



Mental Health
Commission
of Canada

Commission de
la santé mentale
du Canada

C'est la rentrée : Venir en aide aux éducateurs

Nitika Rewari, gestionnaire de la recherche, de l'évaluation et de la transposition des connaissances en santé mentale au travail,
Commission de la santé mentale du Canada

Janet Hicks, directrice principale, Services des ressources humaines, Conseil scolaire de district de la région de York

25 mai 2016, midi à 13 h (HE)

#SMtravail

 @MHCC_

 /theMHCC

 /Mental Health Commission of Canada

 @theMHCC

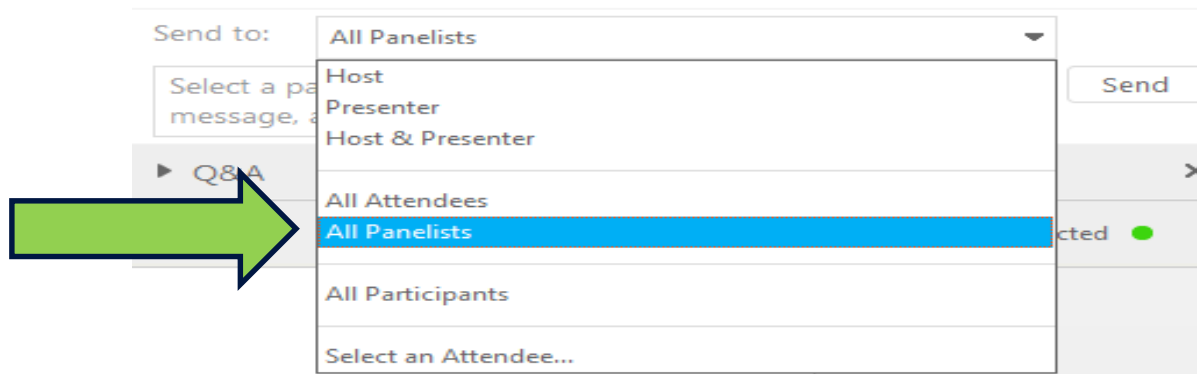
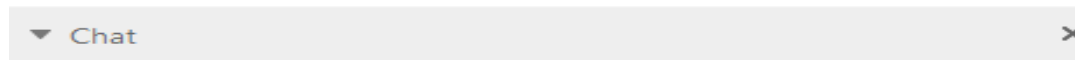
 /1MHCC



Mental Health
Commission
of Canada

Commission de
la santé mentale
du Canada

Important! Faites parvenir vos questions
et commentaires à tous
(All Panelists)



@mhcc_ #workplaceMH #StandardCda

Présentatrices



Mental Health
Commission
of Canada

Commission de
la santé mentale
du Canada



Nitika Rewari

Gestionnaire de la recherche,
de l'évaluation
et de la transposition des
connaissances en santé
mentale au travail,
Commission de la santé
mentale du Canada



Janet Hicks

Directrice principale,
Services des ressources
humaines, Conseil scolaire
de district
de la région de York

Le sujet du jour

- **La santé mentale des travailleurs scolaires**
- Conseil scolaire de district de la région de York (CSDRY)
 - À propos du Conseil scolaire
 - L'importance de la santé mentale en milieu de travail
 - Le chemin parcouru
 - Prochaines étapes
- Période de questions



« Les actifs les plus précieux d'un employeur du 21e siècle, qu'il s'agisse d'une entreprise ou d'un organisme, sont les travailleurs du savoir et leur productivité. »

Peter Drucker (auteur de Management Challenges for the 21st Century)



Secteur de l'éducation

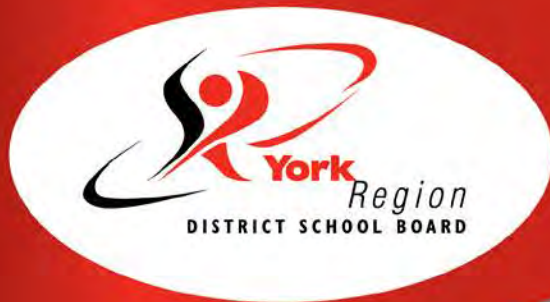




ILLUSTRATIONS / ELLEN WEINSTEIN

Le coût de l'inaction

- ✓ Absentéisme
- ✓ Présentéisme
- ✓ Demandes d'invalidité
- ✓ Blessures et maladies
- ✓ Griefs et plaintes
- ✓ Roulement de personnel
- ✓ Conséquences juridiques



La santé mentale en milieu de travail au Conseil scolaire de district de la région de York

Janet Hicks

Directrice principale, Services des ressources humaines



Inspire Learning!

