

COMMUNIQUÉ

Des *Trousses réconfort* favorisant la santé mentale seront distribuées gratuitement à 285 entreprises canadiennes et organismes à but non lucratif

Ces trousseaux renferment des outils pratiques qui aideront les leaders et les employés à prendre soin de leur santé mentale au travail et à la maison en cette ère de COVID-19.

Winnipeg (Manitoba), le 25 août 2020. – Aujourd'hui, Stratégies en milieu de travail sur la santé mentale a annoncé le lancement de la *Trousse réconfort*, gracieuseté de la Canada Vie. Cette trousse renferme des ressources conçues avec soin, pratiques et éducatives qui contribuent à favoriser la santé mentale au travail et à la maison durant la pandémie de COVID-19 et la période de déconfinement qui suivra. En collaboration avec la Chambre de commerce du Canada, les trousseaux seront expédiés à des entreprises partout au pays. La Canada Vie fera également parvenir des trousseaux aux organismes à but non lucratif avec lesquels elle travaille toute l'année. Au total, ce sont 285 entreprises et organismes qui recevront cette trousse.

Dans un récent [sondage Ipsos](#) (en anglais seulement), une majorité de Canadiens ont affirmé que la pandémie de COVID-19 avait eu des répercussions négatives sur leur santé mentale en raison de divers facteurs (p. ex. l'isolement, la nécessité de prendre soin des proches, les problèmes financiers, l'augmentation de la charge de travail, etc.).

« C'est un fait. La pandémie et les activités de déconfinement stressent de nombreux Canadiens, a déclaré Mary Ann Baynton, directrice générale, Stratégies et collaboration, Stratégies en milieu de travail sur la santé mentale. Que les gens travaillent à domicile ou apprivoisent un nouvel environnement de travail, faire une pause leur permet de prendre soin de leur santé mentale, ce qui en retour améliore leur capacité à se concentrer, à prendre des décisions, à retenir l'information et à faire preuve de créativité. La *Trousse réconfort* gratuite contient des activités simples, qui sont conçues pour que les Canadiens se sentent revigorés et mieux en mesure de gérer les exigences de la vie d'aujourd'hui. »

Alors que le numérique est omniprésent, Stratégies en milieu de travail sur la santé mentale a délibérément choisi de distribuer des boîtes de ressources tangibles aux membres de la Chambre de commerce du Canada et aux organismes visés. On trouve dans les *Trousses réconfort* :

- Une liste de vérification qui aide les leaders à soutenir leurs employés durant les périodes de transition.
- Des activités pour aider les groupes à parler ouvertement du stress et de saines stratégies d'adaptation.
- Des cartes de reconnaissance que les coéquipiers peuvent utiliser pour reconnaître le travail de leurs pairs et gonfler le moral de l'équipe.
- Des papillons adhésifs à remplir qui aident à partager des messages positifs et des techniques de gestion du stress.
- Des documents d'art-thérapie sous forme de pages à colorier, des crayons de couleur, une balle antistress et bien davantage.

.../2

« Soutenir et favoriser la santé mentale en milieu de travail est un investissement qui contribue à la vigueur de l'entreprise sur tous les plans, dont la productivité, la rentabilité et la conservation du personnel. C'est tout particulièrement vrai aujourd'hui, tandis que nous devons relever les nombreux défis et conséquences que la COVID-19 a imposés aux Canadiens et aux entreprises partout au pays. Les initiatives telles que le lancement de la *Trousse réconfort* contribuent significativement à venir en aide aux employés et aux propriétaires d'entreprise durant une période difficile », a souligné Perrin Beatty, président et chef de la direction de la Chambre de commerce du Canada.

Une version numérique de la Boîte réconfort est également offerte gratuitement (en français et en anglais) à l'adresse ssmccv.com/troussereconfortnumerique. Ceux qui souhaitent en apprendre davantage sur la santé et la sécurité psychologiques au travail peuvent également aller sur le site de [Protégeons la santé mentale au travail](#) et se renseigner sur le concept de [leader psychologiquement sécuritaire](#). Ces deux outils gratuits aident les employeurs à évaluer leur organisation et à prendre des mesures efficaces.

À propos de La Compagnie d'Assurance du Canada sur la Vie

La [Canada Vie](#) est un chef de file du secteur de l'assurance, de la gestion de patrimoine et des avantages sociaux qui vise à améliorer le bien-être financier, physique et mental des Canadiens. Depuis plus de 170 ans, les particuliers, les familles et les propriétaires d'entreprise de partout au pays savent qu'ils peuvent compter sur nous pour leur fournir des conseils avisés et pour tenir nos engagements.

Depuis le 1^{er} janvier 2020, la Great-West, la London Life et la Canada Vie forment une seule compagnie, la Canada Vie. Nous sommes heureux de servir plus de 13 millions de clients d'un océan à l'autre.

À propos de Stratégies en milieu de travail sur la santé mentale

Créé en 2007, le site Stratégies en milieu de travail sur la santé mentale est une source importante de ressources et d'outils pratiques et gratuits et est conçu pour aider à prévenir et à gérer les problèmes de santé mentale en milieu de travail et à intervenir, le cas échéant. Le Canada est reconnu dans le monde entier comme un chef de file en ce qui a trait à la santé mentale en milieu de travail. De nombreuses personnes et organisations ont contribué à cette notoriété, et nous nous sentons privilégiés d'avoir joué un rôle dans beaucoup d'initiatives importantes. Pour obtenir de plus amples renseignements, veuillez consulter le site Web Strategiesdesantementale.com.

À propos de la Chambre de commerce du Canada

La Chambre de commerce du Canada contribue au développement des entreprises qui soutiennent les familles et les communautés canadiennes. Nous y parvenons en influençant la politique gouvernementale et en mettant les entreprises en contact avec les services essentiels, de l'information pertinente et un puissant réseau de chambres, d'entreprises, de décideurs et d'homologues locaux dans tout le pays. Nous représentons les intérêts des entreprises de tous les secteurs de l'économie, à tous les niveaux de gouvernement et à l'échelle internationale. Nous apportons un soutien sans faille aux entreprises et au rôle vital qu'elles jouent dans l'édification et le maintien de notre grand pays.

Source et renseignements :

Liz Kulyk

Vice-présidente adjointe, Relations avec les médias et Affaires publiques

Canada Vie

204 391-8515

Media.Relations@canadalife.com