

L'usage de substances et le milieu de travail : ressources pour les employeurs et les employés dans les métiers spécialisés

TROUSSE D'OUTILS

COMMENCEZ ICI



COMMENCEZ ICI

L'IMPORTANCE D'ABORDER L'USAGE DE SUBSTANCES AVEC LES TRAVAILLEURS DES MÉTIERS SPÉCIALISÉS

Nous sommes nombreux à consommer régulièrement des substances qui peuvent nuire à notre capacité à penser clairement et à agir normalement. Nous le faisons pour de nombreuses raisons et de différentes façons. Peut-être que nous prenons des médicaments d'ordonnance pour soulager une douleur. Ou que nous buvons de l'alcool en compagnie de nos amis et de nos proches. Cependant, il arrive que l'usage de substances ait de graves conséquences dans notre vie personnelle et professionnelle et dans notre collectivité.

QUELLE EST L'UTILITÉ DE CETTE TROUSSE?

Les décès et les surdoses attribuables aux opioïdes constituent une crise de santé publique qui touche de nombreux travailleurs canadiens. La consommation d'alcool, de cannabis, de cocaïne et d'autres substances a aussi des conséquences néfastes sur les employés, leur famille et leur milieu de travail.

Les décès et les méfaits causés par les opioïdes touchent particulièrement les travailleurs des secteurs de la construction, des métiers spécialisés et du transport. Il n'est pas rare que ces travailleurs souffrent de blessures, de douleur et de stress en lien avec le travail. Et ils ne savent pas toujours où obtenir les ressources nécessaires. Ils se tournent donc plus souvent vers les analgésiques et d'autres substances. Dans les secteurs des métiers spécialisés et de la construction, le milieu de travail contribue parfois à une culture dans laquelle « on travaille fort et on s'amuse fort ». Résultat : une culture qui pourrait favoriser une forte consommation d'alcool et l'usage d'autres substances.

Ajoutons que demander de l'aide pour un problème de consommation est difficile en raison de la stigmatisation (attitudes ou croyances négatives). Les hommes représentent une proportion importante de la main-d'œuvre dans les métiers spécialisés et la construction, et certains pourraient ne pas vouloir changer leurs habitudes de consommation ou demander de l'aide puisque ce serait, selon eux, des signes de faiblesse.

Le Centre canadien sur les dépendances et l'usage de substances (CCDUS), en collaboration avec l'Équipe d'intervention en matière d'opioïdes de Santé Canada, a préparé cette trousse d'outils pour aider les employeurs à aborder l'usage de substances avec leurs employés et, ainsi, à améliorer la santé et la sécurité au travail. Le but général de la trousse est d'outiller les employeurs pour qu'ils puissent accompagner les travailleurs en matière d'usage de substances, de santé et de sécurité.

À QUI S'ADRESSE CETTE TROUSSE?

La trousse s'adresse aux superviseurs, aux gestionnaires et aux professionnels des ressources humaines ainsi qu'aux syndicats, aux associations et aux autres organismes du genre. Elle propose aussi des ressources que les employés pourront utiliser telles quelles.

L'expression « usage de substances » ou « consommation de substances » fait référence à la consommation de toute substance psychoactive (illicite, licite, médicale, non médicale), comme l'alcool, le cannabis et les opioïdes. L'usage peut être prescrit ou occasionnel (p. ex. soulagement de la douleur ou consommation d'alcool en contexte social) et peut aller jusqu'à l'usage problématique, à la dépendance ou à un trouble lié à l'usage de substances (c.-à-d. consommer même au risque d'y perdre la vie).

COMMENCEZ ICI
Des questions?

RESSOURCES
DE PRÉVENTION
Stigmatisation

Facteurs de risque

RESSOURCES
D'INFORMATION

Opioides

Alcool

Cannabis

Gestion de la douleur

L'USAGE DE
SUBSTANCES ET LE
MILIEU DE TRAVAIL

Conseils concernant
les politiques et
procédures

Programmes d'aide
entre pairs au travail

RESSOURCES POUR
LES EMPLOYÉS

Obtenir de l'aide

Autres ressources
pour les employés

AUTRES
RENSEIGNEMENTS

ORGANISATIONS
CONTRIBUTRICES

COORDONNÉES

LES RESSOURCES DE LA TROUSSE AIDERONT LES EMPLOYEURS ET LES TRAVAILLEURS À :

- prévenir les méfaits associés à la consommation;
- se renseigner sur les substances et leurs effets;
- aborder la consommation des employés;
- trouver des services et de l'aide;
- fournir de l'information provenant de rapports et d'organisations clés.

