



POLITIQUE

| Politique en matière de santé mentale

OBJET

La présente politique en matière de santé mentale décrit nos dispositions pour prévenir et répondre aux problèmes de santé mentale chez les membres de la communauté de la Fondation Pierre Elliott Trudeau (« la **Fondation** »), dont plusieurs mènent des recherches de pointe dans des circonstances difficiles. La Fondation reconnaît que ses boursier.e.s sont soumis.e.s à de fortes pressions pour performer et qu'ils.elles font face à des risques, incluant des coûts émotionnels, lorsqu'ils.elles mènent des recherches de pointe, effectuent des recherches sur le terrain, rédigent, répondent à des critiques et affrontent d'autres stress institutionnels. Nous reconnaissons également que les expériences individuelles des membres de la communauté peuvent les rendre vulnérables à des problèmes de santé mentale, ce qui pourrait avoir une incidence défavorable sur leur bonheur, leur productivité et leur capacité d'atteindre leur plein potentiel.

Cette politique offre des lignes directrices ainsi que du soutien en santé mentale pour tous.les boursier.e.s actif.ve.s. Ce programme a été conçu pour protéger la vie privée des membres de la communauté qui font une demande de soutien.

DÉFINITIONS

Santé mentale

La santé mentale se définit comme un état de bien-être qui permet à chacun.e de réaliser son potentiel, de faire face aux difficultés normales de la vie, de travailler de manière productive et d'être en mesure d'apporter une contribution à la communauté.

Maladies mentales et détresse psychologique

Les maladies mentales et la détresse psychologique sont des états de santé qui entraînent des changements émotionnels, de la pensée ou comportementaux (ou une combinaison de ces facteurs). Les maladies mentales sont associées à une détresse ou à des difficultés à fonctionner dans le cadre d'activités sociales, professionnelles ou familiales.

CHAMP D'APPLICATION

Cette politique et les avantages qui y sont énoncés s'appliquent à tous.les boursier.e.s actif.ve.s de la Fondation Pierre Elliott Trudeau.

La Fondation peut solliciter l'avis des parties prenantes au moment d'élaborer davantage la politique ou de la réviser.

But et objectifs

La Fondation reconnaît l'importance pour chacun.e de maintenir sa santé mentale et son bien-être.

La Fondation reconnaît la prévalence croissante de la maladie mentale ainsi que la stigmatisation liée à celle-ci et à la quête d'un traitement à cet égard.

La présente politique vise à établir les grandes lignes de l'engagement de la Fondation à soutenir une bonne santé mentale chez ses employé.e.s et boursier.e.s et des initiatives et efforts en matière de santé mentale.

La Fondation vise à :

- | Toujours considérer la maladie mentale comme un problème sérieux;
- | Susciter un dialogue ouvert entre les membres de la communauté sur la maladie mentale et la détresse psychologique ainsi que leurs incidences;
- | Contrer la stigmatisation qui entoure la maladie mentale et sensibiliser notre communauté;
- | S'efforcer de créer un environnement professionnel propice au soutien en santé mentale;
- | S'efforcer de créer un milieu propice au soutien de la santé mentale des boursier.e.s;
- | Soutenir les boursier.e.s qui souffrent de problèmes de santé mentale par le biais des mesures et initiatives décrites ci-dessous et susceptibles d'être modifiées de façon périodique;
- | Revoir, à l'occasion, la présente politique et demander l'avis des employé.e.s, des boursier.e.s et des autres parties prenantes pour l'atteinte de son but et de ses objectifs.

Mesures

La Fondation s'engage à prendre les mesures suivantes en matière de santé mentale afin de répondre au but et aux objectifs de la présente politique tels que décrits ci-dessus.

Comité sur la santé mentale

La Fondation appuiera la création et le maintien d'un comité sur la santé mentale (**le « comité »**). Les membres dudit comité seront composés d'employé.e.s et de boursier.e.s de la Fondation.

Le mandat général du comité :

- | Susciter et soutenir des initiatives en faveur d'une bonne santé mentale;
- | Mettre en œuvre des initiatives en matière de santé mentale en milieu de travail et pour les boursier.e.s.

Ce mandat peut être modifié à l'occasion par les membres du comité, à leur discrétion et en consultation avec le personnel de liaison de la Fondation.

