



Commission de
la santé mentale
du Canada

Mental Health
Commission
of Canada



Centre canadien sur
les dépendances et
l'usage de substances

Données. Engagement. Résultats.



Le Conference Board du Canada
The Conference Board of Canada

Entamer la conversation

La consommation problématique de substances
et le milieu de travail



Le saviez-vous?

La consommation d'alcool et de drogues peut toucher les employés de tous les secteurs et à tous les niveaux.

Les employeurs ont la responsabilité de prévenir la consommation problématique de substances, de la réduire et de prendre les mesures qui s'imposent, le cas échéant.

Il existe un lien étroit entre la consommation problématique de substances et la santé mentale.



8 SUR 10

Canadiens de 15 ans et plus ont bu de l'alcool dans la dernière année

LES 3 PRINCIPALES



substances consommées par les Canadiens sont :
1 l'alcool 2 le cannabis 3 les analgésiques opioïdes



1 SUR 25

Canadiens de 15 ans et plus répondent aux critères d'un trouble lié aux substances

2x



Les personnes atteintes d'une maladie mentale sont deux fois plus susceptibles d'avoir un problème d'alcool ou de drogue¹



11,8 \$ MILLARDS

À l'échelle nationale, la perte de productivité attribuable à la consommation d'alcool et de drogues illicites

16%



des coûts liés aux avantages sociaux sont attribuables aux invalidités et aux absences occasionnelles en milieu de travail

¹ Rush et coll. *Prevalence of co-occurring substance use and other mental disorders in the Canadian population, 2008.*

Facteurs de risque pour la consommation de substances en milieu de travail

- Accès facile à l'alcool et à d'autres drogues
- Stress intense
- Tâches ennuyeuses et répétitives
- Isolement
- Fatigue
- Travail peu satisfaisant
- Longues heures
- Travail par quarts
- Supervision à distance ou irrégulière
- Environnement négatif de travail
- Absence de possibilités d'avancement
- Réunions avec des clients ou des employés où de l'alcool est servi



Les formes de l'usage de substances

Nous pensons souvent à la consommation de substances en termes de dépendance ou de toxicomanie, mais la consommation d'alcool et d'autres drogues peut prendre plusieurs formes qui, à tout moment, peuvent nuire au rendement et à la sécurité en milieu de travail.

Consommation récréative

Un employé qui doit rencontrer des clients à des congrès et des activités sociales préfère ne pas consommer d'alcool durant les discussions d'affaires, mais il lui arrive de prendre un verre de vin au souper.

Consommation fréquente

Un employé souffrant d'anxiété passe des moments difficiles au travail et, pour composer avec le stress et le manque de sommeil, se met à consommer du cannabis régulièrement. Il affiche généralement un rendement supérieur, mais il commence à arriver en retard au travail et ne respecte pas une échéance importante.

Consommation problématique

Un employé commence à prendre plus d'analgésiques que prescrit, ce qui cause des conflits avec ses collègues. Il n'achève pas ses tâches et passe près de causer un accident grave. Il a du mal à réduire sa consommation de médicaments.

Passez à l'action dès maintenant

Chacun a un rôle à jouer, que vous soyez employé, gestionnaire, professionnel des ressources humaines, représentant syndical ou cadre supérieur. En tant qu'employeur, vous pouvez commencer par :

1 Examiner vos données

Utilisez les données de votre organisation pour mieux comprendre l'ampleur du problème dans votre milieu de travail.

2 Mobiliser les employés et les syndicats

Sollicitez des idées et des commentaires. Mobilisez vraiment le personnel et les syndicats, car ils peuvent, grâce aux connaissances et expériences acquises, aider à créer un milieu de travail sain.

3 Sensibiliser votre personnel

Mettez l'information sur la consommation problématique de substances à la disposition des employés. Offrez des programmes de prévention et de renforcement de la résilience.

4 Réduire la stigmatisation et la discrimination

Créez un environnement où les employés peuvent sans crainte demander de l'aide en parlant ouvertement des problèmes liés à la consommation de substances.

5 Engagement du leadership

Faites connaître les soutiens disponibles. Le leadership doit être visible et soutenu.

