



## Par où commencer? Webinaire public sur le milieu de travail

Linda Brogden, infirmière autorisée  
Mary Ann Baynton, M.S.S.  
Samantha Kolapak, M.P.P.

Université de Waterloo  
Centre pour la santé mentale en milieu de travail de la  
Great-West  
Commission de la santé mentale du Canada

Le 31 juillet 2013 12 h à 13 h (HE)



## Présentatrices



**Samantha Kolapak**  
Commission de la santé mentale du Canada



**Mary Ann Baynton**  
Centre pour la santé mentale en milieu de travail de la Great-West



**Linda Brogden**  
Université de Waterloo

/2



Mental Health Commission of Canada / Commission de la santé mentale du Canada



Great-West Life Centre for Mental Health in the Workplace



UNIVERSITY OF WATERLOO

## Ordre du jour

1. Samantha Kolapak, Commission de la santé mentale du Canada
  - Contexte
2. Mary Ann Baynton, Centre pour la santé mentale en milieu de travail de la Great-West
  - Par où commencer?
3. Linda Brogden, Université de Waterloo
  - Bilan de l'état de votre organisation
4. Questions

/ 3



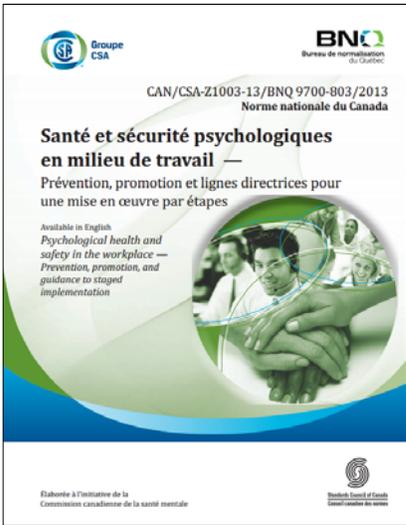
Mental Health Commission of Canada / Commission de la santé mentale du Canada



Great-West Life Centre for Mental Health in the Workplace



UNIVERSITY OF WATERLOO



 Groupe CSA
  Bureau de normalisation du Québec

CAN/CSA-Z1003-13/BNQ 9700-803/2013  
Norme nationale du Canada

**Santé et sécurité psychologiques en milieu de travail** —  
Prévention, promotion et lignes directrices pour une mise en œuvre par étapes

Available in English  
*Psychological health and safety in the workplace — Prevention, promotion, and guidance to staged implementation*

Élaborée à l'initiative de la Commission canadienne de la santé mentale

« Il est temps de commencer à penser au bien-être mental comme nous le faisons pour le bien-être physique, et la Norme nous offre le cadre requis pour le faire en milieu de travail. »

- Louise Bradley,  
directrice générale de la  
Commission de la santé  
mentale du Canada

/ 4



## Milieu de travail

La semaine dernière, un demi **million de Canadiens ne sont allés travailler** en raison d'un trouble mental ou d'une maladie mentale. Autant de Canadiens n'entreront pas au travail la semaine prochaine.

- Le milieu de travail représente l'une des cinq priorités de la Commission
- Adoption de la Norme
  - témoignages vidéo
  - notre projet d'étude de cas
  - webinaire public d'aujourd'hui : Par où commencer?

Pour obtenir de plus amples renseignements : [skolapak@mentalhealthcommission.ca](mailto:skolapak@mentalhealthcommission.ca)

/ 5



## Par où commencer?

Commencez là où vous avez déjà de l'influence ou du contrôle :

Communiquez et célébrez la réussite	Passez en revue les politiques et pratiques existantes
Demandez à la haute direction de joindre le geste à la parole	Créez une équipe pour représenter chaque groupe
Ajoutez un volet de sensibilisation à la santé mentale à la formation existante	Encouragez les leaders à engager d'autres partenaires
Mettez sur pied un groupe témoin composé de gestionnaires/superviseurs	Récoutez des données pour déterminer le niveau de référence et les tendances

/ 6



## Est-il mieux de faire de petits pas ou de grandes enjambées?

- Si vous le pouvez, commencez à l'échelle de l'organisation, mais assurez-vous que le tout est gérable
- Créez des groupes et des plans d'action pour ceux-ci
- Faites participer les gens!



