



## **Les travailleurs stressés par la récession ont besoin du soutien de leur employeur**

Un nouveau sondage révèle une augmentation de l'anxiété dans les milieux de travail

**Toronto (4 mai 2009)** – Stressés, anxieux et inquiets à propos de leur emploi, ils dorment mal et n'ont plus confiance en l'économie. Voilà certaines des difficultés qu'éprouvent de nombreux travailleurs canadiens tout en montrant d'autres signes de problèmes de santé mentale.

Desjardins Sécurité financière a publié aujourd'hui les premiers résultats de son sondage national *À votre santé!* à l'occasion du lancement de la Semaine nationale de la santé mentale qui, du 4 au 10 mai, vise à inciter les Canadiens à « s'investir dans leur vie ». Selon ces résultats, un grand nombre de travailleurs canadiens ont l'impression d'avoir perdu la maîtrise de leur vie alors que la récession économique provoque une hausse du taux de chômage et que leur sécurité financière semble s'effriter.

Le sondage fait ressortir aussi que le tiers des répondants est plus stressé aujourd'hui qu'il y a un an. Environ 30 % des travailleurs canadiens souffrent d'anxiété et d'insomnie, et même, de maux de tête, de douleurs musculaires ou d'autres tensions physiques qui sont souvent des signes précurseurs de problèmes plus graves de santé.

Les trois aspects les plus stressants de leur vie sont liés à leur emploi : argent, charge de travail et sécurité d'emploi. La grande majorité (83 %) convient qu'elle accorde maintenant plus d'attention à ses finances personnelles et à ses habitudes de dépenses qu'avant la récession.

Leurs heures de travail semblent avoir augmenté puisque 54 % des répondants ont l'impression que la crise actuelle a une incidence sur l'équilibre de leur vie professionnelle et personnelle. De plus, 43 % craignent de perdre leur emploi.

Un autre signe de la plus grande inquiétude des répondants est leur conviction que la récession durera beaucoup plus longtemps que ne le prédisent la plupart des économistes. Selon le sondage, 34 % croient que la récession durera moins d'un an alors que 47 % considèrent qu'elle s'étirera sur plus d'une année.

« De nombreux travailleurs ont clairement perdu confiance, les signes en sont nombreux et ils pourraient mener à des problèmes plus graves de santé mentale au fil du temps », déclare Taylor Alexander, chef de la direction du bureau national de l'Association canadienne pour la santé mentale (ACSM).

En réaction à cette situation qui ne cesse de se détériorer, l'ACSM exhorte les employeurs des secteurs public et privé à étendre l'accès à des programmes de santé mentale dans leurs lieux de travail et à les financer.

« Nous joignons actuellement des dizaines de milliers de personnes dans tout le pays par nos programmes qui fournissent aux employeurs et à leurs employés des outils leur permettant de faire face efficacement au stress, à l'anxiété et à la dépression nerveuse. Toutefois, nous pourrions faire beaucoup plus », ajoute M. Alexander.

Lucie Cormier, vice-présidente Assurance salaire et Centre de contact avec la clientèle, assurance pour les groupes et les entreprises chez Desjardins Sécurité financière, constate qu'un milieu de travail stressant a un effet à la hausse sur les taux de présentéisme et d'absentéisme et, par conséquent, sur les demandes de prestations d'assurance salaire de courte durée liés aux problèmes de santé physique et mentale. Les jours perdus en raison d'une invalidité relative à des troubles de santé mentale augmentent donc. C'est pour cette catégorie d'invalidité que le nombre de réclamations croît le plus rapidement au Canada.