Formation en santé mentale

La Fondation fournira de la formation en santé mentale aux employé.e.s et aux boursier.e.s qui, dans le cadre des activités de la Fondation, souhaiteront y prendre part. Cela permettra de former des personnes-ressources sur les questions de santé mentale. Les personnes-ressources seront des cadres supérieurs et des gestionnaires de relations qui accepteront de demeurer disponibles si un.e employé.e ou un.e boursier.e sollicite leur aide au sujet d'une question de santé mentale. Ces personnes vont notamment s'assurer que les demandeurs connaissent les programmes et politiques mis en œuvre dont ils.elles pourraient bénéficier. Elles seront également en mesure d'orienter les demandeurs vers les ressources adéquates fournies par la Fondation et qui sont exposées ci-dessous.

La Fondation offrira une formation de sensibilisation en santé mentale à tous.les gestionnaires et superviseur.e.s ayant des employé.e.s ou des boursier.e.s sous leur responsabilité. Cette formation veillera à ce que les gestionnaires et superviseur.e.s puissent mieux identifier et répondre aux problèmes de santé mentale impliquant des personnes sous leur supervision.

La Fondation se chargera de fournir d'autres séances d'information et de formation aux employé.e.s et aux boursier.e.s conformément aux suggestions du comité.

Ressources en santé mentale

La Fondation, en collaboration avec le comité, créera et tiendra à jour une bibliothèque de ressources sur la santé mentale qui sera disponible sur son site Web. Cette bibliothèque électronique contiendra des renseignements pertinents, des liens et des références ainsi que de l'information relative à la présente politique, à sa mise en œuvre et à ses modifications.

Programme de bien-être

Par l'entremise de son programme d'assurance, la Fondation fournit une couverture à tous.les boursier.e.s actif.ve.s afin de soutenir leur bien-être et leur santé mentale. Cette couverture est offerte dans le cadre du programme d'aide aux employés et à leur famille (le « **PAEF** » ou le « **programme** »). L'extension de la couverture à tous.les boursier.e.s actif.ve.s représente un investissement annuel pouvant atteindre 4 000 \$ pour l'accès aux services décrits ci-dessous.

Bien que cette couverture comprenne l'accès à des professionnels en santé mentale qualifiés, la Fondation reconnaît également que plusieurs types de soutien sont nécessaires pour favoriser la santé mentale et le bien-être. Ainsi, le programme comprend des services de consultation pour aborder différents sujets, y compris :

- | des conseils sur les relations conjugales ou personnelles;
- | la famille (y compris sur les soins des enfants ou aux personnes âgées);
- | les questions d'ordre personnel ou émotionnel;
- | la consommation ou l'abus de drogues ou d'alcool;

CONFIDENTIEL

- | la violence;
- | la monoparentalité;
- | le deuil;
- | le travail et la carrière;
- | le stress.

Les autres services fournis dans le cadre du plan du programme permettent d'assurer une tranquillité d'esprit et d'offrir du soutien lors de situations stressantes, y compris :

- | de l'information sur les questions de soins des enfants;
- | de l'information sur des questions financières et juridiques déterminées;
- | de l'information nutritionnelle et des conseils sur les maladies courantes;
- | de l'encadrement en matière de santé.

Processus

À la suite de la signature d'un accord avec la Fondation, tous.les boursier.e.s actif.ve.s se verront autoriser l'accès sans frais au programme. Une fois inscrit.e.s au programme, les boursier.e.s pourront accéder à ces services en personne, par téléphone ou par Internet.

Les boursier.e.s ont le droit de se retirer du programme s'ils.elles en décident ainsi. Toute économie réalisée en raison de la décision d'un.e boursier.e de se retirer du programme sera retenue par la Fondation.

Tout en exprimant son engagement ferme à offrir un soutien en santé mentale aux boursier.e.s actif.ve.s, la Fondation se réserve le droit de changer à tout moment les fournisseurs de services.

Les membres du personnel désignés par la Fondation sont en mesure de conseiller les boursier.e.s en matière de santé mentale et de bien-être et de les orienter vers les ressources disponibles. La Fondation n'embauche pas de professionnels en santé mentale. Le programme est, par définition, destiné à offrir des services professionnels aux boursier.e.s. Toute demande de soutien en santé mentale venant d'un.e boursier.e doit être acheminée à l'organisme professionnel engagé à cette fin.

Confidentialité

La Fondation s'engage à diminuer et à enrayer toute stigmatisation entourant les questions de santé mentale et contribuera à créer un environnement favorable à un dialogue ouvert sur la maladie mentale.

La Fondation s'engage à maintenir strictement confidentiels l'identité et les renseignements fournis par les employé.e.s ou les boursier.e.s à l'égard de leur santé mentale, maladie mentale et tout traitement ou aide qu'ils.elles cherchent à obtenir, y compris les demandes au sujet du programme.