



# LA SANTÉ MENTALE en milieu de travail

Un milieu de travail favorisant la santé psychologique est un environnement respectueux et productif où tous les efforts sont déployés pour protéger et promouvoir la santé mentale des employés.

## Les employeurs



doivent protéger la santé et la sécurité de leurs employés



**30% des réclamations**

de prestations d'invalidité sont reliées à des problèmes de santé mentale ou de maladie mentale.<sup>1</sup>



**1/5 des Canadiens**

font face à un problème de santé mentale ou à une maladie mentale chaque année.<sup>2</sup>



**\$ 50 milliards par année**

est le coût total des problèmes de santé mentale et de maladie mentale au Canada.<sup>3</sup>

1

### AIDER

les employés à participer et à contribuer au processus de décision

2

### DÉFINIR

les tâches et les responsabilités des employés

3

### FAVORISER

l'équilibre travail-vie personnelle

4

### ENCOURAGER

les comportements respectueux



## COMMENT PUIS-JE AIDER? LES HUIT PRATIQUES À ADOPTER

5

### GÉRER

la charge de travail

6

### OFFRIR

des possibilités de formation et d'apprentissage

7

### ADOPTER

des stratégies de résolution de conflits

8

### RECONNAÎTRE

véritablement la contribution des employés

## UN MILIEU DE TRAVAIL SAIN



- la participation
- le moral
- la satisfaction
- le maintien en poste et le recrutement
- la productivité



- l'absentéisme
- les griefs
- les coûts associés aux soins de santé
- la prise de congés de maladie et d'invalidité
- les accidents du travail

Les employeurs devraient évaluer les risques sur les plans physique et psychologique rencontrés dans leur milieu de travail et élaborer un plan visant à vaincre ces risques ou à les alléger.

Pour en savoir plus, consultez le [canada.ca/sante-securite-travail](http://canada.ca/sante-securite-travail)

<sup>1</sup> Sairanen, S., Matzanka, D., & Smeall, D. (2011). The business case: Collaborating to help employees maintain their mental well-being. *Healthcare Papers*, 11, 78-84.

<sup>2</sup> Smetanin, P., Stiff, D., Briante, C., Adair, C., Ahmad, S. & Khan, M. (2011). The life and economic impact of major mental illnesses in Canada: 2011 to 2014. *RiskAnalytics*, on behalf of the Mental Health Commission of Canada.

<sup>3</sup> Ibid.