/ 7



## Programme de santé et sécurité psychologiques déjà en place, mais désir d'amélioration :

1. Choisissez un thème en fonction de vos résultats.
2. Faites participer des leaders de chaque service ou groupe.
3. Communiquez les résultats attendus.
4. Convenez d'un moyen d'évaluer les résultats.
5. Demandez à chaque personne d'élaborer un plan d'action avec ses subordonnés directs.
6. Partagez les plans d'action avant la mise en œuvre.
7. Demandez aux leaders d'engager leurs subordonnés directs dans la mise en œuvre et l'évaluation.
8. Passez en revue les résultats et répétez avec un autre thème.

/ 8



**Comment nous assurer du meilleur rendement possible?**

**Obtenez l'engagement de vos leaders en milieu de travail d'agir au sein de leur groupe**

**Utilisez des ressources gratuites telles que « Working through it » en matière de sensibilisation envers la santé mentale**

**Utilisez « La gestion en matière de santé mentale » pour éduquer les superviseurs et les gestionnaires**

/ 9



**13 facteurs**

Soutien psychologique	Culture organisationnelle	Leadership et attentes clairs	Civilité et respect
Compétences et exigences psychologiques	Croissance et perfectionnement	Reconnaissance et récompenses	Participation et influence
Gestion de la charge de travail	Engagement	Équilibre	Protection psychologique

**Protection de la sécurité physique**

/ 10



## Pourquoi est-il important de mettre l'accent sur la santé et la sécurité psychologiques?

- Aucun milieu de travail n'est à l'abri (peu importe la taille ou le secteur)
- Les coûts résultant du fait de ne pas aborder les problèmes de santé mentale au travail sont importants
- Les troubles mentaux et maladies mentales représentent environ 30 % de l'invalidité à court et long termes, et sont classés par plus de 80 % des employeurs canadiens parmi les 3 motifs les plus prévalents de réclamations d'invalidité
- Les trois motifs les plus importants à l'Université de Waterloo sont les troubles mentaux, le cancer et les troubles cardiaques (dont l'hypertension)

/ 11



## Bilan de l'état de votre organisation

- Parlez avec des collègues qui ont intérêt à promouvoir la Norme
- Recueillez des données (p. ex., taux d'absentéisme liés à des troubles mentaux)
- Parlez aux employés qui ont eu des problèmes au travail et utilisez ces renseignements pour déterminer les coûts connexes
- Passez en revue les politiques, procédures et lignes directrices
- Planifiez la marche à suivre et agissez

/ 12



## Faites participer les bonnes personnes; conservez votre élan

- Rencontrez la haute direction, les responsables des relations avec le personnel et le corps enseignant, et les groupes syndicaux pour expliquer les avantages
- Prouvez à la haute direction la valeur de la mise en œuvre
- Tout le monde devrait comprendre :
  - la gestion de la charge de travail
  - l'engagement
  - la civilité et le respect

