



HOW UNIONS CAN WORK WITH EMPLOYERS TO PROTECT THE MENTAL HEALTH OF WORKERS



#YOUTHAREWORTHIT

UNI
yeah!

COMMENT LES SYNDICATS PEUVENT-COOPÉRER AVEC LES EMPLOYEURS POUR PROTÉGER LA SANTÉ MENTALE DES TRAVAILLEURS

UNI
global
union youth

1

NÉGOCIER COLLECTIVEMENT

Grâce à la négociation collective avec les employeurs, les syndicats peuvent veiller à ce que les entreprises développent des ressources adéquates pour la santé mentale de leur personnel et favorisent un lieu de travail sain.



2

COMBATTRE LA DISCRIMINATION

La discrimination fondée sur la santé mentale est aussi inacceptable que toute autre forme de discrimination.



3

CRÉER DES LIEUX SÛRS

Les lieux de travail où les travailleurs se sentent à l'aise pour parler en toute sécurité des problèmes de santé mentale sont plus sains et plus productifs.

4

NÉGOCIER DES CADRES APPROPRIÉS

Les travailleurs souffrent lorsqu'il n'existe pas de cadres ni de politiques appropriés pour le travail à distance. Une mise en œuvre adéquate du droit des travailleurs à la déconnexion permettra de réduire les problèmes liés au stress et à l'anxiété.

5

LUTTER CONTRE LA STIGMATISATION

Les syndicats peuvent contribuer à combattre la stigmatisation liée à la santé mentale en créant des espaces ouverts et des campagnes pour parler de la gestion du stress et de l'autogestion de la santé afin d'aider les travailleurs à se sentir plus à l'aise pour exprimer leurs préoccupations et leurs besoins.

6

PRIORISER LE BIEN-ÊTRE

Rappeler aux travailleurs que l'adoption d'habitudes saines peut améliorer la santé physique et mentale.



7

METTRE DES RESSOURCES À DISPOSITION

Les travailleurs souffrant de stress, d'épuisement professionnel ou d'autres problèmes de santé mentale doivent disposer de ressources et d'outils facilement accessibles pour obtenir l'aide et le soutien dont ils ont besoin.



8

PRIVILÉGIER LA CONFIDENTIALITÉ

Un représentant syndical peut apporter un soutien confidentiel et aiguiller un travailleur vers des services de conseil, sans avoir à s'adresser à un responsable des ressources humaines ou à un supérieur hiérarchique.



9

DISPENSER DES FORMATIONS

Les syndicats peuvent fournir des formations sur la manière de gérer l'anxiété, le stress et d'autres troubles, en particulier en temps de crise de Covid-19 où un nombre croissant de travailleurs ressentent la pression de travailler en pleine pandémie.

10

SENSIBILISER

Les syndicats peuvent sensibiliser les travailleurs et les orienter vers des services locaux de soutien en matière de santé mentale.



#YOUTHAREWORTHIT