

Dynamisez la santé mentale de vos employés et augmentez vos résultats!

Il est essentiel, pour obtenir un bon rendement des employés, de leur offrir un milieu de travail sain. Avec l'augmentation de la dépression, les employeurs investissent davantage dans le bien-être de leur personnel, par crainte de payer très cher en ignorant ce problème.

Les chiffres ne mentent pas :

- Les troubles de santé mentale entraînent pour l'économie canadienne des coûts de 33 milliards de dollars par année en perte de productivité et on estime que le nombre de travailleurs canadiens souffrant de dépression est 1,4 millions.¹
- On estime que dans toute période donnée, 5 % des travailleurs canadiens souffrent de dépression.²
- Près de trois millions de Canadiens souffriront de dépression à un moment donné de leur vie, le plus souvent pendant leurs années productives, c'est-à-dire lorsqu'ils sont âgés de 24 ans à 44 ans.³



Il ne faut pas croire cependant qu'une entreprise est impuissante devant ces tendances. Les ergothérapeutes peuvent aider les employeurs à lutter contre la dépression en créant un environnement de travail qui offre **les éléments indispensables à la santé mentale au travail, sur une base quotidienne** ⁴ :

Éducation

L'ergothérapeute peut éduquer les travailleurs, à tous les échelons de la hiérarchie organisationnelle, soit des employés de la première ligne jusqu'à la direction, au sujet de la dépression et du stress, dans le but :

- d'en favoriser le dépistage précoce;
- de faire disparaître les mythes et les stéréotypes sur la maladie mentale;
- de favoriser une culture d'entreprise où les employés se sentent à l'aise de discuter de questions liées à la santé mentale.

Correspondance entre l'emploi et le travailleur

L'ergothérapeute peut créer des profils d'emploi afin de :

- déterminer les lacunes possibles entre les habiletés actuelles d'un travailleur et les tâches qu'il doit accomplir, puis d'élaborer des programmes correctifs au besoin;
- veiller à ce que les habiletés et les intérêts de l'employé correspondent à son emploi, ce qui entraînera une amélioration du rendement et une réduction de l'absentéisme, du roulement du personnel et des coûts liés à la formation des employés.

Soutien sur une base continue

L'ergothérapeute travaillera avec les gestionnaires et les employés afin de :

- mettre en œuvre des programmes de retour au travail et de gestion de la déficience à l'intention du personnel ayant des troubles de santé mentale et d'offrir des séances de counselling à cet effet;
- négocier des arrangements et des modifications au travail pour les personnes ayant des troubles de santé mentale;
- les aider à établir un équilibre entre le travail et la vie personnelle, en examinant les exigences occupationnelles au travail et dans la vie personnelle.

Une culture d'entreprise positive

L'ergothérapeute offrira des consultations à l'entreprise afin de créer un climat de travail

- qui réduit le stress excessif;
- qui valorise la diversité, le respect, la communication et la souplesse;
- où les employés éprouvent un sentiment d'appartenance et de bienveillance.

¹Business and Economic Roundtable on Mental Health, 2004.

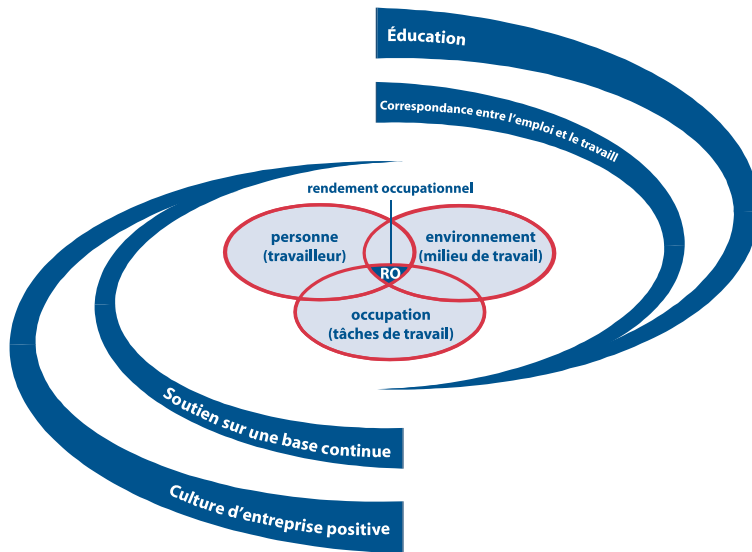
^{2,3}Canadian Mental Health Association, *Depression in the Workplace*, 1996.

⁴*Basé sur une recension des écrits du domaine de la santé mentale et de la maladie mentale en milieu

de travail, effectuée par Cockburn, Kirsh, Krupa et Gewurtz, 2004. La santé mentale et la maladie mentale en milieu de travail : des solutions ergothérapeutiques à des problèmes complexes. *Actualités ergothérapeutiques*, 6(5), 7-14.)

Éléments indispensables à la santé mentale en milieu de travail, au quotidien

(recommandés par l'Association canadienne des ergothérapeutes)



Les activités liées à l'emploi et le milieu de travail doivent correspondre aux habiletés, intérêts et aspirations des travailleurs pour qu'ils excellent dans leur travail. Après avoir évalué les travailleurs et observé les façons dont ils accomplissent leurs tâches dans leurs environnements de travail, l'ergothérapeute peut suggérer des changements – aux plans individuel et organisationnel – afin d'optimiser les habiletés des travailleurs et de créer un environnement où les employés peuvent s'épanouir.

\$\$\$ Combien coûte l'ergothérapie ?

Les ergothérapeutes qui travaillent en clinique privée offrent leurs services à des taux concurrentiels. Les sources de financement pour les services privés sont, notamment, les suivantes :

- Les régimes d'assurance-santé complémentaires;
- Les prestations de la Commission des accidents du travail (pour les maladies ou lésions associées au travail);
- Les régimes d'assurance (pour les personnes recevant des prestations pour invalidité de longue durée);
- Les Affaires des anciens combattants du Canada (pour les anciens combattants des forces armées canadiennes);
- Les régimes d'assurance automobile (pour les maladies ou les lésions causées par les accidents de la route).

Les services d'ergothérapie représentent un faible investissement comparativement aux coûts qui seraient encourus si ces

services n'étaient pas offerts. Un ergothérapeute peut prévenir des dépenses de milliers de dollars en perte de productivité organisationnelle en mettant en œuvre des programmes proactifs de santé mentale au travail ou en traitant les problèmes de santé mentale aussitôt qu'ils sont dépistés. L'ergothérapie peut également aider les personnes qui sont en arrêt de travail à effectuer un retour au travail efficace et en douceur et à conserver leur emploi pendant longtemps.

Les services d'ergothérapie peuvent coûter de 60 \$ à 100 \$ de l'heure. Les honoraires peuvent varier grandement en fonction de la situation géographique, du type de service offert et de la nature de la couverture du régime d'assurance-santé.

L'ergothérapie fait partie des services médicaux déductibles d'impôt au Canada.

Pour trouver un ergothérapeute :

- Visitez le www.otworks.ca et cliquez sur le trouvergo afin de chercher un ergothérapeute à partir de sa situation géographique, du type de services offerts ou d'autres critères.
- Consultez le coordonnateur du programme d'aide aux employés de votre organisation ou le responsable du programme de gestion de la déficience.