

Pour la famille

Un guide de ressources pour les
travailleurs gravement blessés et leur famille





Ce guide a été élaboré en collaboration avec **Au fil de la vie**, organisme sans but lucratif qui appuie les familles touchées par une tragédie du travail. Notre but est de vous fournir les renseignements et conseils pratiques dont vous et votre famille aurez besoin pendant votre rétablissement.

Le personnel de la Commission de la sécurité professionnelle et de l'assurance contre les accidents du travail (CSPAAT) se soucie de votre bien-être et de votre famille. Il est important que vous sachiez qu'il suffit d'un appel pour obtenir de l'aide et des conseils de votre agent d'indemnisation, votre infirmière gestionnaire de cas ou votre ergothérapeute.

Selon la nature de la lésion, le présent guide peut être d'abord utilisé par la famille, puis par le travailleur blessé pour obtenir des renseignements pendant son rétablissement. Nous nous sommes efforcés de fournir des renseignements utiles pour la famille et pour le travailleur blessé.

D'autres familles qui ont subi les conséquences d'une tragédie du travail ont consulté la présente brochure. Elles nous ont fourni de précieux conseils et commentaires concernant les renseignements qu'elle devrait contenir. Nous les remercions pour leur aide et leurs conseils.

La CSPAAT fait partie d'un régime provincial ontarien. Ce régime a pour but de protéger les travailleuses et travailleurs contre les lésions et maladies et de leur venir en aide si elles surviennent.

Table des matières

Commission de la sécurité professionnelle et de l'assurance contre les accidents du travail	4
Qui communiquera avec vous?	4
Comment la CSPAAT peut-elle vous aider?	5
Prestations pour perte de gains	5
Prestations de soins de santé	5
Indemnité pour perte non financière (PNF)	5
Indemnité pour perte de revenu de retraite	5
Dans quel délai pouvez-vous obtenir un soutien financier de la CSPAAT?	6
Que faire si vous vous opposez à une décision de la CSPAAT sur l'admissibilité aux prestations?	6
Qui peut vous aider à faire affaire avec la CSPAAT?	6
Conseils pour la famille	7
Y aura-t-il une enquête sur l'accident?	8
Ministère du Travail	8
Quel est le rôle du ministère du Travail en cas de lésion professionnelle grave?	8
Quand le rapport d'enquête du ministère du Travail sera-t-il disponible?	8
Si le ministère du Travail porte des accusations, serai-je informé de la date de comparution en cour?	9
La famille ou le travailleur peuvent-ils intenter des poursuites?	9
Que faire si les médias vous appellent?	9
Autres services d'aide financière	10
Lignes de renseignements du Régime de pensions du Canada	10
Prestations d'invalidité du Régime de pensions du Canada	10
Comment présenter une demande?	10
Combien d'argent pouvez-vous obtenir, vous et votre famille?	10
Faire face aux conséquences d'une lésion	11
Autres questions d'ordre pratique	11
Procurations	11
Comptes en banque, cartes de crédit et assurance	12
Résidence et autres biens personnels	12
Ressources utiles	13
Conseils à l'intention de l'aidante ou aidant	20
Organismes de soutien	21
Livres pratiques	24
En conclusion	26

Commission de la sécurité professionnelle et de l'assurance contre les accidents du travail

La Commission de la sécurité professionnelle et de l'assurance contre les accidents du travail (CSPAAT) a un programme s'adressant aux travailleurs gravement blessés, le Programme des lésions graves. Normalement, si vous avez été soigné dans un service de traumatologie, de soins aux grands brûlés ou de soins intensifs, vous êtes admissible à notre Programme des lésions graves. Le personnel de ce programme, qui a reçu une formation spécialisée et professionnelle, peut répondre à vos questions et vous aider à présenter une demande de prestations à la CSPAAT.

Qui communiquera avec vous?

La CSPAAT reconnaît qu'à la suite d'une lésion grave, vous et les membres de votre famille pouvez être consternés, dépassés par les événements et avoir besoin de soutien et d'aide pratique. Les agents d'indemnisation, les infirmières gestionnaires de cas et les ergothérapeutes peuvent vous offrir le soutien dont vous avez besoin sur les plans affectif et pratique.

Un agent d'indemnisation communiquera avec vous dans les semaines à venir. Votre agent d'indemnisation gèrera votre dossier, s'occupera de vos prestations et coordonnera les services que vous recevez de la CSPAAT.

Votre infirmière gestionnaire de cas veillera à ce que vous receviez des soins médicaux de qualité et vous aidera, vous et votre famille, à comprendre vos besoins en matière de santé.

Un ergothérapeute de la CSPAAT communiquera aussi avec vous au moment opportun pour effectuer une évaluation personnelle et domiciliaire. Les ergothérapeutes aident les personnes atteintes de déficiences causées par une maladie ou une lésion. Ils aident ces personnes à voir à leurs besoins, à retourner travailler et à reprendre leurs activités dans leur collectivité. Les ergothérapeutes de la CSPAAT s'occuperont de vous fournir tous les services dont vous pouvez avoir besoin.

REMARQUE

Aux termes de la *Loi sur la sécurité professionnelle et l'assurance contre les accidents du travail*, l'employeur doit aviser la CSPAAT dans les trois jours qui suivent le moment où il a appris qu'un travailleur a subi un accident ou contracté une maladie.

REMARQUE

La CSPAAT peut vous fournir, à vous et votre famille, des renseignements en français, en anglais et en plusieurs autres langues. Veuillez composer le 1-800-387-0080. Nous offrons aussi un service de télécommunication pour sourds au 1-800-387-0050.

Comment la CSPAAT peut-elle vous aider?

La CSPAAT offre plusieurs types de prestations aux travailleuses et travailleurs gravement blessés.

Prestations pour perte de gains

Le montant de ces prestations est calculé en fonction de 85 % des gains moyens nets du travailleur blessé, jusqu'à concurrence d'un montant maximal annuel préétabli.

