

---

## Libération Rappel sur les modalités Activités du PSME et du Centre sportif

---

Le Collège permet une libération aux employés qui participent à certaines activités du PSME ou du Centre sportif du Collège, incluant la salle de musculation. Cette mesure facilitante poursuit deux principaux objectifs, soit de faciliter la transition entre l'activité et le travail (exemple : se changer, manger) et d'accroître la participation des employés aux activités qui sont proposées. Ainsi, le Collège encourage les pratiques favorisant la santé et le mieux-être en milieu de travail.

Les activités éligibles à la libération sont identifiées dans la [programmation des activités](#) dans intranet:

### **Principes directeurs :**

- 1) Cette mesure s'applique à une activité identifiée préalablement, ayant lieu au Collège et durant les heures normales de travail ;
- 2) **Chaque libération est conditionnelle à l'approbation du supérieur immédiat ;**
- 3) Une libération est d'une période de trente (30) minutes maximum. Le temps de libération peut être utilisé et fractionné avant et après l'activité ;
- 4) Une libération de trente (30) minutes peut être utilisée trois (3) fois par semaine, chacune durant une journée différente. Les périodes de libérations ne peuvent donc pas être jumelées et utilisées en même temps ;
- 5) La répartition des périodes de libération se fait comme suit selon l'horaire de travail :
  - a. Horaire de 5 jours par semaine : 3 périodes
  - b. Horaire de 3 ou 4 jours par semaine : 2 périodes
  - c. Horaire de 1 ou 2 jours par semaine : 1 période
- 6) Cette mesure ne peut engendrer des heures supplémentaires dans des conditions normales de travail ;
- 7) Cette mesure vise les employés participant à une activité physique et/ou une activité aquatique, incluant l'utilisation de la salle de musculation.

### **Responsabilités :**

L'employé est responsable :

- d'utiliser cette libération strictement pour les activités identifiées dans la programmation des activités ;
- d'obtenir, préalablement à son inscription, l'autorisation auprès de son supérieur immédiat s'il souhaite se prévaloir d'une libération ;
- de procéder comme suit, selon le cas, pour enregistrer ses moments de libération :
  - a. de signifier sa présence auprès de la personne responsable de l'activité du PSME et/ou du Centre sportif ;
  - b. d'utiliser l'accès par lecture biométrique, lors d'un entraînement à la salle de musculation, ou de faire initialiser sa carte d'assiduité par la personne responsable. Il est possible de se procurer une carte d'assiduité auprès du Service des ressources humaines ou de la personne responsable au Centre sportif en fournissant une preuve d'abonnement.
- de présenter, à la demande de son supérieur immédiat, sa carte d'assiduité lorsqu'il s'agit d'une libération visant un entraînement à la salle de musculation.

Voilà une bonne façon de commencer, de continuer ou de finir sa journée de travail !