

Guide des ressources

Pour consultation rapide

JETER LES BASES

TITRE DE LA RESSOURCE	DESCRIPTION	LIEN
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	Voici un guide parfait pour vous aider à appliquer la Norme dans votre milieu de travail. Le document répartit chacune des étapes en quatre grandes phases : jeter les bases, cerner les occasions, établir les objectifs et mettre en œuvre le plan.	https://www.csagroup.org/documents/codes-and-standards/publications/SPE-Z1003-manuel.pdf
Arguments clairs en faveur de l'embauche de main-d'œuvre en quête d'emploi : recruter et de maintenir en poste des personnes atteintes d'une maladie mentale	Cette étude porte sur cinq entreprises canadiennes sises dans trois provinces différentes et dont les employeurs ont pris des mesures pour embaucher des travailleurs ayant une maladie mentale et mettre en place des stratégies d'adaptation pour eux. Pour chacune de ces entreprises, des données ont été recueillies pour établir une ventilation économique complète des avantages nets estimés et le rapport coûts-avantages tant pour l'employé que pour l'employeur. Dans tous les cas étudiés, un retour sur le capital investi important a été observé relativement à l'aménagement du milieu pour les travailleurs ayant une maladie mentale; autrement dit, les travailleurs et les employeurs ont tiré des avantages financiers grâce aux mesures d'adaptation mises en place.	https://www.mentalhealthcommission.ca/sites/default/files/2018-06/business_case_for_aspiring_workforce_fr.pdf
Trousse d'outils pour aider les employeurs à répondre aux besoins des travailleurs ayant une maladie mentale	En janvier 2019, la Commission de la santé mentale du Canada (CSMC) lancera une trousse d'outils pour guider les employeurs grâce à une approche par étapes visant le recrutement et le maintien en poste de travailleurs qui ont une maladie mentale. Cette trousse les aidera également à instaurer un environnement de travail inclusif dans lequel les personnes ayant un problème de santé mentale ou une maladie mentale ont une place.	https://www.mentalhealthcommission.ca/Francais/ce-que-nous-faisons/sante-mentale-en-milieu-de-travail/main-doeuvre-en-quete-demploi
20 questions à l'intention des leaders sur la santé et la sécurité psychologiques en milieu de travail	Au moment de préparer une analyse de rentabilisation avec les dirigeants de votre organisation, sortez cet outil pour vous aider à aborder la question de la santé mentale au travail.	https://www.strategiesdesantementale.com/vingt-questions-a-lintention-des-leaders-sur-la-sante-et-la-securite-psychologiques-en-milieu-de-travail
Résumé du rapport de Martin Shain sur la sécurité psychologique au travail	Voici une série de quatre rapports mettant l'accent sur l'obligation légale qui revient aux organisations d'offrir à leurs employés un environnement de travail psychologiquement sain.	https://www.mentalhealthcommission.ca/Francais/media/3047
Trousse d'outils des Centres de santé des travailleurs et travailleuses de l'Ontario (CSTTO) sur les préjudices psychologiques	Qu'est-ce que le stress en milieu de travail, et quelles mesures prenez-vous pour le réduire? Cette trousse d'outils transmet aux travailleurs des connaissances de base sur le stress en milieu de travail et sur les moyens qui existent pour l'atténuer.	https://www.ohcow.on.ca/measurement-workplace-stress.html (en anglais)
Société des troubles de l'humeur du Canada consacrée à la santé mentale au travail	Ce manuel a été conçu tant pour les employés que pour les employeurs afin de les aider à mettre en place des initiatives de santé mentale dans leur milieu de travail.	http://troubleshumeur.ca/wp/workplace/

S'AUTO-ÉVALUER

TITRE DE LA RESSOURCE	DESCRIPTION	LIEN
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	Voici un guide parfait pour vous aider à appliquer la Norme dans votre milieu de travail. Le document répartit chacune des étapes en quatre grandes phases : jeter les bases, cerner les occasions, établir les objectifs et assurer l'application.	https://www.csagroup.org/documents/codes-and-standards/publications/SPE-Z1003-manuel.pdf
Trousse d'outils Une étape à la fois	<p>Cette trousse d'outils est offerte gratuitement en ligne pour aider les organisations qui s'efforcent d'appliquer la Norme. Complément au document 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, cette trousse d'outils offre des conseils pratiques pour mettre en place les éléments clés de la Norme et inclut des liens vers des outils personnalisables pour aider les organisations à agir.</p> <p>Cette ressource est recommandée pour les employeurs, les cadres supérieurs, les gestionnaires des ressources humaines et les professionnels de la santé et la sécurité au travail.</p>	https://www.cchst.ca/products/courses/assembling_pieces/
Santé et sécurité psychologiques : Guide de l'employeur	Améliorez la santé et la sécurité psychologiques de vos employés grâce à ce guide rempli de suggestions de mesures à prendre, toutes mesurables, fondées sur des données probantes et destinées à tout type d'employeur.	https://www.mentalhealthcommission.ca/sites/default/files/Workforce_Employers_Guide_FRE_1.pdf
Exemple d'instrument d'audit	Cet instrument d'audit peut être personnalisé pour vous aider à recueillir des données et à établir une mesure de référence pour la santé et la sécurité psychologiques au travail.	https://www.strategiesdesantementale.com/pdf/Sample_Audit_Tool_French.pdf
Protégeons la santé mentale au travail	Ces ressources peuvent vous aider à évaluer l'état de votre organisation dès le premier chapitre. Celui-ci présente les 13 facteurs psychosociaux élaborés par la Norme qui contribuent à une bonne santé et une bonne sécurité psychologiques en milieu de travail, pour ainsi les mettre en place et les améliorer.	https://www.psmt.ca/
20 questions à l'intention des syndicats sur la santé mentale et la sécurité psychologique en milieu de travail	Conçu spécifiquement pour les représentants syndicaux, ce questionnaire peut aider les syndicats à comprendre les approches qui existent actuellement pour favoriser la santé et la sécurité psychologiques et à soutenir les employés aux prises avec un problème de santé mentale.	https://www.strategiesdesantementale.com/sante-et-securite-psychologiques/making-the-business-case/collaboration-du-syndicat-et-de-la-direction

