harcèlement psychologique ou sexuel, à la violence (y compris conjugale ou familiale) ou à des situations dangereuses.
- Prendre au sérieux tout signalement d'incident, de quasi-accident, de malaise ou de situation à risque.

Bénévoles et stagiaires sont aussi considérés comme des « personnes au travail » : ils ont droit à un environnement sécuritaire, même s'ils ne sont pas rémunérés.

### Vos responsabilités

Vous avez aussi un rôle à jouer :

- Respecter les consignes de sécurité et les procédures expliquées lors de l'accueil et de la formation.
- Utiliser correctement les équipements de protection (si fournis) et les locaux.
- Signaler sans délai tout danger, incident ou quasi-accident à la personne responsable (superviseur, personne désignée SST, etc.).
- Collaborer aux efforts de prévention : répondre aux sondages, participer aux formations, faire des suggestions.
- Respecter vos collègues, la clientèle et les partenaires : pas de gestes ou propos violents, discriminatoires ou humiliants.
- En cas de surcharge, de stress important ou de détresse, demander de l'aide plutôt que de prendre des risques.



## Des exemples de risques à surveiller



### Santé physique

- Locaux encombrés, câbles au sol, risques de chute.
- Manutention de charges (boîtes, équipements, denrées alimentaires) sans technique adéquate.
- Travail répétitif (ex. préparation de repas, classement, saisie informatique) sans pauses adaptées.
- Contact avec une clientèle pouvant être agressive, confuse ou en crise.

### Santé psychologique

- Charge de travail trop élevée ou trop floue.
- Manque de soutien ou de supervision.
- Conflits fréquents, tensions dans l'équipe.
- Harcèlement psychologique ou sexuel, commentaires déplacés, blagues humiliantes.
- Exposition répétée à des témoignages difficiles (ligne d'écoute, intervention psychosociale, etc.).

Si quelque chose vous met mal à l'aise ou vous semble dangereux, ce n'est pas « banal » : parlez-en.

## Que faire si vous voyez un danger ou vivez une situation à risque ?

- Assurez d'abord votre sécurité et celle des autres (éloignez-vous si nécessaire).
- Prévenez rapidement la personne responsable : superviseur, responsable des bénévoles, personne désignée SST.
- Décrivez précisément ce qui se passe : Où ? Quand ? Qui est impliqué ? Quel risque ou incident avez-vous observé ?
- Suivez les consignes qui vous sont données (ex. : cesser une tâche, utiliser un autre matériel, adapter votre façon de faire).
- Notez l'événement si c'est grave ou s'il se répète (utile en cas de suivi ou de plainte).

En cas d'urgence (danger immédiat pour la vie ou l'intégrité), appelez les services d'urgence (911) et informez votre responsable dès que possible.



## Vos recours



Si vous avez l'impression que :

- Vos signalements ne sont pas pris au sérieux;
- Les risques sont ignorés;
- Vous subissez du harcèlement ou de la violence;

Vous pouvez :

- En parler à une autre personne de confiance dans l'organisation (autre gestionnaire, personne SST, délégué·e syndical·e, etc.).
- Utiliser les mécanismes internes : politique SST, politique de harcèlement, procédure de plainte ou de signalement.

Au besoin, vous informer sur vos droits auprès :

- De la CNESST,
- De votre syndicat (si vous êtes syndiqué·e),
- De ressources externes (LÉO, Juripop, GAIHST, etc.).

## Contacts utiles - à personnaliser

### Votre organisation

- Personne responsable SST dans l'organisation :  
Nom : [à compléter] – Téléphone : [ ] – Courriel : [ ]
- Responsable des bénévoles / stagiaires :  
Nom : [ ] – Téléphone : [ ] – Courriel : [ ]

**LÉO** (programme de soutien psychologique) : [www.leoquebec.org](http://www.leoquebec.org)

**CNESST** – informations générales : [www.cnesst.gouv.qc.ca](http://www.cnesst.gouv.qc.ca) – 1 844 838-0808



*Page rédigée dans le cadre d'un projet réalisé grâce au soutien financier du Programme visant la lutte contre le harcèlement psychologique ou sexuel dans les milieux de travail de la Commission des normes, de l'équité, de la santé et de la sécurité du travail (CNESST).*