Prestations de soins de santé

La CSPAAT paie la plupart des soins fournis par les professionnels de la santé pour la lésion reliée au travail. Il peut s'agir :

- des traitements fournis par des professionnels de la santé, tels les médecins, les chiropraticiens, les physiothérapeutes et les ergothérapeutes;
- de l'hospitalisation, des interventions chirurgicales et des soins d'urgence;
- des médicaments d'ordonnance;
- des prothèses, orthèses et autres accessoires ou appareils fonctionnels comme les lunettes, les béquilles et les fauteuils roulants;
- des services contractuels, tels ceux d'un auxiliaire ou d'autres mesures visant à vous aider à vivre de façon autonome;
- des frais de déplacement et d'hébergement pour des rendez-vous médicaux en raison de la lésion;
- de séances de counselling pour personnes aux prises avec une douleur ou une perte.

Indemnité pour perte non financière (PNF)

Si votre lésion professionnelle est suffisamment grave pour causer une déficience permanente, vous pourriez avoir droit à une indemnité pour perte non financière. Nous versons cette indemnité lorsque nous reconnaissons que vous avez subi, en plus de votre perte de salaire, une perte permanente sur les plans physique, fonctionnel ou psychologique. Nous effectuons une évaluation à cette fin une fois que vous vous êtes rétabli autant que possible de votre lésion.

Indemnité pour perte de revenu de retraite

L'indemnité pour perte de revenu de retraite remplace les fonds que vous auriez épargnés pour votre retraite si vous ne vous étiez pas blessé au travail. Cette indemnité s'ajoute à votre revenu de retraite. Elle ne change rien à toute autre pension de retraite que vous pouvez recevoir de votre employeur, du Régime de pensions du Canada ou de la Sécurité de la vieillesse.

Votre agent d'indemnisation peut vous fournir plus de renseignements sur les prestations et services de la CSPAAT et sur le calcul des prestations.

Dans quel délai pouvez-vous obtenir un soutien financier de la CSPAAT?

Si nous obtenons tous les renseignements nécessaires rapidement, nous commençons habituellement à verser les prestations après deux semaines. Il est important de noter que la CSPAAT ne peut verser des prestations qu'au travailleur blessé et non à un parent ou un aidant. S'il n'est pas possible de verser des paiements au travailleur, il pourrait être nécessaire de prendre des mesures pour obtenir une procuration (voir page 11).

Que faire si vous vous opposez à une décision de la CSPAAT sur l'admissibilité aux prestations?

Si vous n'êtes pas satisfait d'une décision après qu'elle vous a été clairement expliquée, vous avez le droit de la contester.

Toutes les décisions de la CSPAAT vous sont expliquées dans une lettre, qui comprend une invitation à communiquer avec votre agent d'indemnisation pour discuter de vos préoccupations et du délai à respecter pour contester la décision. Votre agent d'indemnisation est prêt à discuter avec vous des motifs de la décision.

Si vous avez des renseignements supplémentaires qui selon vous pourraient modifier la décision, assurez-vous de les transmettre à l'agent d'indemnisation.

Qui peut vous aider à faire affaire avec la CSPAAT?

Si vous êtes syndiqué, communiquez avec votre syndicat. Si vous avez besoin d'aide pour trouver votre syndicat, communiquez avec la Fédération du travail de l'Ontario.

Si vous n'êtes pas syndiqué, le Bureau des conseillers des travailleurs peut vous aider en vous fournissant des renseignements, des conseils, un représentant et des instructions sur la contestation d'une décision de la CSPAAT. Ces services confidentiels sont offerts gratuitement aux travailleurs blessés non syndiqués.

Vous trouverez ses coordonnées dans la section Ressources utiles du présent guide.

CONSEILS POUR LA FAMILLE

- Gardez les reçus de vos dépenses (hôtel, repas, stationnement). La CSPAAT pourrait vous rembourser ces frais.
- Vous pouvez vous sentir dépassé par la surabondance d'information et avoir de la difficulté à vous concentrer. Faites une liste des choses à faire. Tenez un journal pour y noter la date et l'heure de divers rendez-vous, p. ex., consultations médicales, rencontres avec un travailleur social, un représentant de la CSPAAT ou du ministère du Travail.
- N'hésitez pas à demander de l'aide. Les amis qui vous disent « Dis-moi ce que je peux faire » veulent vraiment vous aider.
- Si vous avez besoin de parler à quelqu'un mais que vous n'arrivez pas à trouver de ressources locales, appelez votre église, mosquée, synagogue, temple ou tout autre lieu de culte. Vous pourriez y trouver de l'aide. Votre médecin de famille peut aussi vous orienter vers des services offerts dans votre localité.
- Certaines églises offrent un programme d'infirmierie pastorale. Les infirmières pastorales sont des infirmières autorisées croyantes. Certaines de leurs tâches consistent à coordonner les plans de soins, à vous orienter vers les ressources communautaires et à faire des visites à la maison et à l'hôpital.
- Prenez le temps de vous détendre. Vous êtes probablement surmené, mais il est important de vous réserver des moments de détente. Créez votre propre trousse de premiers soins en établissant une liste d'activités apaisantes. Par exemple, prenez un bain chaud avec des huiles calmantes, ou prenez le temps de faire de longues promenades, de méditer ou de prier.

Y aura-t-il une enquête sur l'accident?

Si vous vous êtes gravement blessé lors d'un accident au travail, il y aura probablement une enquête.

Le ministère du Travail mène des enquêtes sur les lésions graves qui surviennent dans les lieux de travail qui relèvent de sa compétence. Les lésions graves survenues dans l'industrie de l'agriculture, dans les organismes réglementés par le gouvernement fédéral ou lors d'accidents de la circulation survenus sur une route publique ne sont habituellement pas du ressort du ministère du Travail.

Ressources humaines et Développement des compétences Canada mène des enquêtes sur les incidents graves qui surviennent dans les organismes réglementés par le gouvernement fédéral.

Selon les circonstances de l'accident, d'autres organismes peuvent mener une enquête et porter des accusations, comme la police.

