



LE CONDITIONNEMENT AU TRAVAIL ...pour vous aider à reprendre le travail

Travail sécuritaire NB a des physiothérapeutes et des ergothérapeutes à son service pour vous préparer à reprendre aux exigences physiques de votre emploi.

Le travail est une partie importante de la vie!

Le Programme de conditionnement au travail est conçu pour vous aider à reprendre le travail en toute sécurité, le plus rapidement possible.

En quoi consiste le programme de conditionnement au travail?

Votre physiothérapeute fera premièrement une évaluation détaillée en deux parties. Il évaluera votre blessure afin de déterminer le traitement dont vous aurez besoin et si le Programme de conditionnement au travail est approprié. Il vous posera également des questions précises à propos de votre travail et vérifiera vos capacités d'accomplir différentes tâches liées à votre emploi.

Le conditionnement au travail, c'est...

Des exercices pour améliorer vos mouvements, votre force ainsi que votre condition physique et pour vous aider à reprendre le travail en toute sécurité. Vous pourriez également vous exercer à effectuer certaines tâches de votre travail pour améliorer votre capacité à travailler.

Des renseignements pour vous aider à comprendre votre blessure et le rétablissement prévu, et à apprendre des techniques de travail sécuritaires pour éviter de subir de nouveau une blessure semblable. Le physiothérapeute vous aidera également à trouver des façons de soulager vos symptômes à la maison et au travail.



Le programme de reprise du travail vous aidera à reprendre le travail dès que vous serez prêt à accomplir certaines tâches de votre emploi pendant au moins une partie de la journée. Un ergothérapeute travaillera avec vous et votre employeur pour planifier un programme de tâches que vous pourrez effectuer en toute sécurité au travail, et pour vous faire progresser dans l'exécution de ces tâches jusqu'à ce que vous repreniez vos heures normales et exécutiez vos tâches ordinaires.

Quelles sont mes responsabilités?

- Participez pleinement au programme.
- Communiquez ouvertement avec votre physiothérapeute : qu'est-ce qui fonctionne bien; quelles sont les difficultés.
- Suivez le programme prescrit par le physiothérapeute, à la clinique et à la maison.
- Travaillez avec votre physiothérapeute pour trouver des façons de soulager vos symptômes.
- Restez en contact avec votre employeur et acceptez d'accomplir les tâches que vous pouvez faire en toute sécurité dans le cadre de votre programme de reprise du travail.

1 800 222-9775
www.travailsecuritairenb.ca



LE PROGRAMME DE
CONDITIONNEMENT AU TRAVAIL