METTRE VOTRE PLAN EN PLACE

TITRE DE LA RESSOURCE	DESCRIPTION	LIEN
Projet de recherche sous forme d'études de cas – Foire aux questions sur la mise en place de la Norme	Consultez cette liste de questions fréquemment posées dressée par la CSMC pour vous guider dans votre cheminement vers la mise en place de la Norme.	https://www.mentalhealthcommission.ca/sites/default/files/MHCC_Standard_FAQ_FRE_0_1.pdf
Rapport du projet de recherche sous forme d'études de cas	Voici un rapport sommaire qui présente les pratiques prometteuses et les leçons tirées de l'expérience des 40 organisations ayant participé au projet de recherche. Le document résume les découvertes de ces dernières qui peuvent soutenir les employeurs canadiens qui entreprennent une démarche pour promouvoir la santé psychologique de leurs employés et prévenir les préjudices psychologiques.	https://www.mentalhealthcommission.ca/Francais/projet-de-recherche-sous-forme-detudes-de-cas
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	Voici un guide parfait pour vous aider à appliquer la Norme dans votre milieu de travail. Le document répartit chacune des étapes en quatre grandes phases : jeter les bases, cerner les occasions, établir les objectifs et assurer l'application.	https://www.csagroup.org/documents/codes-and-standards/publications/SPE-Z1003-manuel.pdf
Trousse d'outils Une étape à la fois	Cette trousse d'outils est offerte gratuitement en ligne pour aider les organisations qui s'efforcent d'appliquer la Norme. Complément au document 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, cette trousse d'outils offre des conseils pratiques pour mettre en place les éléments clés de la Norme et inclut des liens vers des outils personnalisables pour aider les organisations à agir. Cette ressource est recommandée pour les employeurs, les cadres supérieurs, les gestionnaires des ressources humaines et les professionnels de la santé et la sécurité au travail.	https://www.cchst.ca/products/courses/assembling_pieces/
Centre pour la santé mentale en milieu de travail de la Great-West	Visitez ce site de la Great-West pour accéder à une variété de ressources et d'outils liés à la santé mentale au travail.	https://www.strategiesdesantementale.com/

SENSIBILISER DAVANTAGE LES GENS À LA SANTÉ MENTALE

TITRE DE LA RESSOURCE	DESCRIPTION	LIEN
Je ne me reconnais pas	La campagne <i>Je ne me reconnais pas</i> est un programme offert par l'Association canadienne pour la santé mentale pour orienter votre démarche vers la santé mentale au travail.	http://www.jenemereconnaispas.ca/
Elle prend toute la place – Campagne de lutte contre la stigmatisation	Cette campagne proposée par la Société des troubles de l'humeur du Canada est conçue pour contribuer à éliminer la stigmatisation liée à la santé mentale.	http://troubleshumeur.ca/wp/stigma/elephant-in-the-room-campaign/
Vidéos sur les facteurs qui contribuent à une bonne santé et une bonne sécurité psychologiques au travail	Approfondissez votre connaissance des 13 facteurs psychosociaux établis par la Norme qui influencent la santé et la sécurité psychologiques au travail en visionnant ces vidéos produites par Santé publique Ottawa et la CSMC.	https://www.youtube.com/watch?v=7-9LIEdLkn4&list=PL2WzU2Sl1Shjm3dwNzl5kUNcztZ1GNlyZ

