SOMMET DE LA SANTÉ DURABLE

ASPQ
ASSOCIATION POUR LA SANTÉ PUBLIQUE DU QUÉBEC

# LA SANTÉ DURABLE AU SEIN DE NOS ORGANISATIONS, UNE RESPONSABILITÉ PARTAGÉE

27 janvier 2023

GROUPE ENTREPRISES EN SANTÉ

# À PROPOS DU GROUPE ENTREPRISES EN SANTÉ

GROUPE ENTREPRISES EN SANTÉ

## Notre mission

Soutenir les leaders pour construire des milieux de travail favorables à la santé et au mieux-être des personnes, contribuant ainsi au développement économique et sociétal.





Groupe entreprises en santé © Tous droits réservés

# « Le travail c’est la santé »

Groupe entreprises en santé © Tous droits réservés

# RÉVOLUTION DU TRAVAIL

**Du 20e au 21e siècle**

La santé et le mieux-être au travail prennent de plus en plus de place




*Lifeworks, Sommet santé mentale 2022*

# PRINCIPAUX DÉFIS DES EMPLOYEURS

- Santé psychologique / stress
- Attraction et fidélisation de la main d’œuvre
- Transformation du travail :
  - Télétravail et travail hybride
  - Transformation numérique
  - Etc…



Groupe entreprises en santé © Tous droits réservés

# LA SANTÉ DURABLE

«La santé durable est un état complet de bien-être physique, mental et social atteint et maintenu tout au long de la vie grâce à des conditions de vie saines, enrichissantes et épanouissantes et grâce à l'accès à des ressources appropriées, de qualité, utilisées de façon responsable et efficiente, et ce, au bénéfice des générations actuelles et futures. »

*Alliance Santé Québec*

Groupe entreprises en santé © Tous droits réservés

# UN TRAVAILLEUR EN BONNE SA[illegible]T…



*« La santé, ce n’est pas que l’absence de maladie.*

*C’est un état de bien-être complet, physique, mental et social. »*

*Organisation mondiale de la santé*

## Une personne qui est bien :

**DANS SON CORPS**
*Santé physique*

**DANS SA TÊTE**
*Santé psychologique*

**DANS SON ÉQUIPE DE TRAVAIL**
*Santé sociale*

**DANS SA TÂCHE**
*Santé spirituelle*

Groupe entreprises en santé © Tous droits réservés

# RESPONSABILITÉ PARTAGÉE
## Entre l’employeur et l’employé

**EMPLOYEUR**

- ✓ *Créer un environnement favorable*
- ✓ *Impliquer toutes les parties prenantes*
- ✓ *Consulter les besoins*

**EMPLOYÉ**

- ✓ *Communiquer ses besoins*
- ✓ *Participer aux interventions*
- ✓ *Prendre soin de sa santé*

Groupe entreprises en santé © Tous droits réservés

# LES 4 SPHÈRES D'INTERVENTIO N



SANTÉ ET MIEUX-ÊTRE AU TRAVAIL: COMPRENDRE LES QUATRE SPHÈRES

**Saines habitudes de vie**

Les pratiques favorisant l'adoption ou le maintien de saines habitudes de vie, notamment en lien avec la gestion du stress, l'alimentation, l'activité physique et le sommeil.

**Conciliation travail / vie personnelle**

Les mesures et les politiques qui visent à soutenir les travailleurs dans leur recherche d'un équilibre entre les exigences de la vie professionnelle et celles de la vie personnelle.

**Santé globale**

Santé physique, mentale, sociale, financière et spirituelle (sens au travail).

**Pratiques de gestion**

Les pratiques de gestion des ressources humaines d'une entreprise pouvant avoir un impact majeur sur la santé psychologique et globale des employés ainsi que sur la rétention du personnel, la mobilisation des équipes et la profitabilité de l'organisation.

**Environnement de travail**

Les pratiques visant à maintenir un milieu de travail sécuritaire et agréable, touchant, entre autres, l'ergonomie des postes de travail, la salubrité des lieux, la qualité de l'environnement sonore ainsi que l'accès adéquat à des équipements de protection (si nécessaire).

Agir en milieu de travail sur les 4 sphères, c'est avoir un impact positif sur la **santé psychologique** du personnel.

GROUPE ENTREPRISES EN SANTÉ

- 1 -

EXEMPLES D'INTERVENTIONS PAR SPHÈRE

**Saines habitudes de vie**

- Ateliers / formations pour la gestion du stress (yoga, méditation, etc.)
- Remboursement des inscriptions pour les activités physiques ou sportives
- Temps sur les heures de travail pour effectuer de l'activité physique
- Visite d'une nutritionniste / cours de cuisine

**Conciliation travail / vie personnelle**

- Flexibilité des horaires et des modalités de travail (télétravail / présentiel)
- Géo-flexibilité (ex. offrir la possibilité de travailler d'un autre pays!)
- Achat de vacances / autofinancement des congés
- Élaboration d'une politique de déconnexion

**Pratiques de gestion**

- Intégration des employés dans les comités de gestion du changement
- Formation des gestionnaires sur la rétroaction
- Événement / prix de reconnaissance des employés
- Évaluation régulière de la charge de travail

**Environnement de travail**

- Interventions en ergonomie sur les lieux de travail
- Remboursement des frais pour l'achat d'équipement ergonomique pour le télétravail
- Amélioration de la luminosité et du niveau de bruit dans les bureaux
- Mise en place d'une salle d'activités / relaxation / repos

