

Le 1er mai 2018

ACD Le déménageur averti **CAM**

ASSOCIATION CANADIENNE DES DÉMÉNAGEURS • CANADIAN ASSOCIATION OF MOVERS

Nouvelles et mises à jour de l'ACD

Visitez notre site Web



À l'intérieur

Message de la présidente ~ Police de Toronto ~ Client menacé ~ Nouveau membre ~ Étapes importantes ~ Législation sur le cannabis ~ Tournoi de golf de l'ACD ~ Conférence de l'ACD ~ Opportunités de commandites



Nancy Irvine
Présidente de l'ACD

Message de la présidente

Il y a très peu de personnes qui n'ont pas été émues par l'horrible accident survenu en Saskatchewan ou par le déferlement d'amour et de support à l'égard de tous ceux et celles qui ont été touchés par cette tragédie.

Beaucoup d'entre nous sont étroitement liés à leurs équipes de hockey locales, que ce soit pour des raisons personnelles ou professionnelles – c'est donc pourquoi l'accident de l'autobus des Broncos de Humboldt nous a tous tellement touchés. C'était merveilleux de naviguer sur tous nos médias sociaux et de voir tellement de nos membres engagés dans plusieurs activités de support dans leurs communautés à l'égard des gens de Humboldt, qu'il s'agisse de simplement mettre un drapeau en berne, d'installer une enseigne sur la façade d'un commerce ou d'une collecte de fonds quelconque. [Voyez les actions partagées ici.](#)

Je crois personnellement que chaque jour devrait être une journée pour porter un chandail et je souhaite que la journée du 12 avril devienne un événement annuel. Je sais qu'en me baladant dans les environs de Sarnia en cette journée (dans mon chandail des Moosehead d'Halifax), j'ai rencontré beaucoup de personnes qui se sentait tout simplement mieux en étant ainsi capables de supporter leur douleur ouvertement d'une manière à la fois unificatrice et toute canadienne.

Au nom des quelque 400 membres de l'Association Canadienne des Déménageurs, un don à l'égard des Broncos de Humboldt a été effectué à la mi-avril. Également, un don de la même valeur a été fait à l'organisme Tema Conter Memorial Trust dont les fonds recueillis seront utilisés afin de fournir un soutien en santé mentale aux premiers intervenants impliqués dans les événements tragiques ayant impliqué les Broncos de Humboldt.

Bien que la page du site Go Fund Me ayant établi un record soit maintenant fermée, si vous êtes intéressé à remettre un don appréciable, n'hésitez pas à considérer, tout comme nous l'avons fait, l'option d'apporter un soutien à l'égard des premiers intervenants qui seront confrontés à ce qui est survenu lors de cette horrible journée pour toute la vie. [Leur levée de fonds](#) est ouverte pour tout le mois de mai.

Note de l'éditeur : *Au moment d'écrire ce message (le 24 avril), le triste événement survenu à Toronto n'était vieux que de 24 heures et l'écoute des nouvelles à la télé, tout comme la diffusion continue et répétée du carnage, étaient des plus insupportables. Mais, plus que tout, face à la tragédie de ce lundi après-midi, il était réconfortant de constater le courage et le professionnalisme démontrés par le constable Ken Lam, les piétons qui se sont empressés de porter secours afin d'aider les services d'urgence et de réconforter les personnes affectées par cette tragédie, ainsi que les monuments spontanés qui ont émergé tout au long des rues de ce quartier en effervescence. Le Canada, encore une fois, est en deuil.*

www.VictoryPackaging.com

- Boxes
- Moving Equipment
- Packing Supplies
- Cargo Control
- Inventory Management
- Delivery or Pick-Up



**Victory
Packaging**

We are *Architects* of Packaging Solutions

Serving the Canadian Moving Industry for over 25 years
Toronto ■ Winnipeg ■ Calgary

Come see us at the 2018 conference in Niagara Falls for your chance to win your 2019 CAM Membership

Le service de police de Toronto a besoin de vous!