SENSIBILISER DAVANTAGE LES GENS À LA SANTÉ MENTALE

TITRE DE LA RESSOURCE	DESCRIPTION	LIEN
Webinaires	La CSMC offre une série de webinaires sur le bien-être au travail pour vous aider à sensibiliser davantage les gens à la santé mentale au travail.	https://www.mentalhealthcommission.ca/Francais/formation/ressources/webinaires
Séance d'orientation en ligne destinée aux employés	La formation <i>Être un employé consciencieux : Orientation en santé et sécurité psychologiques en milieu de travail</i> est un programme de formation en ligne offert gratuitement aux employés. Son objectif est d'aider les employés à comprendre les 13 facteurs psychosociaux qui influencent la santé et la sécurité psychologiques au travail établis par la Norme nationale sur la santé et la sécurité psychologiques en milieu de travail. Surtout, le programme démontre les éléments qui peuvent affecter la santé mentale des employés et les mesures que nous pouvons tous prendre pour nous aider nous-mêmes et pour aider nos collègues.	https://www.cchst.ca/products/courses/mindful_employee/
L'esprit au travail	Cet outil, offert en deux versions, l'une pour les gestionnaires et une autre pour les employés, est une ressource efficace pour éduquer les milieux de travail sur la santé mentale et le bien-être. Le cours inclut des vidéos, des manuels et des documents pour permettre une compréhension plus profonde de la question.	https://www.espritautravail.ca/
Premiers soins en santé mentale	Ce cours, semblable à la formation en premiers soins pour la santé physique, est un programme de formation qui enseigne aux gens à offrir un soutien en cas de crise, en attendant qu'un traitement professionnel puisse être obtenu.	https://www.mhfa.ca/fr
Formation de conseillers en santé et sécurité psychologiques de l'Association canadienne de santé mentale (ACSM)	Cette formation fondée sur l'expérience aide les particuliers à mettre en place de façon efficace un plan en santé mentale dans leur milieu de travail.	https://cmha.ca/workplace/training (en anglais)
Formation sur le respect en milieu de travail	Cette formation vise à donner aux particuliers les moyens de reconnaître et de prévenir l'intimidation, les mauvais traitements, le harcèlement et la discrimination en milieu de travail.	http://french.respectgroupinc.com/respect-in-the-workplace/
Programmes <i>Mental Health Works</i> de l'ACSM	Ciblant tant pour les employeurs que pour les employés, <i>Mental Health Works</i> offrent trois programmes (définis par leur durée, soit un jour, une demi-journée ou une heure) qui cadrent avec vos besoins en matière de santé mentale au travail.	http://www.mentalhealthworks.ca/ (en anglais)
Formation la santé psychologique au travail de l'ACSM	Cette formation outillera les cadres et les dirigeants afin qu'ils puissent développer des pratiques de gestion favorables à la santé de leurs équipes et prévenir la détresse psychologique dans leur milieu.	https://acsmmontreal.qc.ca/programs-services/presentation-du-programme-travail-et-sante-mentale/
Certificat en leadership sur la santé mentale en milieu de travail	Ce programme de certification en trois modules, conçu en collaboration avec la faculté des sciences de la santé et la Chaire de recherche Bell sur la santé mentale et la lutte contre la stigmatisation de l'Université Queen's, est destiné aux dirigeants d'organisations afin de les aider à mieux comprendre les enjeux légaux, éthiques et commerciaux liés à la santé mentale au travail.	https://formationenmilieudetravail.morneaushepell.com/fr/programme/le-programme-de-certification-leadership-en-sante-mentale-au-travail
Microprogramme de l'Université de Montréal en santé et mieux-être au travail psychologiques	L'Université de Montréal offre un microprogramme pour aider à comprendre les facteurs psychosociaux et à soutenir les employés qui vivent des enjeux de santé mentale.	https://eri.umontreal.ca/programmes-cours/programmes-de-cycles-superieurs/microprogramme-en-sante-et-mieux-etre-au-travail/

ÊTRE RECONNU

TITRE DE LA RESSOURCE	DESCRIPTION	LIEN
Prix excellence Canada Mental Health at Work^{MD}	Excellence Canada accorde ce prix à certaines organisations en reconnaissance des programmes de santé mentale en milieu de travail qu'elles offrent.	https://www.excellence.ca/en/awards/about-the-canada-awards-for-excellence/Award%20Categories-en#MHAW (en anglais)
Prix Sécurité au travail Canada : Prix de la sécurité psychologique	Ce prix reconnaît les entreprises canadiennes qui fournissent un vaste éventail de mesures de protection pour assurer la santé et la sécurité au travail de leurs employés, y compris sur le plan psychologique.	https://www.safestemployers.com/ (en anglais)
Les Grands Prix santé et sécurité au travail	Ces prix soulignent les meilleures réalisations et innovations des organisations des secteurs privé et public en matière de santé et sécurité au travail.	https://www.grandsprixst.com/
Programme de reconnaissance pour les milieux de travail psychologiquement sains	Ces prix sont présentés par des associations de psychologie régionales afin de reconnaître l'implication, la croissance et le perfectionnement des employés, la santé et la sécurité, le mérite et l'équilibre travail-vie personnelle en milieu de travail.	https://www.apaexcellence.org/resources/creatingahealthyworkplace/ (en anglais)



Commission de
la santé mentale
du Canada

Mental Health
Commission
of Canada



Association canadienne
pour la santé mentale
La santé mentale pour tous



ans dans la
communauté

Présentée par la Commission de la santé mentale
du Canada en collaboration avec l'Association
canadienne pour la santé mentale.