Ministère du Travail

Le ministère du Travail applique la *Loi sur la santé et la sécurité au travail* (la *Loi*) et ses règlements. Le but de la *Loi* est de protéger les travailleuses et travailleurs contre les lésions et maladies professionnelles.

Quel est le rôle du ministère du Travail en cas de lésion professionnelle grave?

Aux termes de la *Loi*, l'employeur doit communiquer avec le ministère du Travail immédiatement après qu'un travailleur se blesse gravement au travail. Habituellement, une enquête commence immédiatement et peut durer jusqu'à un an.

Lorsque l'enquête est terminée, la Direction des services juridiques du ministère du Travail détermine s'il est approprié de porter des accusations contre des parties du lieu du travail, comme l'employeur, des superviseurs, des travailleurs ou d'autres parties hors du lieu de travail. Le ministère du Travail a un an à partir de la date de l'accident pour porter des accusations aux termes de la *Loi*.

Avant de porter des accusations, le ministère du Travail refuse de discuter des détails de l'enquête, sauf dans les cas où la loi le permet ou l'exige.

Quand le rapport d'enquête du ministère du Travail sera-t-il disponible?

Il est possible d'obtenir le rapport d'enquête du ministère du Travail après que la Direction des services juridiques du ministère a terminé son examen et déterminé qu'aucune accusation ne sera portée aux termes de la *Loi*. Si des accusations sont portées, le rapport d'enquête sera disponible après la fin des procédures judiciaires. Pour en obtenir un exemplaire, il faut communiquer avec le Bureau de l'accès à l'information et de la protection de la vie privée du ministère du Travail au 416-326-7786.

Si le ministère du Travail porte des accusations, serai-je informé de la date de comparution en cour?

Oui. Votre représentant du ministère vous dira quand les accusations seront portées et vous fournira le nom et le numéro de téléphone du procureur. Il vous informera aussi de la date de l'audience au tribunal.

Vous ou des membres de votre famille pouvez décider d'assister à l'audience. Cette période peut s'avérer très difficile pour la famille. Votre infirmière gestionnaire de cas de la CSPAAT peut vous aider et vous fournir un soutien pendant cette période.

La famille ou le travailleur peuvent-ils intenter des poursuites?

Non. La CSPAAT a été créée pour indemniser les travailleuses et travailleurs et leur famille en cas de lésion ou de décès professionnels. Il s'agit d'un régime sans égard à la responsabilité. Pour cette raison, ni le travailleur ni la famille ne peuvent généralement poursuivre l'employeur.

S'il existe une tierce partie, il est parfois possible d'intenter des poursuites. (Une tierce partie est une personne autre que le travailleur ou l'employeur et qui pourrait avoir causé l'accident ou y avoir contribué.)

Si l'agent d'indemnisation estime qu'une tierce partie est en cause, il vous enverra le *Formulaire d'option*. Vous devez ensuite choisir entre poursuivre la tierce partie ou réclamer des prestations à la CSPAAT. Vous devez choisir l'un ou l'autre. Veuillez en parler à votre agent d'indemnisation pour vous assurer de bien comprendre la situation avant de prendre une décision. Vous pouvez aussi, avant de prendre une décision, obtenir les conseils d'un conseiller juridique indépendant ou consulter votre représentant syndical ou un membre du Bureau des conseillers des travailleurs.

Que faire si les médias vous appellent?

Lorsqu'un accident grave survient dans un lieu de travail, les médias diffusent souvent la nouvelle. Des membres des médias pourraient communiquer avec vous, votre famille ou vos amis pour obtenir un commentaire sur ce qui est arrivé.

Les conseils suivants pourraient vous être utiles :

- Vous n'avez pas à vous adresser aux médias si vous ne le souhaitez pas. Dites-leur simplement que vous n'avez aucun commentaire.
- Si vous décidez de vous adresser aux médias, vous pouvez nommer un porte-parole. Il peut s'agir d'un membre de la famille ou d'un ami.
- Demandez toujours le nom du journaliste et le média qu'il représente. Notez son numéro de téléphone.
- Ne cédez pas à la pression. Si vous vous sentez pressé, n'hésitez pas à dire au reporter que vous n'êtes pas prêt à lui parler et que vous le rappellerez plus tard.
- Soyez ferme concernant les sujets que vous voulez aborder et ceux que vous voulez éviter. Parlez-en aux membres de votre famille et établissez clairement en famille les

renseignements qui peuvent être divulgués.

- Évitez toute supposition ou hypothèse.
- Ne répondez pas aux questions qui vous embarrassent.
- Vous pouvez établir des limites auprès des médias. Tenez-vous-en aux sujets avec lesquels vous êtes à l'aise.

Autres services d'aide financière

Prestations d'invalidité du Régime de pensions du Canada

Les prestations d'invalidité du Régime de pensions du Canada (RPC) sont offertes aux personnes qui ont cotisé à ce régime dans le cadre de leur emploi et qui, par suite d'une invalidité, sont devenues incapables d'occuper tout emploi régulier. Le but principal de ces prestations, qui sont versées chaque mois par Ressources humaines et Développement des compétences Canada, est de remplacer une portion de votre revenu d'emploi. Les enfants peuvent aussi avoir droit à des prestations si au moins l'un de leurs parents obtient des prestations d'invalidité du RPC.

Pour que vous ayez droit à ces prestations, votre invalidité doit être permanente ou de longue durée. Si vous avez droit à des prestations d'invalidité d'autres régimes, vous pourriez ne pas avoir droit aux prestations d'invalidité du RPC.

LE RÉGIME DE PENSIONS DU CANADA

Pour commander des formulaires de demande, composez les numéros sans frais ci-dessous ou visitez le site Web.

Sans frais : 1-800-277-9915 (en français)

Sans frais : 1-800-277-9914 (en anglais)

Sans frais : 1-800-255-4786 (Appareil bilingue de télécommunication pour sourds)

Site Web : www.rhdsc.gc.ca

Comment présenter une demande?

