

Saviez-vous que....

- Au Canada, en 2003, les coûts associés à la maladie mentale (absences, perte de productivité, prestations et soins de santé) ont été estimés à 51 milliards de dollars.¹
- 47 % des travailleurs canadiens sont d'accord pour dire que leur travail constitue la partie la plus stressante de leur journée.¹
- Les épisodes de stress prolongés augmentent de 150 % le risque de maladies coronariennes.¹

L'impact d'un milieu malsain

- 1. Problématiques de santé physique**
(Ex. : maux de dos, blessures, etc.)
- 2. Problématiques de santé mentale**
(Ex. : détresse psychologique, dépression, etc.)
- 3. Problématiques émotivo-comportementales**
(Ex. : changement d'humeur, conflits, etc.)

*Absentéisme
et
présentéisme*

Les pistes de solution

- 1. Limiter les facteurs de risques**
(Ex. : éviter la surcharge de travail, sentiment d'incompétence, etc.)
- 2. Limiter l'ambiguïté**
(Ex. : clarifier les rôles et les attentes, etc.)
- 3. Permettre aux employés de participer à la prise des décisions des sujets les concernant**
(Ex. : clarifier les rôles et les attentes, etc.)
- 4. S'assurer que les gestionnaires montrent l'exemple**
(Ex. : respecter les périodes de repos, en communiquant de manière respectueuse, etc.)
- 5. Écouter les employés**
(Ex. : donner la parole aux employés et utiliser leurs idées, etc.)
- 6. Stimuler le soutien social**
(Ex. : stimuler les activités sociales et en appuyer les « aidants naturels » en entreprise, etc.)
- 7. Créer des espaces de paroles**
(Ex. : solliciter la rétroaction individuelle ou de groupe, etc.)
- 8. Développer des pratiques de reconnaissance**
(Ex. : remercier les employés pour leur travail, etc.)

Source :

1. Lim, K. L., Jacobs, P., Ohinmaa, A., Schopflocher, D., & Dewa, C. S. (2008). A new population-based measure of the economic burden of mental illness in Canada. *Chronic Diseases in Canada*, 92-98.
Morneau Shepell. (2017). Media Room. Morneau Shepell finds organizational change linked to physical and mental health sick leave

Avec la participation financière de :