Les enquêteurs de l'**Unité des crimes économiques du service de police de Toronto** ont localisé une série de locaux d'entreposage contenant des biens personnels que l'on suspecte d'avoir été détenus illégalement. Ces biens ont été découverts à la suite de l'enquête initiée dans le cadre du Projet Haul sur l'entreprise GREEN MOVING and STORAGE, opérant également sous les noms de CAPITAL MOVING et de RYDER Moving. Dans tous ces cas, les objets retrouvés, qui incluaient plusieurs objets personnels et des documents, n'étaient pas adéquatement identifiés mais avaient été seulement associés à des noms incomplets ou à des numéros d'identification. Aucune de ces expéditions ne faisaient l'objet de recherches dans cette enquête (ce qui peut vous inciter à réfléchir quant au nombre de chargements de Green Moving qui se retrouvent en ce moment même dans des contenants maritimes, partout au Canada).

Les policiers ont besoin de notre assistance afin de faire passer le message dans l'espoir de trouver les familles à qui appartiennent ces biens.

Depuis le 13 avril, seulement deux chargements ont été identifiés. Toutes les [informations et photos](#) de ces chargements ont été affichées sur la page Facebook de l'ACD. Pourriez-vous s'il vous plaît prendre un moment et partager cet affichage sur votre propre page Facebook? Ce serait tellement bien de permettre à ces personnes de retrouver leurs biens avant qu'ils ne soient détruits ou vendus à l'encan.

Un client menacé retrouve ses biens perdus!

Vous vous souvenez de ce "déménageur" de Calgary qui avait menacé de tuer le client qui ne voulait pas payer ses frais exagérément gonflés? En raison de la diligence de ce consommateur et de l'assistance du service de police de Kingston, la famille a retrouvé son chargement de biens (déchargé à deux emplacements différents en cours de route). Un excellent travail effectué par les membres de l'ACD, **AMJ Campbell - Kingston** et **Atlas Van Lines Canada**! La famille en question a maintenant pratiquement retrouvé tous ses biens ménagers. La semaine dernière, les biens résiduels ont été recueillis à Sault Ste Marie par des membres de l'ACD, **Penfold Cartage** et **North American Van Lines** afin d'être livrés sous peu à Kingston. Nous apprécions sincèrement l'implication de toutes les compagnies impliquées ayant ainsi permis une fin heureuse à cette histoire. Voici un [lien vers un site de nouvelles](#) (en anglais) qui vous permettra d'en savoir plus sur cette situation vraiment bizarre.

Nouveau membre

L'ACD souhaite la bienvenue dans notre association à l'entreprise [Abrams Auto Transport](#)! Abrams transporte des véhicules partout au Canada et aux É.-U.

Visitez notre [page web dédiée à nos fournisseurs](#) pour découvrir d'autres fournisseurs de qualité de notre industrie qui sont à même de répondre à tous vos besoins d'affaires.

Étapes importantes

Félicitations à **Blue Bins Unlimited Corp** pour leur 25^e anniversaire. Excellent travail, **Joe et Patricia Lopes**!

Et félicitations également à **United Van Lines (Canada) Ltd.** Voilà une étape digne de mention pour **Dan Lawrence** et United afin de souligner leur 65^e anniversaire!

Avez-vous une étape importante que vous souhaiteriez partager? [Faites-le-nous savoir!](#)

Législation sur le cannabis

La légalisation de l'usage du cannabis de façon récréative au Canada est prévue d'être implantée aussi tôt que cet été. L'ACD s'est donné l'objectif d'assister tous ses membres dans l'établissement de protocoles et de politiques afin de leur permettre de s'acquitter de leurs obligations relativement à leur statut d'employeur et à la sécurité de leurs employés. Nous avons travaillé avec une organisation recommandée par le BBB – **Western Business Mechanics** – dans le but d'atténuer tout le brouhaha autour de cette implantation et de préparer un sommaire des ressources requises afin de permettre à notre industrie d'effectuer cette transition de façon responsable.

Un élément clé du programme est l'éducation, c'est pourquoi ils vont commencer par vous fournir une présentation gratuite, "[Cannabis in the Workplace 2018](#)", et ce sans aucune obligation de votre part. Par la suite, si vous choisissez de poursuivre plus avant avec eux, ils procéderont à une évaluation de votre situation actuelle afin de vous soumettre un concept personnalisé ainsi que le prix d'un forfait répondant spécifiquement à vos besoins. Ce forfait peut, ou non, inclure une Politique en matière de consommation de drogue et d'alcool et/ou la revue et la réécriture de votre Manuel de l'employé, la réglementation

locale relative à la consommation de cannabis à des fins récréatives ou médicales, des programmes éducatifs à l'intention des gestionnaires et des employés, des préoccupations liées à la sécurité ainsi que d'autres éléments à considérer.