Il n'est pas possible pour le moment de remplir un formulaire d'invalidité du RPC en ligne, mais vous pouvez taper les mots-clés suivants pour trouver le formulaire en ligne : prestations d'invalidité au titre du RPC. Il faut jusqu'à trois mois pour savoir si votre demande de prestations d'invalidité a été acceptée. Vous trouverez les coordonnées dans la section Ressources utiles du présent guide (voir page 14).

Combien d'argent pouvez-vous obtenir, vous et votre famille?

Les personnes qui ont reçu des prestations d'invalidité du RPC en 2003 ont obtenu en moyenne environ 729 \$ par mois. Ces prestations comprennent un montant fixe accordé à tous, plus un montant basé sur la somme que vous avez cotisée au régime pendant votre vie professionnelle entière.

FAIRE FACE AUX CONSÉQUENCES D'UNE LÉSION

Depuis qu'un membre de votre famille a subi une lésion ou contracté une maladie, votre vie a changé. Au cours des semaines et des mois à venir, vous et votre famille devrez modifier vos habitudes. Il est normal que vous vous sentiez dépassé par les événements. Il peut vous être utile de savoir que vous n'êtes pas seul. Nous vous fournissons une longue liste d'organismes de soutien. Chacun de ces organismes est à votre disposition pour vous aider en cette période difficile. (Voir la page 20 pour obtenir les coordonnées de ces organismes.)

Autres questions d'ordre pratique

Vous devrez vous occuper de nombreux détails dans les semaines et les mois à venir. Nous avons donc préparé une liste à votre intention pour vous indiquer ce que vous pourriez devoir faire. Cette liste n'est pas complète, et ses éléments ne s'appliquent pas tous à votre situation.

Procuration

Beaucoup de gens croient que s'ils deviennent incapables de prendre des décisions personnelles par suite d'un incident, leur famille pourra prendre ces décisions en leur nom. Ce n'est pas toujours le cas. Il faut y être autorisé légalement. La procuration est un document juridique qui donne aux personnes le pouvoir requis.

Pour les décisions de nature financière, vous pouvez accorder à une personne une procuration perpétuelle relative aux biens. Il s'agit d'un document juridique, signé devant deux témoins, qui permet à une ou des personnes de prendre des décisions en votre nom concernant vos biens. Vos biens comprennent tous vos actifs et vos finances, à moins que vous ne précisiez des éléments à exclure.

Pour les décisions liées aux soins personnels, vous pouvez accorder à quelqu'un une procuration relative aux soins de la personne. Il s'agit d'un document juridique, signé devant deux témoins, qui permet à une ou des personnes de prendre des décisions en votre nom concernant vos soins personnels, comme le lieu où vous vivez ou votre alimentation.

CONSEILS POUR VOTRE FAMILLE

Pour obtenir plus de renseignements et obtenir les formulaires nécessaires, vous pouvez communiquer avec le Bureau du Tuteur et curateur public :

Téléphone : 416- 314-2800

Sans frais : 1-800-366-0335

Site Web : www.attorneygeneral.jus.gov.on.ca/french/family/pgt/

Les personnes désignées dans la procuration sont vos « procureures ou procureurs ». (Ne confondez pas avec « procureur » au sens d'avocat. Votre procureur est simplement une personne qui a l'autorité légale de prendre des décisions en votre nom.)

Vous ne le savez peut-être pas, mais votre testament ne suffit pas à nommer un procureur, même si vous y avez nommé des exécuteurs testamentaires. Le testament ne porte que sur les décisions à prendre après votre décès. Pour permettre à une personne de prendre des décisions en votre nom de votre vivant, vous devez établir une procuration.

De la même façon, une procuration de la banque vous permet de nommer une personne pour gérer vos éléments d'actif, mais seulement pour les éléments qui se trouvent à cette banque. Pour gérer tous vos éléments d'actif, vous devriez envisager d'établir une procuration perpétuelle relative aux biens.

Même s'il est très important d'envisager de nommer un procureur, vous n'êtes pas obligé de le faire, et personne ne peut vous y forcer. Mais n'oubliez pas que si vous ne le faites pas, le tribunal pourrait devoir nommer quelqu'un officiellement pour agir en votre nom, si les décisions à prendre portent sur autre chose que vos soins médicaux.

Comptes en banque, cartes de crédit et assurance

- Vous ou un membre de votre famille pourriez vouloir rencontrer le directeur de votre banque.
- Vérifiez tous les retraits automatiques effectués à la banque.
- Vérifiez si l'on a souscrit une assurance-invalidité pour payer une hypothèque ou vos cartes de crédit ou encore rembourser vos prêts.
- Vous pourriez avoir besoin de votre déclaration de revenus pour l'année précédente. Elle pourrait servir à déterminer le montant auquel vous avez droit dans le cadre de plusieurs régimes de pension.

Résidence et autres biens personnels

- Obtenez les titres de propriété de l'hypothèque, des obligations, des obligations non garanties et de tout autre certificat de placement.
- Déterminez vos éléments d'actif et de passif. Communiquez avec les compagnies d'assurance, les courtiers, les employeurs et les établissements financiers.

Ressources utiles

ARCH Disability Law Centre

Centre d'information juridique pour personnes handicapées. Il s'agit d'un bureau d'aide juridique spécialisé qui a pour but de défendre et de promouvoir les droits des personnes handicapées. Le site Web d'ARCH comprend une longue liste d'organismes d'aide aux personnes handicapées pouvant leur offrir un appui et des renseignements.

425, rue Bloor Est, bureau 110
Toronto, Ontario M4W 3R5

☎ Tél. : 416-482-8255

☎ Sans frais : 866-482-2724

☎ Appareil de télécommunication pour sourds (ATS) : 416-482-1254

☎ ATS sans frais : 866-482-2728

Site Web : www.archlegalclinic.ca (en anglais seulement)

Répertoire d'accès facile de l'Ontario - Guide des services et programmes du gouvernement de l'Ontario pour les personnes handicapées

Ces importants programmes et services améliorent la vie des Ontariennes et Ontariens handicapés et des personnes qui leur viennent en aide.