/ 13

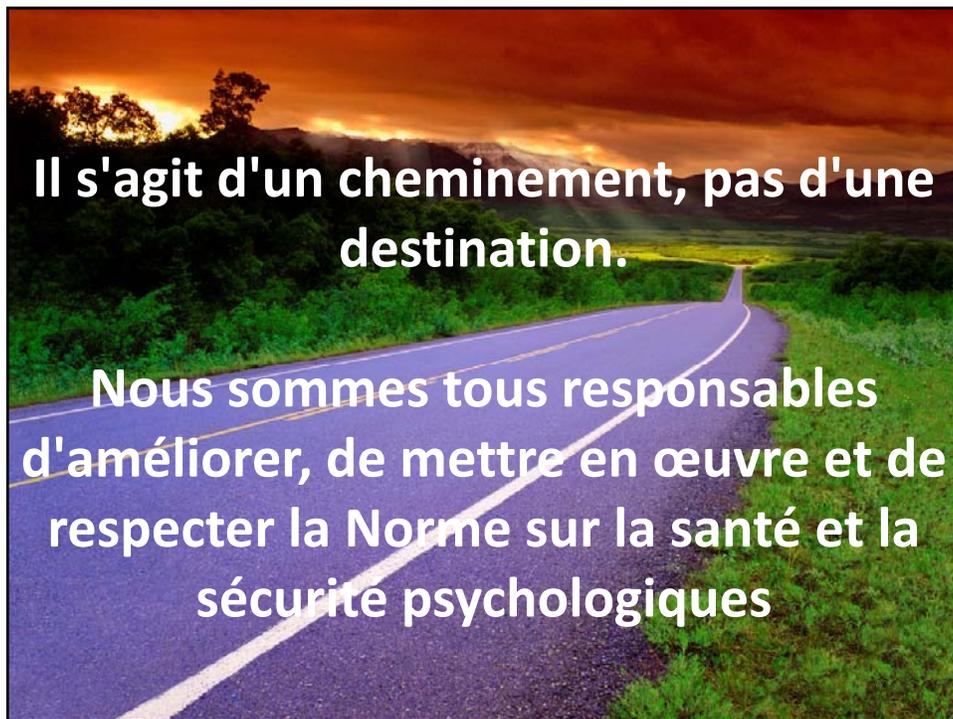


## Questions de planification et de mise en œuvre

- Trouvez des champions et mettez sur pied votre équipe
- Évaluez ce que vous faites, et continuez en vous appuyant sur le positif
- Vous devriez peut-être commencer avec des discussions informelles; présentez les 13 facteurs un à la fois

[www.workplacestrategiesformentalhealth.com](http://www.workplacestrategiesformentalhealth.com)

/ 14





Mental Health Commission of Canada  
Commission de la santé mentale du Canada



Great-West Life  
Centre for Mental Health in the Workplace



UNIVERSITY OF WATERLOO

[strategiesdesantementale.com](http://strategiesdesantementale.com)

Système de gestion de la santé et de la sécurité psychologiques

**Présentation du Système de gestion de la santé et de la sécurité psychologiques**

Pourquoi il est logique, du point de vue organisationnel, d'avoir un milieu du travail sain sur le plan psychologique et de la sécurité



Présentation du SGSSP	Engagement et leadership	Planification	Mise en place	Évaluation et mesures correctives	Examen de la direction et amélioration continue
-----------------------	--------------------------	---------------	---------------	-----------------------------------	---

/ 16



## FAQ à propos du Système de gestion de la santé et de la sécurité psychologiques

- Pourquoi notre organisation devrait-elle mettre en œuvre le système?
- Est-il question de maladies mentales chez les employés?
- Suggérez-vous que les organisations sont les seules responsables?
- Ouvrirons-nous une boîte de Pandore?
- Cela causera-t-il du stress indu chez les gestionnaires?
- Pourrait-il empiéter sur la vie privée ou violer la confidentialité?

/ 17



## Communication



<b>Leaders principaux et gestion</b>
<b>Organisations de travail et syndicats</b>
<b>Cadres intermédiaires</b>
<b>Employés</b>

/ 18



## Que peut faire votre organisation?

- Lisez la Norme et les annexes
- Assurez-vous que votre organisation compte un champion responsable d'aller de l'avant
- Tirez profit de ressources gratuites et crédibles

/ 19



## En résumé...

- N'oubliez pas d'évaluez ce que vous faites, et continuez en vous appuyant sur le positif
- Faites participer les leaders et les autres partenaires importants
- La mise en œuvre du plan de santé et sécurité psychologiques sera un cheminement
- De nombreuses ressources existent pour vous aider :
  - Norme nationale du Canada sur la santé et la sécurité psychologiques en milieu de travail,
  - Stratégies en milieu de travail sur la santé mentale,
  - Programme Premiers soins en santé mentale Canada,
  - Une main-d'œuvre en quête d'emploi, et beaucoup plus!

/ 20



Mental Health Commission of Canada / Commission de la santé mentale du Canada

Great-West Life Centre for Mental Health in the Workplace

UNIVERSITY OF WATERLOO

## Questions?



/ 21



Mental Health Commission of Canada / Commission de la santé mentale du Canada

Great-West Life Centre for Mental Health in the Workplace

UNIVERSITY OF WATERLOO

## Pour commencer...

Examinez  
Profitez  
Améliorez l'efficacité

### Stratégies en milieu de travail sur la santé mentale



*Ayez fière allure et augmentez la réussite de vos clients – résultats tangibles, investissement minimal.*

/ 22



## Merci

Communiquez avec nous : [skolapak@mentalhealthcommission.ca](mailto:skolapak@mentalhealthcommission.ca)

Consultez le : [www.mentalhealthcommission.ca/Français](http://www.mentalhealthcommission.ca/Français)

Suivez-nous sur :



Les opinions exprimées dans ce document représentent le point de vue de la Commission de la santé mentale du Canada.  
La production de ce document a été rendue possible grâce à la contribution financière de Santé Canada.