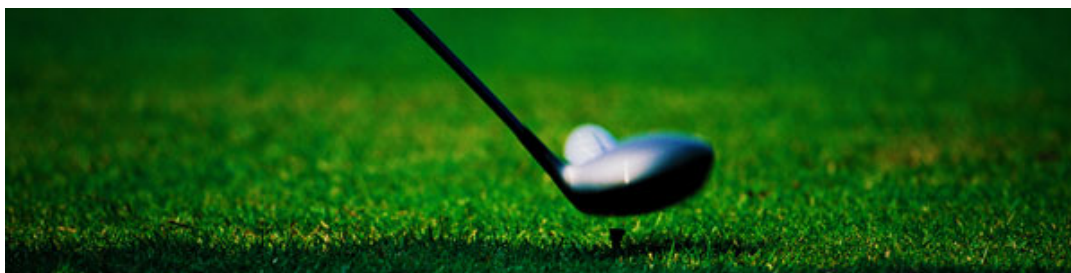
Il s'agit là d'une situation extrêmement complexe et en constante évolution. L'exécutif et les membres du conseil d'administration de l'ACD ont participé à ce webinaire et il y a tellement de choses à assimiler et à prendre en considération au moment où vous allez implanter vos propres politiques au cours de l'été ou de l'automne à venir. Nous vous encourageons à [communiquer avec Western Business Mechanics](#) afin d'avoir plus d'information à ce sujet.

[Apprenez-en plus sur les effets liés à l'usage du cannabis sur la santé](#) (en anglais)

Activités de l'ACD à venir

Tournoi de golf annuel Vendredi le 14 septembre 2018

**Joignez-vous à nous au Lionhead Golf Club de Brampton, ON.
Les inscriptions sont maintenant ouvertes!**



Nous sommes convaincus que la saison du golf est finalement arrivée. Finies les tempêtes de verglas. Nancy a visité le site du Lionhead la semaine dernière et ils sont eux aussi enthousiasmés par l'expérience de golf améliorée que l'ACD va offrir aux participants de cette activité le vendredi 14 septembre. Nous sommes heureux d'annoncer que l'entreprise **Hansen's** sera maintenant le commanditaire principal de notre 22^e tournoi de golf annuel.

À l'intention des golfeurs : Il y a un tarif spécial pour les inscriptions anticipées... inscrivez-vous et payez avant le 31 juillet et votre nom sera ajouté à un tirage qui se déroulera le 1^{er} août et qui offrira en prix un quatuor de golf additionnel de 4 personnes, compliment de l'ACD! Si votre nom est pigé, vous pourrez ainsi inviter 4 collègues, amis ou relations d'affaires afin de leur permettre de profiter gratuitement d'une journée complète de golf et d'un souper! Un [formulaire d'inscription](#) est disponible sur notre site Web. Nous avons une limite de 36 équipes, alors n'attendez pas trop longtemps!

Pour vous, les amis qui veulent avoir du plaisir : Nous n'organiserons pas de trou commandité cette année. En remplacement, si vous êtes intéressé – et il n'y a que 18 places disponibles – nous aurons des activités sur chaque trou qui amélioreront significativement l'expérience du golf. Il pourrait s'agir d'un jeu ou d'une activité aussi simple que d'offrir une collation ou autre. Si vous n'avez pas la main d'œuvre pour avoir des gens sur place toute la journée à un trou et préparer cette activité, vous pouvez nous remettre un montant de 400 \$ et l'ACD le fera pour vous! Ou vous pouvez tenir votre propre activité sans remettre un sou à l'ACD. L'important, c'est l'expérience du golf. Nancy a une tonne de jeux et d'idées (certaines sont même liées à notre conférence de Niagara Falls) et nous serons heureux d'en faire la coordination pour vous. Consultez notre liste complète de [choix d'activités](#).

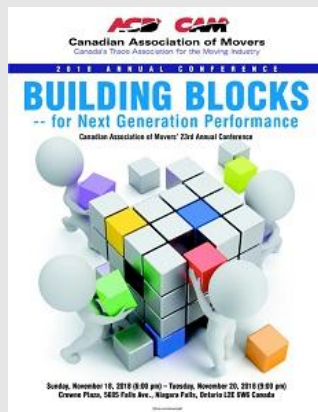
Et, encore une fois, tous nos remerciements à la compagnie Hansen's pour être le promoteur de cette journée! Cliquez ici pour les [détails de cette activité](#).

