



Bulletin des membres



SERVICES À DOMICILE DES ETCEMINS

AVRIL 2024

Ce que vous devez savoir à propos de votre facture

Saviez-vous que vous pouvez demander à recevoir votre facture par courriel?

Par soucis de protection de l'environnement, nous vous suggérons fortement de privilégier la réception de vos factures par courriel.

Si vous souhaitez vous inscrire à la réception de factures par courriel, contactez-nous au 418-625-4500 ou envoyez-nous un courriel à cet effet au info@cssdetch.com

Modes de paiement

Nous offrons plusieurs options pour effectuer vos paiements:

- Argent ou chèque (à nos bureaux ou par la poste);
- Adhésion au prélèvement bancaire préautorisé;
- Virement bancaire.



Site Web :

www.cssdetchemins.com

Prenez note de nos nouvelles adresses courriels:

Réception : info@cssdetch.com
Nathalie Brochu : nathalieb@cssdetch.com
Véronique Breton : veroniqueb@cssdetch.com
Kathy Audet : kathya@cssdetch.com
Mélanie Gagnon : melanieg@cssdetch.com



SUIVEZ-NOUS SUR :



Capsule du comité SST



Nous demandons aux usagers de ne pas demander à leur préposée de soulever des charges trop lourds afin de les protéger et d'éviter les blessures. (Exemple : bouteille 18 litres d'eau. sacs d'épicerie trop lourds à déplacer sur un longue distance, etc.)

Quelques chiffres

La manutention des charges lourdes représente une tâche très à risque de troubles musculosquelettiques (TMS). Selon les statistiques de la CNESST :

56% *des TMS indemnisés sont liés à la manutention.*

Durée d'absence moyenne du travail pour ces TMS **88 jours**

Vinaigrette à l'érable

Ingrédients

- 2 c. à soupe de moutarde de Dijon
- 2 c. à soupe de vinaigre de vin ou de jus de citron
- 4 c. à soupe d'huile d'olive
- 1 c. à soupe de sirop d'érable (de préférence ambré pour son goût riche)
- 2 c. à soupe de ciboulette ou de fines herbes (facultatif)

Préparation

1. Dans un bol, mélanger 2 c. à soupe de moutarde de Dijon et 2 c. à soupe de vinaigre de vin ou de jus de citron.
2. Assaisonner au goût
3. À l'aide d'une fourchette, fouetter la vinaigrette en ajoutant 4 c. à soupe d'huile d'olive et 1 c. à soupe de sirop d'érable.
4. Ajuster l'assaisonnement au besoin et ajouter 2 c. à soupe de ciboulette ou de fines herbes (facultatif).