☎ Sans frais : 1-888-520-5828; 416-326-0207

☎ Appareil de télécommunication pour sourds : 1-888-335-6611; 416-326-0148

Site Web : www.equalopportunity.on.ca

Prestations du Canada

Le site Web Prestations du Canada fournit des renseignements sur les prestations financières versées, aux niveaux fédéral, provincial et territorial, aux personnes handicapées et d'autres personnes.

☎ Sans frais : 1-800-622-6232

☎ Appareil de télécommunication pour sourds : 1-800-926-9105

Site Web : www.canadabenefits.gc.ca

Société canadienne d'hypothèques et de logement

La SCHL aide les Canadiens à vivre en santé dans des logements sécuritaires. Elle offre la plus importante source d'information au Canada sur les maisons et les logements. Visitez son site Web pour consulter ses renseignements à l'intention des personnes atteintes d'invalidité.

☎ Tél. : 416-221-2642 (Toronto)

☎ Appareil de télécommunication pour sourds : 1-800-309-3388

Consultez le bottin téléphonique local pour trouver le bureau le plus près de chez vous.

Site Web : www.cmhc-schl.gc.ca

Régime de pensions du Canada

Pour commander des formulaires de demande, composez les numéros sans frais ci-dessous ou visitez le site Web.

C.P. 5100, Succ. D
Scarborough Ontario M1R 5C8

☎ Sans frais (services en français) : 1-800-277-9915

☎ Sans frais (services en anglais) : 1-800-277-9914

☎ Services bilingues sans frais d'appareils de télécommunication pour sourds (ATS) :
1-800-255-4786

Site Web : www.rhdsc.gc.ca/fr/psr/rpc/rpctabmat.shtml

Agence du revenu du Canada (ARC)

Ce site Web fournit un accès facile à des publications et formulaires sur l'impôt à l'intention des personnes handicapées. Pour trouver le bureau de l'ARC le plus près de chez vous, composez le numéro sans frais ci-dessous ou visitez le site Web de l'ARC.

☎ Sans frais : 1-800-959-8281

Site Web : www.ccra-adrc.gc.ca

Centre d'accès aux soins communautaires

Ce centre, qui possède des bureaux dans tout l'Ontario, offre un certain nombre de services sur place, dont l'évaluation et l'offre de soins personnels.

Pour trouver le bureau le plus près de chez vous, consultez votre bottin téléphonique local.

☎ Site Web : www.oaccac.on.ca (en anglais seulement)

Prestations de soignant

Vous pouvez maintenant obtenir des prestations de soignant si vous devez vous absenter du travail pour fournir des soins ou un soutien à un membre de la famille gravement malade et risquant de mourir dans les 26 semaines à venir. Ces prestations peuvent durer jusqu'à six semaines. Veuillez noter que les anciens combattants peuvent recevoir des prestations pendant plus de six semaines (pour un conjoint ou un membre de la famille qui s'occupe d'eux) d'Anciens combattants des Forces canadiennes.

☎ Sans frais : 1-800-206-7218

Site Web : www.dsc.gc.ca/fr/ae/genres/prestations_compassion.shtml

Personnes handicapées en direct

Personnes handicapées en direct fournit un accès centralisé aux programmes et services des gouvernements fédéral, provinciaux et territoriaux concernant l'accessibilité, l'éducation, l'emploi, le soutien financier, la santé, le logement et les services résidentiels, le soutien personnel, les droits, les programmes d'impôt et le transport.

Site Web : www.ph-endirect.ca

Commission des pratiques équitables

La Commission des pratiques équitables peut vous fournir des renseignements en français ou en anglais sur des questions liées à la CSPAAT.

123, rue Front Ouest
Toronto (Ontario) M5J 2M2

☎ Tél. : 416-603-3010

☎ Sans frais : 1-866-258-4383

☎ Appareil de télécommunication pour sourds : 416-603-3022

☎ ATS sans frais : 1-866-680-2035

Télééc. : 416-603-3021

Télééc. sans frais : 1-866-545-5357

Site Web : www.fairpractices.on.ca/index.html (en anglais seulement)

Industrial Accident Victims Group of Ontario

Fournit des conseils et un service de représentation aux travailleuses et travailleurs blessés sur tout ce qui porte sur l'indemnisation. Cet organisme s'efforce aussi de protéger globalement le bien-être juridique des travailleuses et travailleurs blessés de l'Ontario.

489, rue College, bureau 203
Toronto (Ontario) M6G 1A5

☎ Tél. : 416-924-6477

☎ Sans frais : 1-877-230-6311

Site Web : www.iavgo.org

Consultants auprès des travailleurs blessés

Organisme communautaire indépendant fournissant gratuitement des services d'aide juridique aux travailleurs qui ont droit à des prestations.

815, avenue Danforth, bureau 411
Toronto ON M4J 1L2

☎ Tél. : 416-461-2411

Site Web : www.injuredworkersonline.org (en anglais seulement)

Injured Worker Outreach Services

Cet organisme est constitué de groupes communautaires indépendants qui offrent des services de soutien aux travailleurs blessés partout en Ontario et représentent une source additionnelle de services d'aide. Ces services peuvent comprendre des conseils généraux et des renseignements sur la façon de remplir les demandes de prestations, des services d'éducation sur les politiques et les procédures de la CSPAAT, un réseau d'entraide pour les travailleurs et leur famille et des services d'orientation des travailleurs blessés vers des organismes spécialisés pour qu'ils puissent être représentés.

☎ Tél. : 416-344-4763

Barreau du Haut-Canada

Le Barreau du Haut-Canada offre des services publics. Le service d'assistance des avocats oriente les personnes vers des avocats locaux spécialisés dans le champ approprié. Il offre aussi en ligne un répertoire des avocats membres, comprenant leurs coordonnées.

Osgoode Hall
130, rue Queen Ouest
Toronto (Ontario) M5H 2N6

☎ Tél. : 416-947-3300

☎ Sans frais : 1-800-668-7380

Site Web : www.lsuc.on.ca

Aide juridique Ontario

L'aide juridique est offerte aux personnes à faible revenu aux prises avec divers problèmes juridiques, dont le soutien aux personnes handicapées et le versement de prestations familiales.

