

« Ça me travaille »

# Le programme de la Fondation des Maladies Mentales

Suzanne DUBOIS  
directrice générale de la Fondation des Maladies Mentales



Madame Suzanne Dubois, directrice générale de la Fondation des Maladies Mentales nous parle avec beaucoup d'enthousiasme du programme Ça me travaille ainsi que de la Fondation.

Hélène LEBLOND  
Collaboration spéciale

La Fondation des Maladies Mentales œuvre depuis 1980 et a pour mission de diminuer les facteurs pouvant causer les maladies mentales et d'en augmenter la prévention. Comme le mentionne Madame Dubois, les maladies mentales sont encore trop peu connues et même une personne atteinte peut parfois ne pas savoir qu'elle en souffre. Un programme du nom de *Solidaires pour la vie* avait été mis en place il y a quelques années par la Fondation des Maladies Mentales afin de rejoindre les jeunes dans les écoles secondaires et les informer sur les maladies mentales et faire de la prévention sur le suicide, un phénomène encore trop présent dans notre société.

Le programme *Ça me travaille* joue un peu le même rôle, mais cette fois avec une clientèle composée d'adultes. Il s'agit de les informer dans un milieu où ils passent beaucoup de temps, c'est-à-dire le travail. Ce programme est parrainé par l'Ordre des Conseillers en Ressources Humaines et en Relations Industrielles agréés du Québec (ORHRI).



Ce programme est composé de trois volets. Le premier se présente sous la forme de conférences se

tenant sur l'heure du dîner et qui visent à amener les gens à réfléchir sur les maladies mentales. Ces rencontres, selon Madame Dubois, se passent dans la bonne humeur et le but n'est pas de faire peur aux gens ou de leur donner la liste des pires symptômes. Ces conférences ont plutôt pour but de faire prendre conscience aux gens qu'ils doivent être vigilants avec eux-mêmes pour déceler d'éventuels symptômes d'une maladie mentale.

Le deuxième volet du programme se compose d'ateliers de formation auprès de gestionnaires d'entreprises. Ils sont d'une durée de trois heures et servent principalement à aider les gestionnaires à comprendre les symptômes des maladies mentales et à leur permettre de bien réagir face à un employé touché. Madame Dubois ajoute que des conclusions éronnées sont souvent apportées

face à un employé malade dû au manque d'informations sur ces maladies. Après l'atelier de formation, les gestionnaires sont en mesure de reconnaître les symptômes chez une personne et de réagir adéquatement selon la situation. Ils peuvent par exemple réaffecter un employé vers des tâches plus adaptées si celui-ci vit un trop grand stress. Ces ateliers visent également à rendre l'ambiance de travail plus favorable et ainsi permettre à un employé d'avouer ses problèmes à son employeur.

Le dernier volet se présente encore une fois sous forme d'ateliers, mais qui sont offerts aux pairs-aidants. Ces derniers ne sont pas présents dans toutes les entreprises et leur but est d'aider des gens ayant des problèmes de toxicomanie. Ils s'agit de délégués sociaux formés pour apporter du soutien aux personnes

vivants une dépendance face aux drogues.

Madame Dubois affirme que le programme germait depuis une dizaine d'années, mais que le manque de connaissance sur les maladies mentales ainsi que les coûts d'un tel programme faisaient peur à bien des entreprises. De nos jours, ces maladies sont davantage connues du grand public et on sait maintenant quels frais seront endossés par une entreprise pour chaque personne atteinte d'une de ces maladies. De plus, on sait actuellement qu'une personne sur cinq sera atteinte un jour d'une maladie mentale et qu'un seul cas peut coûter jusqu'à 10 000 \$ à un employeur. Au Canada, selon les données des compagnies d'assurance, de 13 à 14 milliards de dollars sont déboursés annuellement en santé mentale et au Québec seulement près ➤

**Ça me travaille: Le programme de la Fondation des Maladies Mentales paru dans la Revue Réseaux en janvier 2005 (suite)**



**RÉSEAUX | PROGRAMMES D'AIDE AUX**

de 4 milliards. La SSQ Groupe financier mentionne également que « l'assurance-salaire de longue durée (plus d'un an) pour les maladies psychologiques représentait 43 % des dossiers en 1999 ».

Les avantages pour une entreprise de faire appel au programme *Ça me travaille* sont nombreux. Il augmente le taux de productivité des employés, diminue le taux d'absentéisme ainsi que les coûts défrayés par les employeurs. Madame Dubois mentionne que tous types d'entreprises peuvent faire appel à la Fondation des Maladies Mentales pour recevoir ce programme. À titre d'exemples, des ministères, Hydro-Québec ainsi que la Banque Nationale ont fait appel à leurs services. Il en coûte 500 \$ pour une conférence-midi et 1000 \$ pour un atelier de formation aux gestionnaires, ce qui est très peu selon la directrice générale compte tenu des avantages à long terme pour les entreprises comme pour les employés.

Le programme *Ça me travaille* n'est pas un Programme d'Aide aux Employés. Il vient plutôt compléter les actions d'un PAE en agissant au niveau de la prévention et en offrant de l'information sur le sujet précis des maladies et de la santé mentale. Le programme agit uniquement au niveau de la prévention et son but n'est pas d'aider directement les gens à faire face à la maladie. Il s'agit plutôt de les informer afin qu'ils en

reconnaissent les symptômes et puissent ainsi agir rapidement. Les PAE offrent un soutien physique et c'est la raison pour laquelle, selon Madame Dubois, l'alliance entre les Programmes d'Aide aux Employés et le programme *Ça me travaille* est efficace et fréquente.

En conclusion, le programme *Ça me travaille* est un programme de prévention visant à déceler plus rapidement les maladies mentales et ayant également pour but d'éliminer les tabous associés à ces maladies. En allant rejoindre les gens sur leur lieu de travail, les employés peuvent obtenir de l'information sans avoir à se déplacer et aussi apprendre à prendre soin d'eux-mêmes et de leurs collègues si des symptômes d'une maladie mentale font surface.



Pour demander le programme *Ça me travaille* dans votre entreprise, contactez Charles Gagné au (514) 529-5354 au poste 226. ■