

FICHE DE RENSEIGNEMENTS

1.0 TESTS D'APTITUDES PHYSIQUES ET SPÉCIFIQUES (TAPS)

Les tests ont pour but de déterminer les candidats qui sont aptes à suivre le programme « Montage de lignes ». Ils comprennent trois types d'épreuves pour vérifier :

En gymnase

- la force musculaire de préhension des mains (dynamomètre)
- la puissance musculaire maximale des membres inférieurs (saut en hauteur sans élan)
- l'endurance musculaire des fléchisseurs des bras (flexion à la barre en prise dorsale)
- la puissance aérobique maximale (course navette – 20 mètres)

En hauteur

- l'assurance à pouvoir travailler en hauteur par une mise en situation réelle dans un poteau de 15 mètres et dans un pylône de 30 mètres

En classe

- le profil du candidat en lien avec le métier (tests psychométriques).

1.1 QUI PEUT SE PRÉSENTER AU TAPS ?

Toute personne dont l'indice de masse corporelle se situe entre 18 et 30 et dont l'état de santé est très bon.


Pour calculer votre indice de masse corporelle, il vous faut diviser votre poids exprimé en kilogrammes par votre grandeur en mètres au carré.

$$\text{IMC} = \frac{\text{Poids (kg)}}{\text{Taille (m)} \times \text{Taille (m)}}$$

Si votre indice de masse corporelle est inférieur à 18 ou supérieur à 30, nous vous recommandons de ne pas vous présenter au TAPS.

Note : Si vous ne pouvez présenter une carte d'identité avec photo; vous serez refusé et devrez recommencer le processus d'admission.

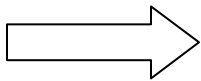
2.0 MATÉRIEL REQUIS POUR CETTE JOURNÉE

	Horaire	Matériel	
8h	Accueil et contrôle de l'identité <i>Le groupe sera divisé en deux sous-groupes et la séquence de la journée ne sera pas la même pour tous.</i>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Carte d'identité avec photo 	<input type="checkbox"/>
A.M.	Test d'aptitudes physiques 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Vêtements chauds (tests effectués à l'extérieur) - les candidats devront prendre connaissance de la météo du jour et porter les vêtements appropriés. ▪ Bottes de sécurité hautes et qui recouvrent la cheville - approuvées CSA (obligatoires) 	<input type="checkbox"/>
	Test écrit	▪ Aucun matériel requis	<input type="checkbox"/>
P.M.	Test d'aptitudes physiques	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Vêtements de jogging ▪ Espadrilles 	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
	Séance d'information	▪ Document remis sur place	<input type="checkbox"/>

(verso)

3.0 ÉTAPES À SUIVRE POUR LA PASSATION DU TAPS

- 3.1 Vérifier que votre indice de masse corporelle se situe entre 18 et 30.
- 3.2 S'assurer que vous n'avez subi aucune blessure majeure au cours des derniers mois et que cela ne limite pas vos mouvements pour l'exercice d'activités physiques.
- 3.3 Compléter et retourner le coupon-réponse accompagné de votre paiement.
- 3.4 Noter la date et l'heure de votre convocation pour le TAPS.



NOTES IMPORTANTES

- 1- **AUCUNE PERSONNE NE SERA ACCEPTÉE À UNE DATE AUTRE QUE CELLE POUR LAQUELLE ELLE A ÉTÉ CONVOQUÉE.**
- 2- **LES TESTS DÉBUTERONT À L'HEURE INDIQUÉE. LE CENTRE DE FORMATION SE RÉSERVE LE DROIT DE REFUSER UNE PERSONNE QUI SE PRÉSENTERA EN RETARD (Arriver au centre à 8 h 05, c'est être en retard et par le fait même refusé aux tests).**
- 3- **DÎNER : IL N'Y A AUCUN SERVICE DE TRAITEUR NI DE MACHINES DISTRIBUTRICES DE NOURRITURE AU CENTRE DE FORMATION. NOUS DISPOSONS DE MICRO-ONDES. À NOTER QUE VOUS POURREZ VOUS PROCURER UN LUNCH AUX ADRESSES SUIVANTES :**
 - IGA : 59, route Campagna (repas chaud servi au comptoir lunch)
 - Restaurant le Sagitaire : 2768, route du Président-Kennedy
 - Resto Le P'tit Jeannot : 71, route Campagna

NOTE : Pour les utilisateurs de GPS, notez bien l'adresse à inscrire sur votre appareil pour éviter toutes erreurs :

42, route du Président Kennedy
St-Henri-de-Lévis
GOR 3E0

Si cela ne fonctionne pas, voici notre position : N 46° 41.274 ' W 071° 04.480 '