375, avenue University, bureau 404
Toronto (Ontario) M5G 2G1

☎ Tél. : 416-979-1446

☎ Sans frais : 1-800-668-8258

Site Web : www.legalaid.on.ca

Ministère de la Santé et des Soins de longue durée, gouvernement de l'Ontario

Le ministère de la Santé et des Soins de longue durée est chargé de l'administration et de la prestation des soins de santé en Ontario.

☎ Tél. : 416-314-5518

☎ Sans frais : 1-800-268-1154

☎ Appareil de télécommunication pour sourds : 1-800-387-5559

Site Web : www.health.gov.on.ca/indexf.html

Ministère du Travail, gouvernement de l'Ontario

Le ministère du Travail mène des enquêtes sur toutes les lésions graves qui surviennent dans les lieux de travail. Consultez les pages bleues du gouvernement provincial dans votre annuaire téléphonique pour obtenir le numéro du bureau le plus près de chez vous.

Site Web : www.labour.gov.on.ca

Bureau du Tuteur et curateur public de l'Ontario (procuration)

Le Bureau du Tuteur et curateur public de l'Ontario fait partie des Services d'aide juridique en matière familiale du Procureur général de l'Ontario. C'est le Bureau du Tuteur et curateur public qui intervient lorsqu'une procuration est requise.

Services de tutelle aux biens
595, rue Bay, bureau 800
Toronto (Ontario) M5G 2M6

☎ Tél. : 416-314-2800

☎ Sans frais : 1-800-366-0335

Télé. du bureau administratif : 416-326-1366

Télé. du service à la clientèle : 416-314-2619

Site Web : www.attorneygeneral.jus.gov.on.ca/french/family/pgt/

Bureau des conseillers des travailleurs (BCT), gouvernement de l'Ontario

Le Bureau des conseillers des travailleurs peut vous aider en vous fournissant des renseignements et des conseils sur la contestation d'une décision de la CSPAAT. Ces services confidentiels sont offerts gratuitement aux travailleuses et travailleurs non syndiqués. Vous pouvez obtenir du BCT les services suivants :

- des conseils et les services d'un représentant aux premiers stades du processus de résolution des différends ou des contestations;
- des conseils, des documents écrits et des services éducatifs concernant la CSPAAT et ses prestations;
- une orientation vers des ressources communautaires.

☎ Sans frais (services en français) : 1-800-661-6365

☎ Sans frais (services en anglais) : 1-800-435-8980

☎ Appareil de télécommunication pour sourds : 1-866-445-3092

Site Web : www.owa.on.ca

Ombudsman Ontario

Le rôle de l'ombudsman consiste à examiner les plaintes concernant les organismes du gouvernement provincial. Si vous croyez qu'un organisme relevant du gouvernement provincial vous a traité de façon injuste, illégale, déraisonnable, erronée ou inadmissible, vous devriez déposer une plainte auprès de l'ombudsman.

☎ Sans frais : 1-800-263-1830

☎ Appareil de télécommunication pour sourds : 1-866-411-4211

Site Web : www.ombudsman.on.ca

Programme ontarien de soutien aux personnes handicapées

Ce programme, offert par le gouvernement de l'Ontario, a été conçu pour répondre aux besoins particuliers des personnes handicapées qui vivent dans la pauvreté ou qui veulent travailler et ont besoin d'aide, ainsi que leur famille. Ce programme comprend deux parties :

- soutien du revenu
- soutien de l'emploi

Pour bénéficier de ce programme ou obtenir plus de renseignements, communiquez avec votre bureau local du Programme de soutien aux personnes handicapées. Si vous avez besoin d'argent immédiatement, vous devriez obtenir le numéro de téléphone de votre bureau local d'Ontario au travail.

Ministère des Services sociaux et communautaires

Veillez consulter le site web pour obtenir les numéros de téléphone des bureaux régionaux.

Site Web : www.mcscs.gov.on.ca

Fédération du travail de l'Ontario

Si vous avez besoin d'aide pour trouver votre syndicat, communiquez avec la Fédération du travail de l'Ontario. Elle fait la promotion des droits des personnes handicapées et tente d'améliorer les régimes d'indemnisation et la santé et la sécurité en Ontario.

Elle maintient aussi une équipe d'intervention d'invalidité professionnelle dans toute la province. Cette équipe fournit une formation, des conseils et des renseignements détaillés concernant l'assurance contre les accidents du travail, le retour au travail et les questions de prévention de l'invalidité.

☎ Tél. : 416-441-2731

☎ Sans frais : 1-800-668-9138

☎ Appareil de télécommunication pour sourds : 416-443-6305

Site Web : www.ofl.ca (en anglais seulement)

Ontario Network of Injured Workers' Groups (ONIWG)

L'Ontario Network of Injured Workers' Groups est un organisme provincial qui représente les groupes de soutien des travailleuses et travailleurs blessés de l'Ontario. Ses membres sont des organismes de travailleurs blessés de l'Ontario. Il s'agit d'un organisme démocratique, dont les groupes sont actifs dans tout l'Ontario, de Kenora à Cornwall et de Timmins à Windsor. L'Ontario Network of Injured Workers' Groups est membre de l'Alliance canadienne des victimes d'accidents et de maladies du travail.

905, rue Main Est
Hamilton (Ontario) L8M 1M6

☎ Tél. : 905-543-9090

Courriel : oniwig@sympatico.ca

Personnes handicapées

Ce site Web fournit des liens à des renseignements sur les initiatives du gouvernement du Canada et ses partenaires pour aider les personnes handicapées. Il comprend des liens au Bureau de la condition des personnes handicapées et le Fonds d'intégration pour les personnes handicapées.

Site Web : www.dsc.gc.ca/fr/passerelles/particuliers/auditoires/ph.shtml

Commission de la sécurité professionnelle et de l'assurance contre les accidents du travail (CSPAAT)

La CSPAAT offre des prestations et services aux travailleuses et travailleurs qui ont subi une lésion au travail. Le Programme des maladies professionnelles et des prestations de survivant vous apportera son appui et son aide.