Veuillez joindre notre [Page Facebook d'événement](#) pour être au courant de tout ce qui va arriver sur les verts.

Conférence annuelle et Salon commercial Du dimanche 18 au mardi 20 novembre 2018

Conférencier principal

Si vous avez assisté à notre conférence de l'année dernière, vous vous souviendrez sûrement que presque tous les conférenciers invités ont traité de l'importance de comprendre et d'attirer les milléniaux. C'est maintenant votre chance d'en apprendre plus directement à partir de l'étude la plus publicisée effectuée sur cette génération! **Dong-Ling Chen de Deloitte** nous expliquera ce qu'ils ont appris relativement à la relation à établir avec la génération des milléniaux – à titre d'employés et à titre de clients potentiels. Certains concepts clés vous aideront à faire face aux défis particuliers qu'ils représentent.

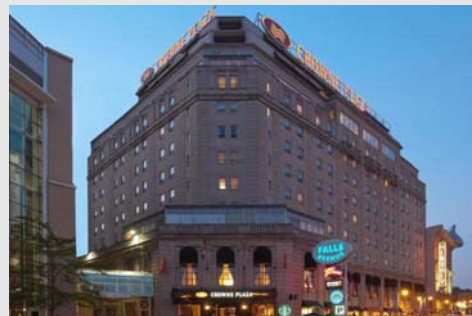


Outils de performance de nouvelle génération

Voilà le thème de notre conférence de cette année. Nous sommes à planifier des sessions qui aideront les entreprises à bien saisir les défis soulevés par les tendances actuelles et les opportunités qui se présentent pour vous permettre de développer votre entreprise.

La période d'[Inscription à la conférence](#) est maintenant ouverte.

[Page Facebook d'événement](#)



Crowne Plaza, Niagara Falls, ON

Vous pouvez réserver une chambre Fallsview au tarif préférentiel de: 115 \$ pour une chambre en occupation simple ou double,

145 \$ en occupation triple ou

165 \$ en occupation quadruple.

Appelez au 1.800.519.9911 ou [réservez en ligne](#). N'oubliez pas de demander le

tarif alloué aux congrès pour les membres de **l'Association Canadienne des Déménageurs**.

Thank you to our sponsors!

PLATINUM



GOLD



BRONZE



We couldn't do it without you!

Opportunités de commandite

Assurez-vous de consulter nos nouvelles [Opportunités de commandite](#) afin de découvrir celles qui conviennent le mieux à vos programmes de marketing.

Association Canadienne des Déménageurs
PO Box 26004, RPO Churchill, Mississauga ON Canada L5L 5W7
Tél. : 905-848-6579 Numéro sans frais : 1-877-656-4993 Téléc. : 905-756-1115
Courriel: admin@mover.net | Site web: www.mover.net

Copyright © 2018. Tous droits réservés.



STAY CONNECTED



STAY CONNECTED

HEALTH EFFECTS OF CANNABIS

There are both potential therapeutic uses for and potential health risks of using cannabis (marijuana). A chemical called delta-9-tetrahydrocannabinol (THC) is responsible for the way your brain and body respond to cannabis. While it is used by some for therapeutic purposes, there are short- and long-term physical and mental health effects that can be harmful.

SHORT-TERM HEALTH EFFECTS

While cannabis may make you feel relaxed and happy, you could experience unpleasant, unwanted or negative effects on your brain and body.

EFFECTS ON THE BRAIN

The short-term effects of cannabis on the brain can include:

- ▶ confusion
- ▶ sleepiness (fatigue)
- ▶ impaired ability to:
 - ▶ remember
 - ▶ concentrate
 - ▶ pay attention
- ▶ anxiety, fear or panic
- ▶ reduced ability to react quickly

Cannabis use can also result in psychotic episodes characterized by:

- ▶ paranoia
- ▶ delusions
- ▶ hallucinations

Emerging evidence suggests that a chemical in cannabis called cannabidiol (CBD) may help dampen some of the psychoactive effects of THC¹ such as:

¹ Bhattacharyya et al. (2010) Opposite effects of delta-9-tetrahydrocannabinol and cannabidiol on human brain function and psychopathology. *Neuropsychopharmacology* 35(3): 764–74. www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/23550724

- ▶ disturbances in mood
- ▶ psychotic symptoms

There is also evidence to suggest that combining tobacco with cannabis can increase:

- ▶ the strength of some psychoactive effects²
- ▶ the risk of poor mental health outcomes,³ including dependence

Effects can be felt within seconds to minutes of smoking, vaporizing or dabbing cannabis. These effects can last up to 6 hours or longer.