Présentation du CSDRY

- Plus important employeur de la région de York
- Troisième conseil scolaire de district en importance en Ontario
- Plus de 122 000 élèves dans 174 écoles primaires et 32 écoles secondaires
 - Plus de 200 lieux de travail distincts
- Plus de 15 000 employés
- Syndicats et fédérations :
 - FEEEO, FEEEO (occasionnels), FEESO, SCFP 1734, SCFP 1196, SEFPO

Défis organisationnels

- Financement public
- Employeur décentralisé
- Lieux de travail de tailles différentes
- Haut taux de syndicalisation
- Les écoles ne sont pas perçues comme des lieux de travail
- Obstacles à la communication
- Occasions de formation limitées

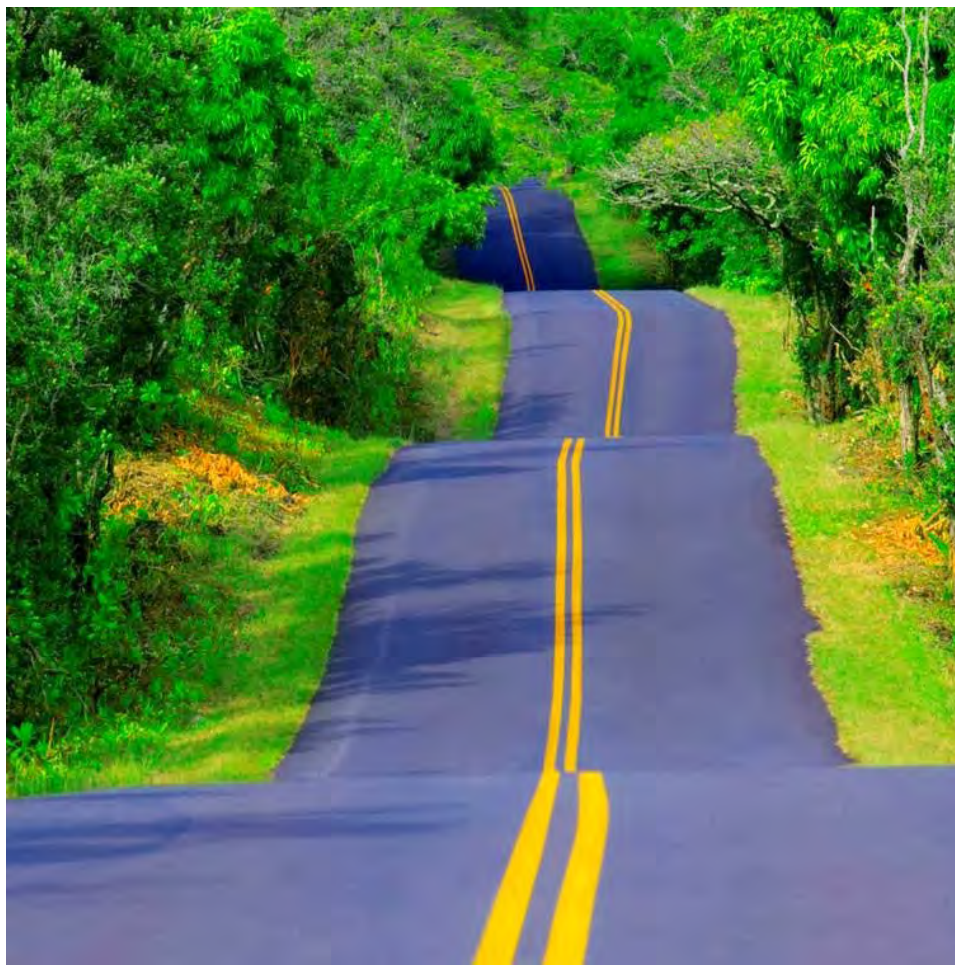
Priorités du Conseil

- Mission du Conseil : favoriser la réussite et le bien-être des élèves
- Plan pluriannuel des administrateurs : bien-être physique et mental des élèves et du personnel
- Plan annuel de la direction : la santé mentale est l'un des trois domaines prioritaires
- Plan d'amélioration du Conseil : mettre l'accent sur le bien-être des élèves et du personnel