☎ Tél. : 416-344-1000

☎ Sans frais : 1-800-387-5540

☎ Appareil de télécommunication pour sourds : 1-800-387-0050

Télec. : 416-344-4684

Télec. sans frais : 1-800-313-7373

Site Web : www.wsib.on.ca e-mail: wsibcomm@wsib.on.ca

Conseils à l'intention de l'aidante ou aidant

Prendre soin d'un ami ou d'un membre de la famille peut s'avérer très épuisant par moments. Vous devez lui fournir des soins physiques tout en vous adaptant aux changements survenus et en ressentant une foule d'émotions. Chaque changement peut vous donner un sentiment de perte. Ressentir ces émotions et prendre soin de votre ami ou membre de la famille peut représenter un défi.

Parlez de ce que vous ressentez

De bons amis, des fournisseurs de soins religieux ou spirituels ou des membres de la famille peuvent vous offrir leur appui. Communiquez avec les autres. Cela réduira votre sentiment d'isolement.

Participez à un groupe de soutien

Les groupes de soutien fournissent aux aidants l'occasion d'échanger avec d'autres aidants et d'apprendre les uns des autres. Si vos responsabilités d'aidante ou d'aidant ne vous en laissent pas le temps, vous pouvez vous joindre à un groupe pour discuter par téléphone ou Internet. Les organismes locaux ont souvent des groupes de soutien auxquels vous pouvez participer en personne (voir page 15).

Écrivez ce que vous ressentez

Pour les personnes qui aiment écrire, ce peut être un moyen merveilleux d'exprimer votre chagrin et votre sentiment de perte. Peu important les fautes ou ce que vous écrivez : ce qui compte, c'est le processus d'inscrire vos sentiments sur papier. Le résultat final n'a aucune importance.

Lisez un livre d'aide sur la façon de traverser une épreuve.

Il y a plusieurs livres qui s'adressent aux aidants et aux personnes qui ont vécu un traumatisme (voir page 17).

Consacrez-vous du temps

Faites ce qui vous convient. Pour certains, il peut s'agir de passer du temps avec des amis ou des membres de la famille, ou encore de participer à un groupe. D'autres peuvent avoir besoin d'être seuls. D'autres ont besoin de jardiner, planter un arbre ou faire une promenade.

Obtenez de l'aide si vous en avez besoin

Subir des changements ou une perte peut causer une douleur, et vous pouvez avoir besoin d'aide pour y faire face. Vous pouvez aussi avoir besoin d'aide pour effectuer vos tâches d'aidante ou aidant. Des membres de la famille ou des amis peuvent vous aider. Les organismes communautaires peuvent aussi vous apporter une aide précieuse sur plusieurs plans.

Organismes de soutien

Accessibilité Ontario

Ce site Web a pour but de fournir des renseignements, des ressources utiles, de meilleures pratiques et une motivation aux organismes, communautés et personnes intéressées à collaborer pour faire de l'Ontario une province plus englobante et accessible à tous.

Site Web : www.mcass.gov.on.ca

L'Association canadienne des centres de vie autonome


Elle offre des renseignements sur les programmes, les ressources et les lieux des centres de vie autonome du Canada.

Site Web : www.cailc.ca

Canadian Abilities Foundation (Enablelink)

Cette fondation a pour mission de fournir des renseignements, de la motivation et des possibilités aux personnes atteintes d'invalidité. Elle offre un site Web interactif qui fournit une multitude de renseignements aux personnes atteintes d'invalidité ainsi qu'un groupe de discussion où afficher des messages et participer à des discussions en ligne.

340, rue College, bureau 401
Toronto (Ontario) M5T 3A9

 Tél. : 416-923-1885

Télééc. : 416-923-9829


Site Web : www.enablelink.org (en anglais seulement)


Courriel : info@enablelink.org

L'Institut national canadien pour les aveugles (INCA)

Il a pour but d'aider les personnes aveugles, atteintes d'une déficience visuelle ou sourdes et aveugles à trouver des moyens de mener une vie autonome tout en s'intégrant à la vie sociale.

1929, av. Bayview
Toronto (Ontario) M4G 3E8

 Tél. : 416-486-2500

 Appareil de télécommunication pour sourds : 416-480-8645

Télééc. : 416-480-7677

Site Web : www.cnib.ca

Association canadienne des paraplégiques (ACP)

Cet organisme aide les personnes atteintes de lésions à la moelle épinière et d'autres types d'invalidité à devenir autonomes et à participer pleinement à la société. Elle offre aussi un programme de soutien des pairs.

520, promenade Sutherland
Toronto (Ontario) M4G 3V9

☎ Tél. : 416-422-5644

☎ Sans frais : 1-877-422-1112

Télec. : 416-422-5943

Site Web : www.canparaplegic.org/fr

Ontario Ontario Brain Injury Association (OBIA)

Cet organisme a pour mission, grâce à ses services d'éducation, de sensibilisation et de soutien, d'améliorer la vie des Ontariens atteints d'une lésion cérébrale acquise.

C.P. 2338
St. Catharines (Ontario) L2R 7R9

☎ Tél. : 905-641-8877

Site Web : www.obia.on.ca (en anglais seulement)

Ontario distress centres

Ce site Web fournit les numéros de téléphone des centres de détresse communautaires. Ces centres ont des bénévoles qui fournissent un service de soutien et d'intervention en situation de crise.

Site Web : www.dcontario.org/centres.htm (en anglais seulement)

Association de psychologie de l'Ontario

Cet organisme offre un service d'orientation gratuit et confidentiel pour vous aider à trouver un psychologue dans votre région. Il fournit sur son site Web de l'information sur les services offerts et les langues dans lesquelles ils le sont.

