

leQuotidien

ActualitésSanté

Santé

La santé mentale au travail marque le retour de la journée Roland-Saucier

Par Jean-Philippe Tremblay, Le Quotidien

13 mai 2024 à 10h30



La 21e édition de la journée Roland-Saucier, ayant comme thème principal la santé mentale, faisait un retour à Saguenay après quatre ans d'absence. (Sophie Lavoie/Le Quotidien)

Après quatre ans d'absence, la journée Roland-Saucier était de retour au Centre des congrès de l'hôtel Delta, vendredi. Sous le thème *La santé mentale au travail, c'est notre affaire!* ateliers scientifiques et conférences ont tour à tour permis de démystifier les diverses problématiques de santé mentale dans les milieux de travail.

L'événement était présenté dans le cadre de la Semaine de la santé mentale nationale par l'Association canadienne pour la santé mentale de Saguenay, en partenariat avec le CIUSSS et le service de Formation continue de l'UQAC.

« Dans les milieux de travail, la santé mentale prend de plus en plus d'importance. Qu'est-ce qu'on peut mettre en place pour que la santé mentale soit prise en compte dans les milieux? Au niveau de la reconnaissance au travail, de l'accompagnement d'une personne qui vit des problèmes de santé mentale ou encore de l'accueil d'une personne qui revient d'une absence suite à une problématique de santé mentale, par exemple », indique le président du comité organisateur de l'événement, Christian Morin.

Ce dernier explique d'ailleurs que l'initiative survient en réponse à une problématique de plus en plus ancrée.

« On remarque que les absences au travail liées aux problèmes de santé mentale sont en augmentation de façon assez flagrante. Nous, on veut donc s'inscrire dans une perspective de prévention, on veut sensibiliser la population à ce problème-là. Autant les employeurs, que les employés, que les entreprises, autant dans le secteur public que privé, parce qu'en plus de l'aspect bien-être, il y a des coûts reliés à ça. »

— Christian Morin



Le président du comité organisateur de l'événement, Christian Morin, s'est dit satisfait du déroulement de cette 21e édition. (Sophie Lavoie/Le Quotidien)

Même si la réponse a été sensiblement positive, le comité organisateur aurait espéré attirer un plus grand nombre de participants.

« On a environ 200 personnes d'inscrites. Sans dire qu'on est déçu, parce que la réponse est assez bonne, on aurait quand même aimé en avoir plus. On est néanmoins conscient qu'après quatre ans d'absence, il y a peut-être une habitude qui s'est perdue », explique Christian Morin, ajoutant que l'événement sera reconduit l'an prochain.

Trois conférences

En plus d'ateliers scientifiques, les participants avaient la chance d'assister aux prises de parole du Dr Serge Marquis, de l'auteur et conférencier Alain Samson et de la navigatrice et conférencière Mylène Paquette.

Lors de la conférence d'ouverture, le Dr Serge Marquis abordait le volet de la reconnaissance au travail. Selon lui, la reconnaissance ne

devrait pas seulement provenir des supérieurs, mais devrait être une responsabilité partagée et transversale.

Pour emboîter le pas au Dr Marquis, l'auteur Alain Samson soulignait lors de sa prise de parole que le bonheur au travail est lui aussi une responsabilité partagée. Il croit que les initiatives ne doivent pas uniquement provenir des dirigeants, que les employés doivent eux aussi contribuer aux politiques et à l'environnement pour préserver leur santé mentale.

Pour clore le bal, la navigatrice Mylène Paquette a parlé des nombreux défis sur sa santé mentale qu'elle a affrontés durant sa traversée de l'Atlantique en solo en bateau à rames. Elle a ensuite mis en parallèle son expérience et ce qu'elle a été en mesure d'en retirer pour l'appliquer à son quotidien, et dans ses relations avec ses collègues.

(...)