Bien-être du personnel

- Le personnel est notre actif le plus précieux. Nous croyons avoir embauché les meilleurs, et nous devons tout mettre en œuvre pour les conserver.
- La réussite et le bien-être des élèves passent par un personnel en santé.
- Dans le secteur de l'éducation, les employés sont des modèles de comportement pour les élèves.

Notre cheminement



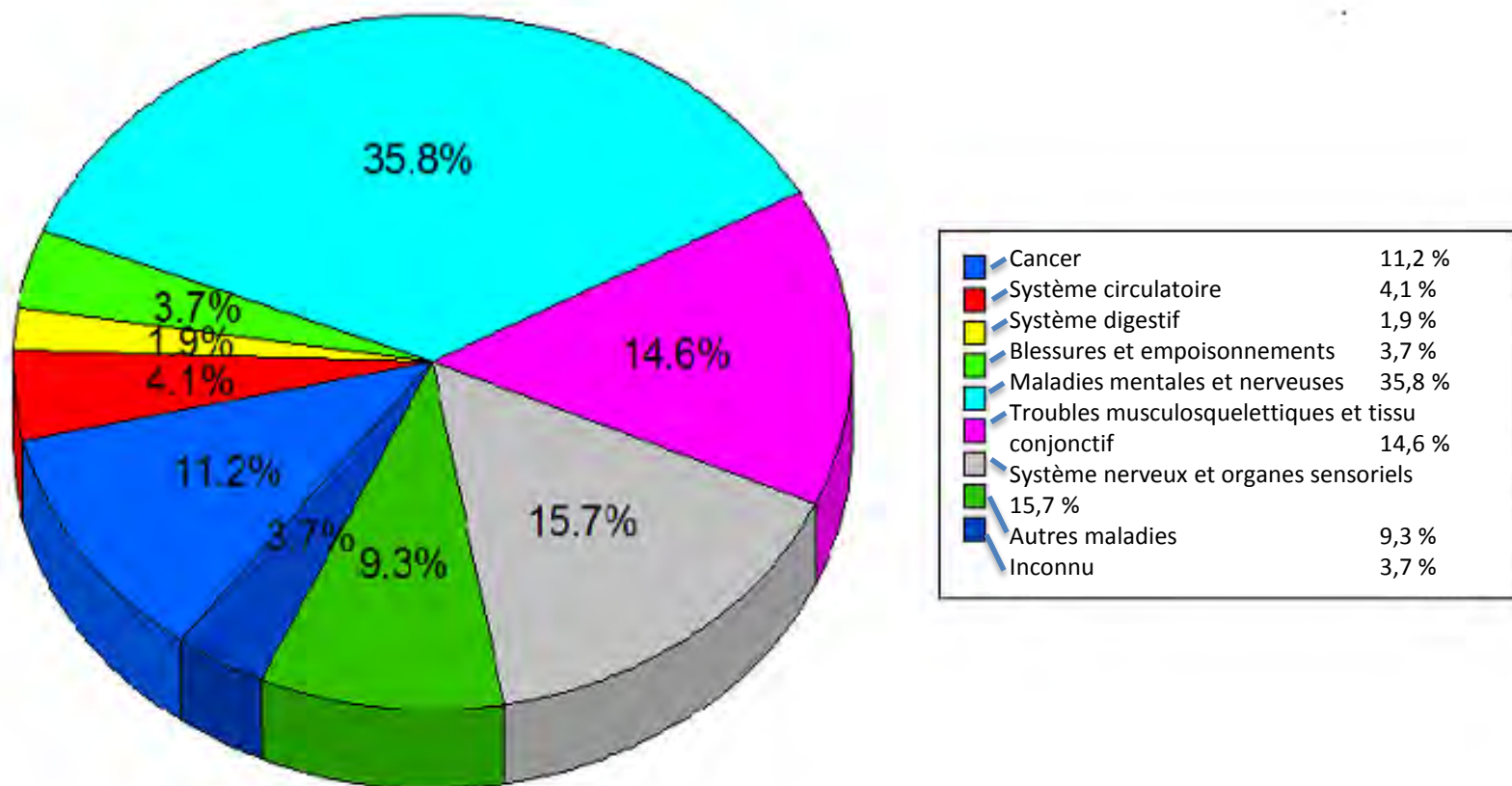
Évaluer les besoins et définir les occasions