☎ Tél. : 416-961-5552

☎ Sans frais : 1-800-268-0069

Site Web : www.psych.on.ca (en anglais seulement)

Au fil de la vie

Au fil de la vie est un organisme sans but lucratif qui appuie les familles touchées par une tragédie du travail. Au fil de la vie fournit à ceux et celles qui subissent les conséquences d'une lésion grave un réseau d'entraide et une orientation vers des services de soutien professionnel. Il sensibilise aussi le public à la responsabilisation en matière de santé et sécurité au travail.

☎ Tél. : 519-685-4276

☎ Tél. : 905-387-1894

☎ Sans frais : 1-888-567-9490

Courriel : info@threadsoflife.ca

Site Web : www.threadsoflife.ca (en anglais seulement)

Amputés de guerre du Canada

Cet organisme fournit aux personnes ayant subi une amputation des services de counselling et des conseils pratiques contribuant à l'autonomie.

☎ Sans frais : 1-800-465-2677

Télec. sans frais : 1-866-235-0350

Site Web : www.waramps.ca

Livres pratiques

De nombreux livres portent sur les épreuves et les changements soudains dans la vie. Voici une liste de livres qui offrent une aide précieuse. Vous pouvez trouver ces livres à une librairie de langue française.

Aider sans nuire: de la victimisation à la coopération

Suzanne Lamarre, éd. Lescop Marguerite

Ce livre s'adresse à toute personne appelée à intervenir dans une situation d'urgence ou dont un proche est en difficulté.

Revivre après l'épreuve

Bob Deits, éd. Québecor

L'approche positive et sensible de ce livre sera utile à tous ceux qui cherchent à se remettre d'une perte douloureuse ou d'un grand changement de vie, qu'il s'agisse de la mort d'un être cher, d'un divorce, d'une perte d'un emploi, de la retraite, d'une chirurgie majeure ou du début d'une maladie chronique.

Se relever d'un traumatisme

Pascale Brillon, éd. Québecor

Cet ouvrage se veut un guide d'accompagnement pour vous permettre de mieux comprendre ce qui vous arrive et vous orienter dans votre rétablissement post-traumatique. Il passe en revue toutes les étapes du processus, du choc de l'événement au rétablissement, en passant par les symptômes et les émotions.

Le déclic

Marie Lise Labonté, éd. de l'Homme

Ce livre décrit le moment de grâce qui s'opère chez une personne et qui lui permet de passer de la destruction à la construction. On y donne des clés pour désamorcer les attitudes destructives et suivre la voie de la guérison.

Le pouvoir de la résilience – Mieux traverser les épreuves de la vie

Dr Robert Brooks et Dr Sam Goldstein, éd. de l'Homme

Quels facteurs aident certains adultes à remonter la pente tandis que d'autres sombrent dans le désespoir ? Dans cet ouvrage, deux experts explorent la notion de résilience tout en expliquant comment nous pouvons l'acquérir et la développer.

Naître ou devenir handicapé

Charles Gardou, éd. Érès

Les personnes handicapées semblent avoir basculé dans une autre dimension, pourquoi ? L'auteur décrit leurs espoirs, leurs difficultés spécifiques, leurs attentes, leurs déceptions et leurs révoltes et leur laisse la parole.

Vivre auprès d'un proche très malade

Dr Christophe Fauré, éd. Albin Michel

Un livre qui éclairera tous les gens qui ont à vivre auprès d'une personne malade; adultes, enfants, soignants naturels ou professionnels.

En conclusion

Votre rétablissement doit être axé sur l'aspect physique d'abord, puis, le moment venu, sur l'aspect professionnel. Cependant, on oublie trop souvent le besoin de se rétablir sur le plan psychologique. Vous êtes peut-être atteint d'un certain handicap en raison de vos lésions, et l'accident vous a probablement donné le sentiment que vous n'avez plus de pouvoir sur votre vie. Vous devrez utiliser toutes les ressources disponibles pour faciliter votre rétablissement sur tous les plans. Il est essentiel que vous preniez en main le processus de guérison sur les plans physique, professionnel, social et psychologique.

N'hésitez pas à prendre des décisions concernant votre état. Planifiez vos journées dans la mesure de vos capacités. Vous pourrez ainsi constater que vous pouvez mener votre vie. N'oubliez pas que l'incident destructif qui a si profondément bouleversé votre vie survient rarement. Vous avez toujours la possibilité de faire des choix et de prendre des décisions concernant votre qualité de vie.

Pour réduire les effets de vos limitations actuelles, vous pouvez vous concentrer sur un loisir afin de privilégier vos possibilités créatrices plutôt que votre invalidité. Les loisirs sont un antidote constructif à la monotonie et l'ennui.

Il y aura de nombreux moments d'intense tristesse, de colère et de frustration. Prenez soin de vous, de votre corps et de votre âme malades. Consacrez-vous aux efforts que vous entreprendrez chaque jour, petits ou grands, nombreux ou rares, qui vous orienteront vers le rétablissement.

LA PERSONNE BLESSÉE ET L'AIDANTE OU AIDANT

Les personnes qui échangent en profondeur sur leurs expériences et leurs sentiments peuvent développer un lien très profond qui leur donne une nouvelle énergie.

Il est important d'entretenir avec la personne aimée un contact franc, respectueux et sincère. Cela vous permettra d'explorer ensemble librement vos nouvelles vies, car vous serez libres de vous épauler l'un l'autre à des moments d'apparente faiblesse ou d'échanger et vous réjouir ensemble de votre force renouvelée.

Se rétablir d'une lésion grave prend beaucoup de temps et de force. Vous vous concentrez intensément sur les soins à fournir à l'être aimé. Ces efforts exigent toute votre attention et s'avèrent intenses sur les plans physique, spirituel et affectif.

Négliger de prendre soin de vous-même serait nuisible pour vous et pour l'être aimé. En fait, il est essentiel que vous preniez soin de vous-même. Tenez-en compte et planifiez vos moments personnels. Faites une liste d'activités qui vous donnent de l'énergie et vous permettent de vous ressourcer. Vous découvrirez qu'en prenant bien soin de vous, vous serez mieux en mesure d'aider l'être aimé.