If you eat or drink cannabis, these effects can occur within 30 minutes to 2 hours and can last up to 12 hours or longer.

EFFECTS ON THE BODY

The short-term effects of cannabis on the body can include:

- ▶ damaged blood vessels caused by the smoke⁴
- ▶ decreased blood pressure, which can cause people to faint or pass out
- ▶ increased heart rate, which can be a danger for people with heart conditions and can lead to an increased risk of heart attack⁵

² Ramo et al. (2015) Tobacco and marijuana use among adolescents and young adults: a systematic review of their co-use. *Clinical Psychology Review* 32: 105–121. www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/22245559

³ Schauer et al. (2017) Marijuana and tobacco co-administration in blunts, spliffs, and mulled cigarettes: a systematic literature review. *Addictive Behaviors*. 64: 2011–211. www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/27654966

⁴ Wang et al. (2016) One minute of marijuana secondhand smoke exposure substantially impairs vascular endothelial function. *Journal of the American Heart Association*. 5(8). www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/?term=27464788

⁵ Thomas et al. (2014) Adverse cardiovascular, cerebrovascular, and peripheral vascular effects of marijuana inhalation: what cardiologists need to know. *American Journal of Cardiology* 113(1): 187–90. www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/24176069



IMPAIRMENT

The THC in cannabis can impair your ability to drive safely and operate equipment. It can also increase the risk of falls and other accidents. This is because THC can affect your:

- ▶ coordination
- ▶ reaction time
- ▶ ability to pay attention
- ▶ decision-making abilities
- ▶ ability to judge distances

Cannabis use can increase the risk of accidents that lead to injury or death during higher-speed activities, such as driving, biking or skiing.

Impairment can last for more than 24 hours after cannabis use,⁶ well after other effects have faded.

People who use cannabis regularly may have trouble with certain skills needed to drive safely⁷ for weeks after their last use.

Combining alcohol with cannabis greatly increases the level of impairment and the risk of injury or death from accidents.

Combining cannabis with other psychoactive substances, especially ones that have sedative effects, such as opioids and benzodiazepines, can increase the effects of the drugs. This could increase the risk of injury or harm, particularly with activities like driving.

LONG-TERM EFFECTS

Long-term effects develop gradually over time with frequent use (daily or near-daily) that continues over weeks, months or years. These effects can last from several days to months or longer⁸ after you stop using cannabis.

EFFECTS ON THE BRAIN

The long-term effects of cannabis on the brain can include an increased risk of addiction and harm to your:

- ▶ memory
- ▶ concentration
- ▶ intelligence (IQ)⁹
- ▶ ability to think and make decisions

These effects appear to be worse for youth who start using early, and who use cannabis frequently and over a long period of time. They may not be fully reversible when cannabis use stops.

EFFECTS ON THE BODY

Some of the long-term effects of smoking cannabis on the body are similar to the effects of smoking tobacco and can include risks to lung health, including:

- ▶ bronchitis
- ▶ lung infections
- ▶ chronic (long-term) cough
- ▶ increased mucus buildup in the throat

POTENTIAL THERAPEUTIC USES

There is some evidence of potential therapeutic uses of cannabis or its component chemicals (cannabinoids).

Health Canada provides information for health care professionals and for authorized patients on the use of cannabis and cannabinoids for medical purposes. This includes information on dosing, adverse effects, warnings and more.

RISKS OF ILLEGAL CANNABIS

There may be other health and safety risks associated with cannabis obtained illegally. For example, the THC potency of illegal cannabis is often unknown, so you could end up using a stronger product than expected. This could heighten or prolong effects such as confusion or anxiety.