- Une initiative conjointe des programmes Milieu de travail sain et Santé mentale au travail d'Excellence Canada
- Tenue de 16 discussions de groupe avec 13 différents groupes d'employés
- Le processus a mené à un plan d'action systémique visant à combler les lacunes ciblées lors du processus d'autoévaluation

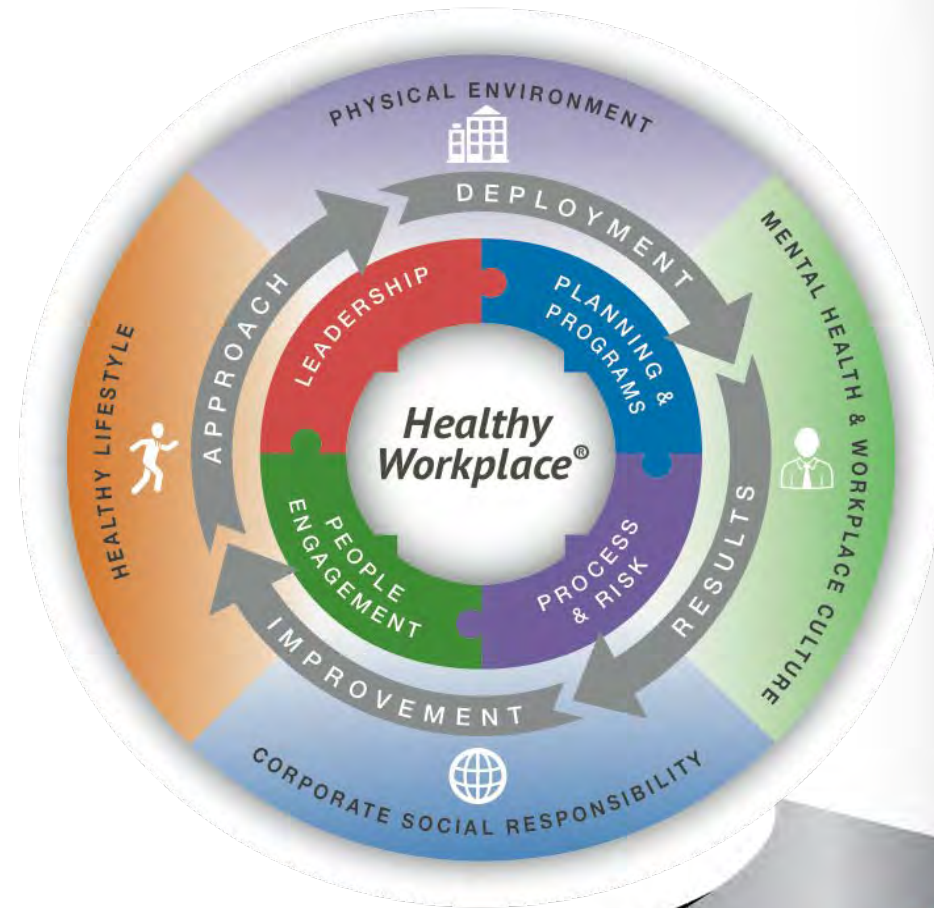
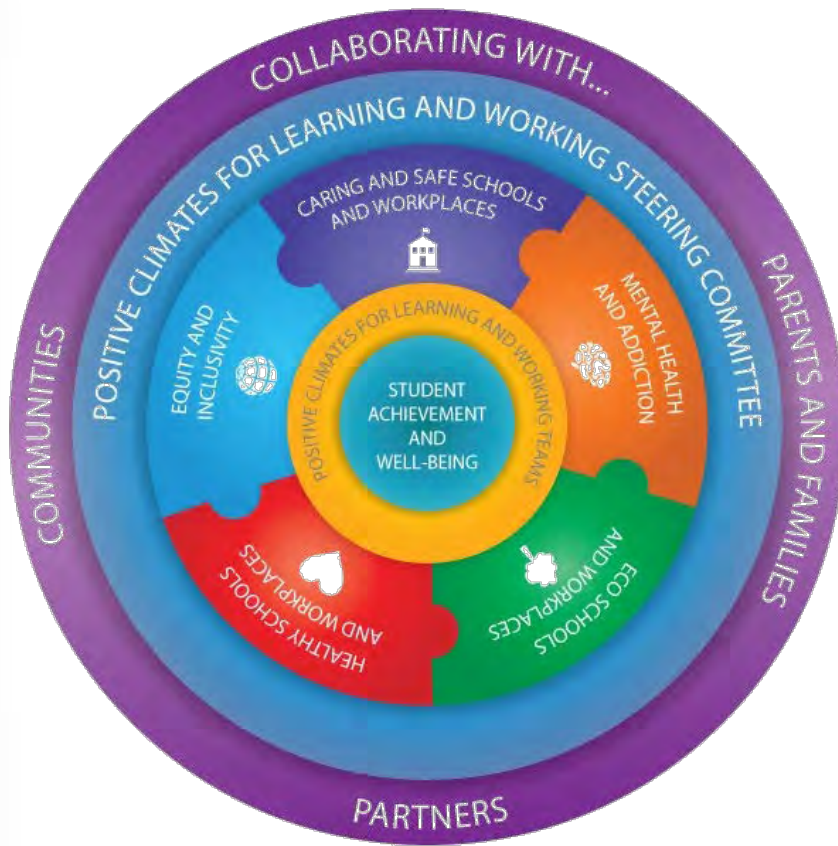
Évaluer les besoins et définir les occasions