Pour d'autres exemples, devenez membre du groupe

GROUPE ENTREPRISES EN SANTÉ

- 2 -

Groupe entreprises en santé © Tous droits réservés

**Saines habitudes de vie**

**Conciliation travail/vie personnelle**



**Environnement de travail**

**Pratiques de gestion**

# FACTEURS DE RISQUES PSYCHOSOCIAUX

« Facteurs qui sont liés à l'organisation du travail, aux pratiques de gestion, aux conditions d'emploi et aux relations sociales et qui augmentent la probabilité d'engendrer des effets néfastes sur la santé physique et psychologique des personnes exposées »

*(Institut National de Santé Publique du Québec, 2016)*

1. Charge de travail
2. Autonomie décisionnelle
3. Reconnaissance au travail
4. Soutien social
5. Harcèlement psychologique
6. Information et communication

Loi de la Commission des Normes de l'Équité, de la Santé et de la Sécurité du Travail :

Inclure les risques psychosociaux liés au travail dans la démarche de prévention

Groupe entreprises en santé © Tous droits réservés

# THÉORIE DE L'AUTODÉTERMINATION

Trois besoins psychologiques universels:

- **Autonomie** (choix / valeurs)
- **Compétence**
- **Affiliation sociale**




*Deci et Ryan, 2000*

Groupe entreprises en santé © Tous droits réservés

# C’EST QUOI ?

## LA PROMOTION DE LA SANTÉ EN MILIEU DE TRAVAIL

Démarche par laquelle on favorise l’émergence d’un environnement organisationnel et d’une culture d’entreprise favorables à la **santé globale** du personnel et à une **saine performance organisationnelle**.

*Source: Mario Messier, Groupe entreprises en santé*

## Une saine performance organisationnelle

Une performance durable (en termes de productivité et de rentabilité) obtenue grâce à un environnement et à des pratiques organisationnelles qui favorisent la santé, le mieux-être et la **saine productivité** du personnel.

*Source: Groupe entreprises en santé*

Groupe entreprises en santé © Tous droits réservés

# POUR QUI ?



C’est gagnant, gagnant, gagnant…

## LES 6G DE LA SANTÉ ET MIEUX-ÊTRE

1. **Gagnant** pour ……. l’employé
2. **Gagnant** pour ……. la famille de l’employé
3. **Gagnant** pour ……. le gestionnaire
4. **Gagnant** pour ……. pour le client
5. **Gagnant** pour ……. pour l’état
6. **Gagnant** pour ……. l’entreprise

Groupe entreprises en santé © Tous droits réservés

# IMPACTS POSITIFS D'UN PROGRAMME RÉUSSI DE SANTÉ/MIEUX-ÊTRE EN MILIEU DE TRAVAIL

## ROI

« Return on investment »



SST
Assurances collectives
Absentéisme

Climat de travail

Motivation

Engagement

Présentéisme

Qualité du service

Créativité

Qualité des décisions

Rétention Recrutement

## VOI

« Value on investment »

Groupe entreprises en santé © Tous droits réservé

# UN PROGRAMME STRUCTURÉ DE TYPE ENTREPRISE EN SANTÉ

## Un processus d'amélioration continue de la santé, basé sur les meilleures pratiques dans le domaine



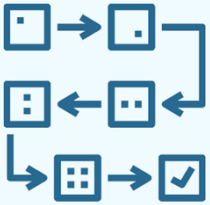
Engagement de la Direction



Implication de tous



Interventions liées aux besoins



Démarche structurée



Démarche intégrée



Communications efficaces



Évaluation

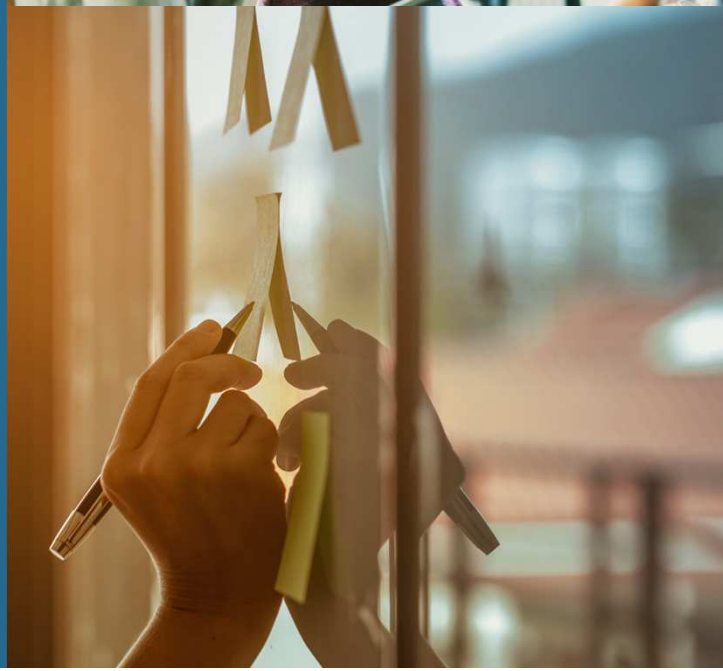
*Inspiré de: Michael P. O'Donnell, MBA, MPH, Phd, Chapter 4: How to design and Finance Workplace Health Promotion Programs, Health promotion in the workplace, 5th edition, Art & Science of Health Promotion Institute, 2017.*

Groupe entreprises en santé © Tous droits réservés

# LES MESSAGES-CLÉS

- ***Responsabilité partagée*** *: employé.e.s et employeurs peuvent agir en prévention*
- *Des employé.e.s en santé* ***pour une saine performance***
- *Ce qui fonctionne : un programme structuré basé sur les* ***meilleures pratiques***
- ***Tous leaders*** *en matière de santé durable*





Groupe entreprises en santé © Tous droits réservés