

Les facteurs de prévention des biorisques

- Respecter l'**espace de production** des signes ;
- Exécuter les mouvements en **douceur et en rondeur** ;
- Maintenir la **position neutre** du poignet ;
- Réaliser des **économies de mouvements** en l'utilisant des stratégies adéquates en interprétation ;
- Faire des **micropauses** du début à la fin des périodes d'interprétation ;
- Utiliser une **chaise adéquate**, si possible ergonomique, pour une posture optimale ;
- **Varié la posture** assise ou alterner entre les positions assise et debout ;
- **Se préparer** adéquatement ;
- S'assurer d'avoir des **pauses** et sensibiliser les professeurs aux besoins de l'interprète ;
- Utiliser des techniques de **gestion du stress** et d'interprétation appropriées ;
- Faire une bonne **préparation physique** (échauffement avant et étirements après) ;

La prévention des TMS au cégep du Vieux Montréal

- Formation des interprètes sur les risques biomécaniques et les stratégies d'interprétation et formation sur la gestion du stress ;
- Retour progressif au travail après un arrêt de travail.

Liens utiles

- IRSST : Suivi de deux interventions visant la prévention des troubles musculo-squelettiques aux membres supérieurs en milieu de travail : www.irsst.qc.ca/fr/_publicationirsst_100055.html
- Ryarson : Occupational Health and Safety for Sign Language Interpreters : www.ryerson.ca/woodcock/ohsforsli/

Comité santé et sécurité des interprètes du cégep du Vieux Montréal

Julie Boucher, conseillère pédagogique

514 982-3437 # 7175

julieboucher@cvm.qc.ca



LE TRAVAIL DE L'INTERPRÈTE

EN LANGUE DES SIGNES ET EN MODE ORAL
DANS LES CÉGEPs ET LES UNIVERSITÉS





La fonction de l'interprète

Un interprète traduit **en simultané** les échanges, tant entre le professeur et les étudiants d'une classe pour le bénéfice d'un étudiant sourd ou malentendant, que les interventions de cet étudiant pour le bénéfice de la classe. Dépendant du mode d'interprétation demandé par l'étudiant, l'interprète utilise la langue des signes québécoise (LSQ)¹, le pidgin² ou le mode oral³. Pour voir les mouvements d'un interprète LSQ-français en fonction, suivez le lien : www.cvm.qc.ca/descriptionaide

La charge physique et la charge cognitive

- Les interprètes qui travaillent en LSQ ou en pidgin utilisent **en continu** leurs membres supérieurs. Les interprètes qui travaillent en mode oral sont contraints à ne pas bouger la tête et à articuler de façon plus soutenue. Les mâchoires sont davantage sollicitées.
- Dans tous les modes, les interprètes fournissent un **effort d'attention** soutenu pour écouter, comprendre et réexprimer le message. En interprétation LSQ, l'effort de traduction d'une langue à l'autre constitue une charge cognitive supplémentaire.



Des exemples de conditions pouvant alourdir la tâche de l'interprète

Contenu complexe ou inconnu à interpréter ; le débit ou l'accent étranger du professeur ; les caractéristiques du mode employé et sa maîtrise par l'interprète ; la dynamique dans la classe ; le matériel de préparation non disponible ou incomplet ; le manque de pauses.

Les risques biomécaniques

La plupart des risques proviennent d'une **déviat ion excessive de la position neutre du corps**. Des inconforts peuvent aussi apparaître à cause de la compression des tissus ou d'une posture statique soutenue, et ce, dans un contexte de mouvements répétitifs des membres supérieurs.

¹ Outre son aspect visuel et le fait qu'elle se produise principalement avec les mains et l'expression du visage, la LSQ est une langue à part entière dont la grammaire et la syntaxe sont différentes du français.

² Le pidgin est un mélange de deux langues. Dans ce cas, les signes de la LSQ suivent la syntaxe du français.

³ Les personnes sourdes ou malentendantes qui utilisent le mode oral maîtrisent la lecture labiale. Certaines d'entre elles demandent que cette lecture labiale soit soutenue par des gestes naturels ou des signes de la LSQ.

Les lieux de blessures répertoriés par l'Institut de recherche Arthur Sauvé en santé et en sécurité (IRSST) :

Proportion en % des interprètes du cégep du Vieux Montréal ayant ressenti des douleurs musculo-squelettiques « assez souvent ou tout le temps » au cours des 12 derniers mois **comparée** aux données recueillies pour la population québécoise :

	Interprètes employés au cégep du Vieux Montréal * N = 112	Population québécoise 1998 ** N = 20 773
Cou	40 %	14,4 %
Épaules	32,3 %	13 %
Avant-bras, poignets ou mains	29,4 %	7,9 %
Haut du dos	21,5%	14,2 %
Bas du dos	25,1	24,5 %

* Questionnaires de l'IRSST en 2000, 2001, 2002, 2003

** Source: Institut de la statistique du Québec: Enquête sociale et de santé 1998

Les conditions générales de l'exercice de son travail dans les cégeps et universités

- Un interprète ayant un poste régulier a une semaine de 35 heures dont **24h par semaine d'interprétation** comme telle dans les cégeps ou 21h dans universités ; **7 h maximum / jour** ;
- Les temps de préparation ou de déplacement entre établissements sont inclus dans la semaine de travail ;
- L'horaire et la charge de travail **varient chaque jour** ;
- Un horaire régulier de travail peut comporter différents étudiants ayant des modes d'interprétation différents fréquentant différents établissements ;
- Un **temps de pause** arrive généralement après 1h ou 1h30 d'interprétation en classe ;
- Dans les universités et dans certains cours au cégep, l'interprète peut faire équipe avec un collègue interprète qui le relaie aux 20 minutes.

Des conditions particulières peuvent exister pour chaque interprète.