- Mise à jour annuelle sur la santé des employés portant sur divers facteurs :
 - utilisation des congés de maladie
 - demandes d'invalidité de longue durée
 - données de la CSPAAT
 - recours au PAE
 - données sur la gestion des invalidités
 - données sur les réclamations liées à la santé
 - données sur les relations de travail

Analyse des diagnostics des prestataires



Well-Being at YRDSB



Stratégie de bien-être au CSDRY

- Plan de mise en œuvre du Conseil harmonisé avec la Stratégie de bien-être du ministère de l'Éducation et avec la ressource Les fondements d'une école saine
 - Le cadre sur les écoles et les milieux de travail sains du CSDRY
 - Mise à jour des politiques et procédures liées aux écoles et aux milieux de travail sains du Conseil scolaire

Au niveau des écoles et du ministère

- Plans d'action pour des écoles en santé, présentés chaque année (axés sur les élèves)
 - Soutien de partenaires en santé publique et de la communauté
- Plans d'action révisés pour intégrer les écoles et les milieux de travail sains

Cadre sur les écoles et les milieu de travail sains

Topics Supporting Policies, Procedures and Programs	Impact Focus	FOUNDATIONS:				
		Learning and Development	Shared Leadership	Student and Staff Engagement	Social and Physical Environments	Community Partnerships
		Learning and development is an area that offers a wide range of opportunities for students and staff to learn, practise and promote positive and healthy behaviours and to practise how to lead healthy, active lives.	Shared leadership focuses on creating a positive school and workplace environment by identifying shared goals, priorities, and responsibilities related to the health needs of students and staff.	Student and staff engagement refers to how students and staff feel a sense of belonging; are empowered to participate in and lead activities; and are actively involved in their learning and work.	Healthy, safe, and caring social and physical environments support learning and working, enabling students and staff to achieve better cognitive, emotional, social, and physical outcomes.	Partnerships that engage students, parents, extended family, board staff, and the community support, enhance and promote opportunities for healthy learning and working.
Mental Health		Good mental health helps us all to learn and work productively, cope with stress, maintain physical health, build positive relationships, and contribute to our school, workplace, and broader community. We can strengthen our mental well-being through the school and workplace environment we develop and the lifestyle choices we make every day.				
YRDSB Mental Health and Addiction Strategy	Students Only	- Identifying areas of the curriculum where mental health promotion can be taught throughout the year - Integrate adaptive strategies (e.g., cognitive appraisals, positive refocusing, positive reappraisal) into lessons to help students develop self-regulation skills. (5.3)	- Students actively contribute to developing their All About Me portfolio or Individual Pathways Plan (IPP), as part of the school's education and career/life planning program, which helps to ease transition anxiety. (5.1) - Establish a school council committee to discuss and coordinate mental health initiatives in the school and community	Students take advantage of opportunities in the school to redirect, express or address emotions in healthy ways (e.g., engaging in physical activity, communicating effectively, staying calm). (2.5)	Students contribute to the planning and identification of places in the school (e.g. library, guidance, wellness room, etc.) where they can go to learn about and discuss issues related to mental health (e.g., stress, conflict, relationships) with staff and peers. (3.3)	Students and their family members are made aware of and access programs, services and activities that are available to them in their school and community to promote positive mental health and support their mental health issues (6.3)