« Lorsqu'elles investissent pour leurs employés, les entreprises investissent aussi au profit de leur organisation. Habituellement, un milieu de travail favorisant la bonne santé mentale reçoit moins de demandes de prestations d'invalidité, présente moins d'absentéisme et jouit d'une meilleure productivité, indique M<sup>me</sup> Cormier. Il exige toutefois un véritable partenariat entre l'employeur et ses employés puisque ces derniers sont aussi responsables de prendre soin de leur santé et de gérer leur niveau de stress. »

Il s'agit donc d'accorder aux employés les outils qui les aideront à mieux maîtriser leur vie, comme les communications ouvertes entre tous, le travail d'équipe pour la recherche de solutions, les horaires flexibles, le soutien auprès de ceux qui éprouvent des difficultés et la promotion de l'équilibre travail-vie personnelle.

Pour défier l'impact du stress dans leur milieu de travail, les employés doivent aussi prendre leurs responsabilités. Par exemple, entretenir leur employeur des sources potentielles de

problèmes qu'ils remarquent et prendre soin de leur santé tout en se concentrant sur leurs accomplissements et leurs objectifs. Ou encore, faire preuve de proactivité en, explorant d'autres possibilités de carrière ou cheminements professionnels et en tissant des liens par le réseautage pour découvrir de nouvelles perspectives d'emploi.

### **À propos du sondage**

Ce sondage Web a été réalisé par SOM Recherches et sondages pour le compte de Desjardins Sécurité financière entre le 30 mars et le 15 avril 2009. Au total, 1 062 entrevues ont été menées auprès d'un échantillon de travailleurs canadiens au service d'une entreprise ou d'une institution comptant au moins 10 employés. Les données ont été pondérées de façon à refléter la répartition de la population canadienne par grandes régions (Maritimes, Québec, Ontario, Prairies et Colombie-Britannique), ainsi que par les distributions conjointes âge-sexe au Québec, en Ontario et ailleurs au Canada, puis selon la distribution par langue maternelle et par la proportion d'adultes vivant seuls, dans ces mêmes trois régions.

### **À propos de Desjardins Sécurité financière**

Desjardins Sécurité financière est une composante du Mouvement des caisses Desjardins, le plus important groupe financier coopératif au Canada. Spécialisée en assurance vie, en assurance santé et en épargne-retraite, tant individuelles que collectives, Desjardins Sécurité financière, sur qui plus de 5 millions de Canadiens comptent chaque jour pour assurer leur sécurité financière, emploie 3 800 personnes. Elle gère et administre un actif de 19,5 milliards de dollars. La Compagnie a des bureaux dans plusieurs villes du pays dont Vancouver, Calgary, Winnipeg, Toronto, Ottawa, Montréal, Québec, Lévis, Halifax et St. John's. Pour obtenir plus d'informations, consultez le site Internet, à l'adresse [www.desjardinssecuritefinanciere.com](http://www.desjardinssecuritefinanciere.com).

### **À propos de l'Association canadienne pour la santé mentale**

L'Association canadienne pour la santé mentale est un organisme bénévole œuvrant à l'échelle nationale. Depuis plus de 90 ans, elle s'efforce de promouvoir la santé mentale des Canadiens et d'offrir des services à ses clients, à leurs familles et à leurs amis au moyen de programmes d'éducation, de sensibilisation du public, de recherche et de défense des droits de même que de services directs. En plus de son bureau national, elle compte 11 divisions provinciales et territoriales et 135 succursales et bureaux régionaux dans les diverses communautés du Canada.

Pour obtenir plus de renseignements sur la santé mentale, visitez le site [www.cmha.ca](http://www.cmha.ca). Pour consulter les résultats du sondage de Desjardins Sécurité financière, visitez le site [www.avotresante.ca](http://www.avotresante.ca).

– 30 –

**Pour obtenir plus de renseignements ou obtenir une entrevue, communiquez avec :**

Sarah Twomey

Desjardins Sécurité financière

Tél. : 416 926-2700, poste 2015

Sans frais : 1 877-906-5551, poste 2015

Salle de presse

virtuelle : <http://www.desjardinsfinancialsecurity.com/press>

Rachel Sa

PR POST

Tél. : 416 777-0368

Courriel : [rachel@prpost.ca](mailto:rachel@prpost.ca)