6 Promouvoir un environnement sain et sécuritaire

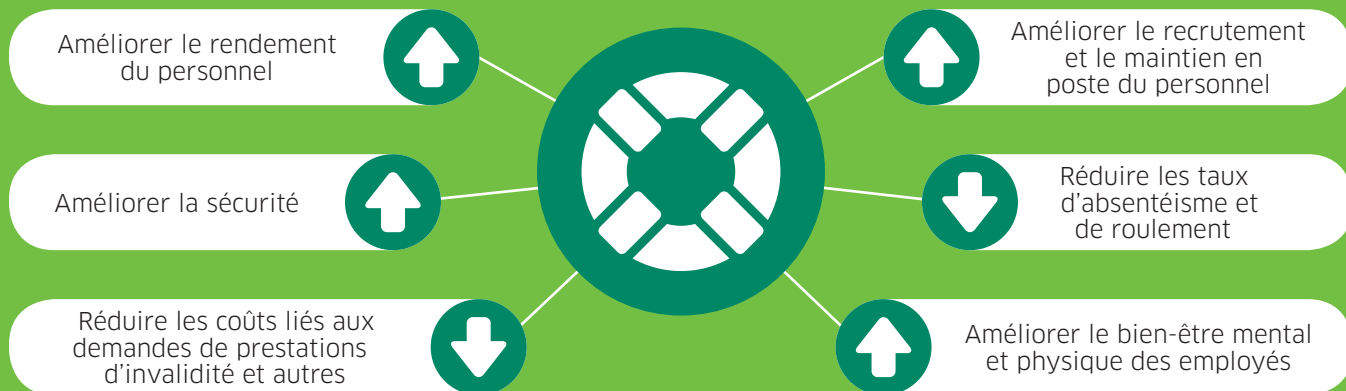
Créez ou améliorez, et communiquez, les politiques et processus liés à la consommation de substances. Élaborez une politique en matière d'alcool et de drogues qui est adaptée à la culture et aux besoins particuliers de votre milieu de travail.

7 Encourager un traitement et un soutien dès le début

Indiquez les soutiens et services disponibles (p. ex. PAE, PAEF). Appuyez les employés qui ont besoin d'aide.

Pourquoi cette question est-elle importante?

Les employeurs qui affrontent les problèmes liés à la consommation de substances peuvent :



Ressources gratuites



Guide étape par étape pour la résolution de la consommation problématique de substances :

<https://www.gnb.ca/0378/acca/pdf/ACCA-Toolkit-French.pdf>

Pour créer un milieu de travail favorisant une bonne santé mentale, mettez en oeuvre la *Norme nationale pour la santé et la sécurité psychologiques en milieu de travail* : <http://shop.csa.ca/en/canada/occupational-health-and-safety-management/canrsa-z1003-13bnq-9700-8032013/invz/z10032013>

Les *Directives de consommation d'alcool à faible risque* du Centre canadien de lutte contre les toxicomanies aident à modérer la consommation d'alcool et à réduire les méfaits de l'alcool pour la santé à court et à long terme :

<http://www.ccsa.ca/fra/topics/alcohol/drinking-guidelines/pages/default.aspx>

Information sur l'abus d'alcool et de drogues en milieu de travail (en anglais seulement) :

<http://www.conferenceboard.ca/e-library/abstract.aspx?did=6590>

« L'adaptation : ça se travaille! », guide convivial de la Commission canadienne des droits de la personne pour favoriser la collaboration sur les questions de santé au travail :

<http://www.chrc-ccdpc.gc.ca/fra/content/accommodation-works>



Commission de
la santé mentale
du Canada

Mental Health
Commission
of Canada

Commission de la santé mentale du Canada

350, rue Albert, bureau 1210
Ottawa (Ontario) K1R 1A4

Téléphone : 613.683.3755
Télécopieur : 613.798.2989

info@commissionsantementale.ca
www.commissionsantementale.ca

#SMautravail

[@MHCC_](#) [/theMHCC](#) [/1MHCC](#) [@theMHCC](#)
[/Mental Health Commission of Canada](#)



Centre canadien sur
**les dépendances et
l'usage de substances**

Données. Engagement. Résultats.

Centre canadien sur les dépendances et l'usage de substances

75, rue Albert, bureau 500
Ottawa (Ontario) K1P 5E7

Téléphone : 613.235.4048
Télécopieur : 613.235.8101

info@ccsa.ca
www.ccdus.ca



Le Conference Board du Canada
The Conference Board of Canada

Le Conference Board du Canada

255, rue Smyth
Ottawa (Ontario) K1H 8M7

Téléphone : 1.866.711.2262
Télécopieur : 613.526.4857

contactcboc@conferenceboard.ca
www.conferenceboard.ca