	Staff Only	Provide staff learning opportunities that include information and resources grounded in evidence-based practices to promote positive mental health and to help individuals recognize and respond appropriately to the signs and symptoms of mental illness. (4.1)	Establish a staff leadership team to facilitate staff-related mental health initiatives within the school or workplace community	Use team building exercises in staff team meetings to help facilitate a culture of collaboration, inclusion, and trust among staff	Establishing an area and/or designated times for staff members to participate in physical activity or social clubs, such as board games, especially during the winter months	Staff members liaise with the Mental Health Lead and Wellness Advisor to identify and implement workplace mental health awareness strategies. (6.3)
	Both Students and Staff	Providing programming that does not stigmatize mental disorders and that promotes positive health behaviours.	- Form a student and staff committee to promote positive mental health through events and other activities. (3.3) - Provide staff and student leaders with information from research to empower them to facilitate ongoing dialogue within the school/ workplace community to support positive mental health. (5.3)	Provide a wide range of school, workplace and community supports to engage students and staff in activities that promote positive mental health (e.g., stress relief, relationship building) throughout the year. (4.7)	- Establish a climate of safety and sensitivity that reflects awareness of mental health and addiction, and in which talking about mental health and mental illness is accepted and encouraged. (3.3) - Create a safe, inclusive, peaceful and comfortable learning and working environment (e.g., dedicated quiet space, outdoor learning or meeting areas, e-learning opportunities). (2.5)	Leverage board partnerships with community organizations that have mental health expertise (e.g., local agencies) to help promote mental health among students/ staff and provide appropriate support for mental health issues. (6.3)

YRDSB MENTAL HEALTH & ADDICTION STRATEGY

Reducing
Stigma

Supporting
Understanding and
Building Capacity

OUR STRATEGIC PRIORITIES



Developing
Mentally Healthy
Environments

Creating
Collaborative
Care Pathways



READ ABOUT YRDSB MENTAL HEALTH & ADDICTION STRATEGY

<https://bwww.yrdsb.ca/services/student/MentalHealth/>



OÙ VOUS SITUEZ-VOUS DANS LE CONTINUUM DE LA SANTÉ MENTALE?

EN SANTÉ

- Fluctuations normales de l'humeur
- Calme et prend les choses aisément
- Bon sens de l'humour
- Rendement constant
- Mentalement en contrôle
- Profils de sommeil normaux
- Quelques problèmes de sommeil
- Bien physiquement
- Bon niveau d'énergie
- Actif physiquement et socialement
- Pas de consommation de substances
- Peu ou pas de jeu

EN RÉACTION

- Irritable ou impatient
- Nerveux
- Triste, débordé
- Procrastination
- Tendance à l'oubli
- Problèmes de sommeil
- Idées dérangeantes
- Cauchemars
- Tensions musculaires et maux de tête
- Faible niveau d'énergie
- Niveau d'activité et de socialisation réduit
- Consommation régulière mais contrôlée de substances/de jeu

BLESSÉ

- Colère, anxiété;
- Tristesse envahissante / désespoir;
- Attitude négative;
- Piètre concentration;
- Difficulté à prendre des décisions;
- Piètre rendement / bourreau de travail;
- Sommeil agité, dérangé;
- Accroissement des maux, de la douleur et de la fatigue;
- Images récurrentes ou cauchemars;
- Évitement, retrait;
- Consommation accrue d'alcool / de jeu – difficile à contrôler.

