



APSSAP

Association paritaire
pour la santé et la sécurité du travail,
secteur « Administration provinciale »



SANTÉ PSYCHOLOGIQUE AU TRAVAIL **POUR LES COMITÉS DE SANTÉ ET DE SÉCURITÉ**

Contenu de la trousse

▶▶ MANDAT ET DÉMARCHE

GUIDE LA SANTÉ PSYCHOLOGIQUE AU TRAVAIL POUR LES COMITÉS DE SANTÉ ET DE SÉCURITÉ DU TRAVAIL

Ce guide présente le rôle du comité de santé et de sécurité du travail en matière de prévention et de promotion de la santé psychologique au travail. Le mandat et la démarche de prise en charge de ce type de problèmes sont expliqués et des exemples sont proposés.

ATELIER SUR LA SANTÉ PSYCHOLOGIQUE ET LE RÔLE DES COMITÉS DE SANTÉ ET DE SÉCURITÉ DU TRAVAIL

L'atelier s'adresse aux comités qui désirent s'investir dans la prévention des problèmes de santé psychologique au travail et contribuer au bien-être psychologique du milieu de travail. Il vise à mieux connaître le rôle du comité face à la santé psychologique au travail, acquérir des connaissances de base et poser des actions structurées en santé psychologique au travail.

▶▶ ÉVALUATION

ÉVALUATION DE LA SATISFACTION SUITE À UNE ACTIVITÉ

Le questionnaire de satisfaction peut être utilisé à la suite de la tenue d'une activité de prévention pour évaluer si les participants ont été satisfaits de celle-ci. Cela permet au comité d'orienter ses actions.

ÉVALUATION DE L'IMPACT D'UNE ACTIVITÉ

Ce questionnaire permet de mesurer l'efficacité d'une activité en termes de modification des attitudes, des comportements et d'atteinte des objectifs

► OUTILS

50 FAÇONS DE PRENDRE SOIN DE SOI

Cette fiche s'adresse aux individus au travail et propose différentes pistes d'actions pour favoriser sa santé mentale et celle de ses collègues.

50 FAÇONS DE PRENDRE SOIN DE SON ÉQUIPE

Cette fiche s'adresse aux gestionnaires qui désirent protéger la santé psychologique de leurs employés et de leurs équipes. Elle suggère des comportements concrets à leur portée qui permettent d'avoir un impact sur le niveau de bien-être des équipes au travail.

EXEMPLE DE PLAN D'ACTION EN SANTÉ PSYCHOLOGIQUE AU TRAVAIL

Le comité peut s'inspirer du plan d'action présenté dans cette fiche. En effet, les actions de prévention doivent être structurées pour avoir un véritable impact dans le milieu de travail.

COMMENT AMÉLIORER LA VISIBILITÉ DU COMITÉ ET DE SES ACTIONS ?

Cet outil suggère différents exemples de moyens de diffusion de vos messages et expose les principes généraux à respecter pour que les messages de prévention aient de l'impact auprès du public-cible.

POURQUOI S'OCCUPER DE LA SANTÉ PSYCHOLOGIQUE AU TRAVAIL ?

Cette fiche explique différentes raisons de faire de la promotion et de la prévention en santé psychologique au travail. Le comité peut se servir de ces arguments pour convaincre de l'importance de s'occuper du bien-être psychologique des gens au travail.

AFFICHES

Cette série de trois affiches permet au comité de faire la promotion de ses activités et / ou de sensibiliser le personnel sur la santé psychologique au travail.

► RESSOURCES

RÉPERTOIRE DES RESSOURCES

Le répertoire des ressources recense différents types de matériel disponible relié à la santé psychologique au travail. Cet outil peut aider les comités de santé et de sécurité dans le choix et la réalisation d'activités de promotion, de sensibilisation et d'information en santé mentale au travail.

SANTÉ PSYCHOLOGIQUE

Votre équipe en santé psychologique

Annie Drouin adrouin@apssap.qc.c
Jean-Philippe Lamonde jplamonde@apssap.qc.ca



APSSAP

Association paritaire
pour la santé et la sécurité du travail,
secteur « Administration provinciale »

1220, Boul. Lebourgneuf, bureau 10
Québec (Québec) G2K 2G4

Tél. : (418) 624-4801
Télééc. : (418) 624-4858

apssap@apssap.qc.ca
apssap.qc.ca
adapte.ca