

Un Canadien sur cinq aura un trouble mental ou une maladie mentale cette année.

Plus de **6,7 millions** de Canadiens sont actuellement aux prises avec un trouble mental ou une maladie mentale

Seulement 25% des employés sont d'avis que leur superviseur se préoccupe des problèmes associés à la santé mentale.

Premiers soins en santé mentale
pssm@commissionsantementale.ca
1-866-989-3985
www.premierssoinssantementale.ca

Commission de la santé mentale du Canada

Bureau de Calgary
10301, Southport Lane SO,
bureau 800
Calgary (Alberta) T2W 1S7
Tél. : 403-255-5808
Télééc. : 403-385-4044

Bureau d'Ottawa
100, rue Sparks,
bureau 600
Ottawa (Ontario) K1P 5B7
Tél. : 613-683-3755
Télééc. : 613-798-2989

Bureau de Montréal
315, Place d'Youville, bureau 302
Montréal, Québec H2Y 0A4
Tél. : 438-820-5103

www.commissionsantementale.ca



Les interventions de secourisme en milieu de travail doivent aussi porter sur la **santé mentale**

Les employeurs portent de plus en plus la **responsabilité légale** d'assurer la santé et la sécurité psychologiques dans leur milieu de travail. Par conséquent, ils peuvent être tenus **responsables** dans les cas de réclamation pour invalidité, notamment lorsqu'un employé est victime de harcèlement, d'intimidation ou de surmenage chronique.

Premiers soins en santé mentale



Mental Health
Commission
of Canada

Commission de
la santé mentale
du Canada



Les troubles mentaux et les maladies mentales sont à l'origine de près de 30 % des réclamations d'invalidité à court et à long terme.

En 2011, l'impact de l'absentéisme et du présentéisme causé par la maladie mentale sur la productivité a engendré des coûts de près de 6 milliards \$.



Dans une proportion de 82 %, des employeurs canadiens ayant répondu à un sondage récent jugent que les troubles mentaux figurent parmi les trois principales causes de réclamation d'invalidité à court et à long terme (72 % en ce qui concerne les réclamations à long terme).



En moyenne, les interruptions de travail pour cause de maladie mentale ont coûté plus de 10,5 millions \$ aux employeurs ayant répondu au sondage.



Les collègues et les superviseurs sont les mieux placés pour déceler les signes et les symptômes d'un trouble mental chez un employé, à condition d'avoir reçu une formation sur les premiers soins en santé mentale.

Premiers soins en santé mentale enseigne comment venir en aide à une personne ayant un trouble mental ou traversant une crise. À l'instar des premiers soins prodigués à un blessé avant qu'il n'obtienne des soins médicaux, les premiers soins en santé mentale visent à secourir une personne avant qu'elle ne soit dirigée vers une ressource appropriée ou jusqu'à ce que la crise soit prise en charge.

La formation sur les premiers soins en santé mentale aide les milieux de travail à :

- Reconnaître et décoder les symptômes des troubles mentaux, y compris ceux associés à la consommation de substances intoxicantes
- Offrir du soutien et empêcher qu'un trouble mental ne s'aggrave
- Promouvoir le rétablissement en répondant aux besoins des employés en situation de détresse ou qui se relèvent d'une crise

- Favoriser la productivité et réduire l'absentéisme et l'impact global des troubles mentaux sur les profits

Les résultats montrent que les personnes ayant suivi la formation élémentaire de 12 heures :

- Savent mieux reconnaître les maladies mentales et les troubles mentaux les plus courants
- Contribuent au rapprochement social des personnes ayant un trouble mental ou une maladie mentale
- Se sentent plus à l'aise de secourir leurs collègues
- Sont davantage portés à venir en aide

Les employeurs qui établissent une orientation stratégique favorisant l'équilibre mental en retirent des **bienfaits importants sur le plan des coûts et de l'efficacité** en raison de ce qui suit :

Hausse de la productivité : Quand ils sont heureux et en bonne santé mentale, les employés mettent plus de cœur et d'application au travail.

Amélioration du recrutement et de la rétention de personnel : Aujourd'hui, les employés de fort calibre s'attendent à ce que leur employeur favorise leur développement sur le plan personnel et professionnel.

Réduction des coûts associés à l'invalidité et à l'absentéisme : Il existe un lien étroit entre la santé mentale, la santé physique et la prévention des préjudices.

Diminution des conflits : Les milieux de travail qui font la promotion de la santé mentale reçoivent moins de plaintes et de griefs et jouissent d'une meilleure réputation.

Réussite opérationnelle : Dans les milieux de travail où le climat est sain sur le plan psychologique, la motivation, l'investissement, la tendance à innover et la créativité des employés sont plus élevés. Ces milieux affichent aussi de meilleurs résultats sur le plan du nombre d'erreurs commises, des décisions prises et de la planification.

