

Risques psychosociaux liés au travail et santé mentale en Abitibi-Témiscamingue

Particularités des travailleurs de la région

22 %	Vivent de la détresse liée au travail.	
15 %	Ont de la difficulté à maintenir l'équilibre travail et vie personnelle.	25-44 ans : 21 % 45-54 ans : 15 %
14 %	Vivent du harcèlement psychologique ou sexuel au travail	Femmes : 17 % Hommes : 12 %

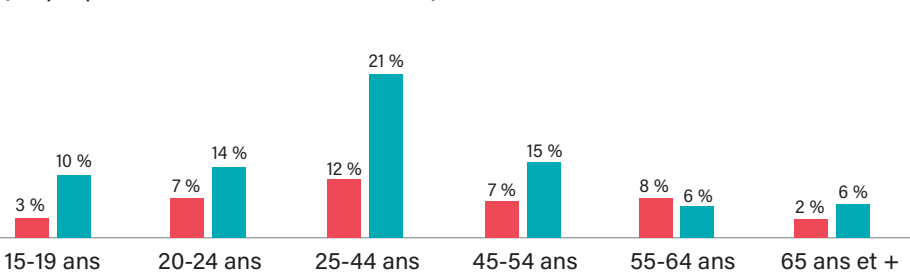
L'évolution entre 2015 et 2021 en Abitibi-Témiscamingue

(Enquête québécoise sur la santé de la population)

Détresse reliée au travail	17 % → 22 %	↗
Faible soutien du supérieur	20 % → 20 %	→
Faible soutien des collègues	19 % → 19 %	→
Faible reconnaissance au travail	15 % → 21 %	↗

Difficultés d'équilibre travail-famille

(en proportion des travailleuses-eurs)



Un bon climat psychosocial, c'est :

- Une bienveillance dans les rapports entre collègues
- Un volume de travail raisonnable
- Une justice dans l'organisation
- Des activités de prévention qui favorisent la santé mentale et physique

Comment améliorer le climat psychosocial :

- Faire connaître les ressources et/ou le programme d'aide aux employés (P.A.E.)
- Valoriser la participation des travailleurs dans leur équipe
- Permettre une saine communication



Sondage

- ✓ Participer à un sondage régional sur les facteurs de protection psychosociaux dans les milieux de travail.

Obtention de données/Surveillance

Un bon climat psychosocial au travail favorise



Une diminution pour les travailleurs :

- Des douleurs musculaires;
- Des douleurs aux articulations;
- Des maladies cardiaques;
- Du stress;
- De l'anxiété.

Pour l'entreprise :

- Diminution des lésions professionnelles;
- Diminution des coûts associés au remplacement des travailleurs (embauche et formation);
- Meilleure attractivité pour la main-d'œuvre;
- Meilleure rétention des travailleurs.

Saviez-vous que...

- Le présentisme est le fait de se présenter au travail malgré un problème de santé.
- La majorité des cas d'épuisement professionnel est expliquée par des facteurs organisationnels
- Privilégier le bien-être au travail aide à la prévention contre les risques psychosociaux et stimule les bonnes habitudes de vie :
 - L'arrêt tabagique
 - La saine alimentation
 - L'activité physique
 - La faible consommation d'alcool et de drogues



Références :

- Enquêtes québécoises sur la santé de la population 2014-2015 et 2020-2021
- Santé psychosociale des travailleurs en Abitibi-Témiscamingue
- INSPQ – Carrefour de la prévention organisationnelle
- CNESST – Risques psychosociaux liés au travail

Joindre l'équipe de Santé au travail :
819 764-3264, poste 49423
Courriel : 08.ciissat.sat@ssss.gouv.qc.ca



Fier membre du
Réseau de santé publique
en santé au travail

Centre intégré
de santé et de services
sociaux de l'Abitibi-
Témiscamingue