The quality and purity of illegal cannabis cannot be guaranteed and is frequently mixed with or contains:

- ▶ pesticides
- ▶ other drugs
- ▶ heavy metals
- ▶ moulds or fungi
- ▶ other contaminants

⁶ Leirer, V. O. et al. (1991) Marijuana carry-over effects on aircraft pilot performance. *Aviat. Space Environ. Med.* 62, 221–227. www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/1849400

⁷ Karschner et al. (2016) Extended plasma cannabinoid excretion in chronic frequent cannabis smokers during sustained abstinence and correlation with psychomotor performance. *Drug Testing and Analysis* 8(7): 682–9. www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/26097154

^{8,9} Meier et al. (2012) Persistent cannabis users show neuropsychological decline from childhood to midlife. *Proceedings of the National Academy of Sciences USA* 109(40): E2657–64. www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/22927402

There is also the serious risk of:

- ▶ interacting with criminals or criminal organizations
- ▶ criminal charge and prosecution

MENTAL HEALTH EFFECTS

In some people, cannabis use increases the risk of developing mental illnesses like psychosis or schizophrenia, especially in those who:

- ▶ start using cannabis at a young age
- ▶ use cannabis frequently (daily or almost every day)
- ▶ have a personal or family history of psychosis and/or schizophrenia

Frequent cannabis use has also been associated with an increased risk of:

- ▶ suicide
- ▶ depression
- ▶ anxiety disorders

HEALTH EFFECTS ON YOUTH

Cannabis use that begins early in adolescence, that is frequent and that continues over time has been associated with increased risk of harms. Some of those harms may not be fully reversible.¹⁰

Adolescence is a critical time for brain development, as research shows the brain is not fully developed until around age 25.

Youth are especially vulnerable to the effects of cannabis on brain development and function. This is because THC in cannabis affects the same biological system in the brain that directs brain development.

It is important for parents, teachers, coaches and other trusted adults to be ready to talk with youth about drugs.

HEALTH EFFECTS ON PREGNANCY AND CHILDREN

Just like with tobacco, a pregnant woman or new mother's use of cannabis can affect her fetus or newborn child which can lead to health problems.

The toxins in cannabis are carried through the mother's blood to her fetus during pregnancy and in the breast milk following birth.

Heavy cannabis use during pregnancy can lead to lower birth weight of the baby. It has also been associated with longer-term developmental effects in children and adolescents, such as:

- ▶ decreases in:
 - ▶ memory function
 - ▶ the ability to pay attention
 - ▶ reasoning and problem-solving skills
- ▶ hyperactive behaviour
- ▶ increased risk for future substance use

ADDICTION

Contrary to popular belief, people can become addicted to cannabis. Individuals who use cannabis can develop a cannabis use disorder, which at its extreme can result in addiction.

Continued, frequent and heavy cannabis use can cause physical dependency and addiction.

Research has shown that THC in cannabis causes an increase in levels of dopamine, the pleasure chemical, in the brain. This motivates people to keep using it.

Addiction can develop at any age but youth are especially vulnerable¹¹ as their brains are still developing.

Some people are also more prone to becoming addicted than others. It's estimated that 1 in 11 (9%) cannabis users will develop an addiction¹² to it. This statistic rises to about 1 in 6 (17%) for people who started using cannabis as a teenager. If a person smokes cannabis daily, the risk of addiction is 25% to 50%.

¹⁰ Volkow et al. (2016) Effects of cannabis use on human behavior, including cognition, motivation and psychosis: a review. *JAMA Psychiatry* 73(3): 292–7. www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/26842658

¹¹ Chadwick et al. (2013) Cannabis use during adolescent development: susceptibility to psychiatric illness. *Frontiers in Psychiatry*. 4: 129. www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/24133461

¹² Volkow et al. (2014) Adverse health effects of marijuana use. *New England Journal of Medicine* 370(23): 2219–27. www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/24897085

Problematic cannabis use can include some or all of the following behaviours:

- ▶ failing to fulfill major duties at work, school or home
- ▶ giving up important social, occupational or recreational activities because of cannabis use
- ▶ consuming it often and in larger amounts or over a longer period than they intended
- ▶ being unable to cut down on or control cannabis use

People who display most or all of these behaviours over a 12-month period may have cannabis addiction.

Some people can develop a tolerance to the effects of cannabis. Tolerance is characterized by a need for a larger dose of a drug to maintain the original effects. Tolerance to some of the effects of cannabis can develop after a few doses. In some people, tolerance can eventually lead to physical dependence and/or addiction.

ADDICTION HELP

Cannabis addiction can cause serious harm to your health, social life, school, work and financial future.

If you or someone you know is struggling with addiction to cannabis or other drugs, help is available.