MALADE

- Anxiété excessive / paniques;
- Excès de colère, agressivité;
- Dépression/idées suicidaires;
- Insubordination grave;
- Incapacité à se concentrer;
- Ne peut s'acquitter de ses fonctions, faire des décisions, contrôler son comportement;
- Ne peut s'endormir ou demeurer endormi(e);
- Fatigue chronique, maladies physiques;
- Ne pas sortir ou socialiser;
- Dépendance au jeu ou à l'alcool, autres dépendances.

We ALL have Mental Health
Learn more about Mental Health on the BWW



Ressources en santé mentale

- Réduire la stigmatisation
 - Je ne me reconnais pas
 - Vidéo YouTube : Just Notice, Listen, Connect
 - Remarquer, écouter, connecter, réfléchir
- Favoriser la compréhension et renforcer les capacités
 - Guide des dirigeants pour la santé mentale des employés
 - Comités de bien-être et champions des lieux de travail

Ressources en santé mentale

- Créer des environnements sains sur le plan mental
 - Rabais d'entreprise pour la condition physique et les loisirs
 - Programme d'aide aux employés et à leur famille
 - Ateliers de renforcement de la résilience du personnel
- Cheminements de soins en collaboration
 - Programme Check up from the Neck Up
 - Programme Feeling Better Now
 - Programme STOP d'abandon du tabagisme

Poursuivre notre cheminement

- Créer, mettre en œuvre et évaluer un système de gestion de la santé et de la sécurité psychologiques
- Mettre à l'essai le questionnaire Protégeons la santé mentale au travail
- Modifier notre sondage à l'intention du personnel

Poursuivre notre cheminement

- Continuer à tisser des liens forts avec nos syndicats, nos fédérations, nos fournisseurs de soins de santé et nos partenaires communautaires
- Continuer à chercher des occasions d'harmoniser les initiatives de bien-être du personnel avec le travail effectué pour améliorer le bien-être des étudiants
- Soutien des pairs

Ressources

Sensibilisation à la maladie mentale et à la santé mentale au CSDRY

www.yrdsb.ca/Programs/Healthy/Pages/Mental-Illness-and-Mental-Health-Awareness.aspx

Campagnes de sensibilisation

Partenaires pour la santé mentale – Je ne me reconnais pas www.jenemereconnaispas.ca

Vidéo YouTube – Just Notice, Listen, Connect
www.youtube.com/watch?v=gMjAvyLDAGw

Programme Check Up from the Neck Up –
Troubles de l'humeur
www.mooddisorders.ca/program/check-up-from-the-neck-up

Feeling Better Now – Healthy Minds Canada
www.healthymindscanada.ca/feeling-better-now

Norme nationale

Norme nationale du Canada sur la santé et la sécurité psychologiques en milieu de travail
www.csa.ca/z1003

Une étape à la fois - Guide sur la mise en œuvre de la Norme nationale du Canada sur la santé et la sécurité psychologiques en milieu de travail.

www.csa.ca/z1003

Formations

Santé mentale au travail – Prix Canada pour l'excellence <http://www.excellence.ca/en/knowledge-centre/resources/mental-health-at-work>

Premiers soins en santé mentale
www.mentalhealthcommission.ca/Francais/focus-areas/premier-soins-en-sante-mentale

L'esprit au travail
www.mentalhealthcommission.ca/Francais/lesprit-au-travail



Mental Health
Commission
of Canada

Commission de
la santé mentale
du Canada

Des questions?



Prochain webinaire sur la santé mentale au travail

Date : Le 29 juin 2016, de midi à 13 h (HE)

Pour visionner nos webinaires antérieurs, visitez notre site Web au :
<https://www.mentalhealthcommission.ca/Francais/webinaires-sur-la-sante-mentale-au-travail>





Mental Health
Commission
of Canada

Commission de
la santé mentale
du Canada

Comment avez-vous trouvé la présentation?

S'il vous plaît, remplissez le sondage qui s'affichera lorsque vous aurez **quitté** le webinaire.



Merci.

Commission de la santé mentale du Canada

Pour nous joindre : info@commissionsantementale.ca

Visitez notre site : www.commissionsantementale.ca

Conseil scolaire de district de la région de York

Visitez notre site : www.yrdsb.ca