COMMENT UTILISER CETTE TROUSSE D'OUTILS

Les affiches, les vidéos et les balados de la trousse pourront vous servir dans vos activités de sensibilisation des employés, de prévention et de santé et sécurité. Les employeurs pourront aussi utiliser certaines ressources pour diriger les travailleurs vers des services anonymes d'aide immédiate. La trousse aidera les ressources humaines, la direction et les responsables de la sécurité au travail à améliorer leurs politiques et pratiques en matière d'usage de substances.

Chaque ressource est brièvement décrite et accompagnée d'un lien numéroté vers l'organisation qui l'a produite.

Cliquez sur les onglets sur le côté pour vous déplacer d'une section à l'autre.

DES QUESTIONS? Voir nos [coordonnées](#)

Certaines des ressources dans cette trousse ont été fournies par des organismes partenaires. Le CCDUS et Santé Canada ne peuvent donc garantir que l'information contenue est exacte ou à jour. L'ajout d'une ressource ne sous-entend en aucun cas son approbation ou autorisation par le CCDUS ou Santé Canada.

Composez le 1 866 585-0445 si vous ou un proche avez besoin d'aide ou avez des questions. Des services en santé mentale et en usage de substances sont disponibles 24 heures sur 24, 7 jours sur 7.
En cas d'urgence ou de danger immédiat, appelez le 911.

COMMENCEZ ICI

[Des questions?](#)

RESSOURCES DE PRÉVENTION

[Stigmatisation](#)

[Facteurs de risque](#)

RESSOURCES D'INFORMATION

[Opioides](#)

[Alcool](#)

[Cannabis](#)

[Gestion de la douleur](#)

L'USAGE DE SUBSTANCES ET LE MILIEU DE TRAVAIL

[Conseils concernant les politiques et procédures](#)

[Programmes d'aide entre pairs au travail](#)

RESSOURCES POUR LES EMPLOYÉS

[Obtenir de l'aide](#)

[Autres ressources pour les employés](#)

AUTRES RENSEIGNEMENTS

ORGANISATIONS CONTRIBUTRICES

COORDONNÉES

RESSOURCES DE PRÉVENTION

Les employeurs peuvent poser des gestes pour prévenir les problèmes et les méfaits liés à l'usage de substances. Ainsi, ils peuvent tenir compte des facteurs de risque et instaurer une culture qui encourage les employés à obtenir l'aide nécessaire. Vous trouverez ci-dessous des ressources sur la stigmatisation et les facteurs de risque professionnels.

La moitié des personnes ayant une dépendance disent que leur crainte de l'opinion des autres les empêche de demander de l'aide (McQuaid et coll., 2017).

STIGMATISATION

La stigmatisation entourant l'usage de substances est un obstacle de taille pour les personnes qui prennent de la drogue et celles en rétablissement d'une dépendance. Elle peut les empêcher de demander de l'aide, de crainte d'être jugées ou de perdre leur emploi, leurs amis et leur famille. Cette section vous aidera à mieux comprendre les répercussions qu'a la stigmatisation sur les personnes qui prennent de la drogue et à instaurer un milieu de travail plus ouvert.

La stigmatisation fait référence à toute attitude, à toute croyance ou à tout comportement discriminatoire (Centre canadien sur les dépendances et l'usage de substances et Association communautaire d'entraide par les pairs contre les addictions, 2019).

Ressource	Description
La consommation de substances et les corps de métier	Une infographie sur les corps de métier et la consommation de substances, et des conseils destinés à l'employeur sur la prévention et la façon d'aborder la stigmatisation. (11)
Politiques et stigmatisation : un aide-mémoire	Une liste d'une page pour déterminer si les politiques d'une organisation sont discriminatoires ou stigmatisantes à l'égard de l'usage de substances. (12)
Tough Enough to Talk About It	Un programme qui aide les travailleurs des métiers spécialisés à reconnaître les troubles de santé mentale et d'usage de substances et à les prendre en main. (31)
La douleur de la stigmatisation : savoir reconnaître le problème et ses conséquences	Un module d'apprentissage en ligne qui explique que le trouble lié à l'usage de substances est un problème de santé. (12)
Se servir des mots pour surmonter la stigmatisation : un guide d'introduction	Un guide d'introduction pour favoriser la discussion et sensibiliser le public à la stigmatisation entourant les personnes qui consomment. (12)
Digging in the Dirt	Un documentaire sur la santé mentale des travailleurs du secteur de l'énergie. (17)
Formation Substance Use Health, Stigma and Person First Language	Un atelier de formation pour accroître la sensibilisation, les connaissances et les compétences des participants sur l'usage de substances, les répercussions de la stigmatisation et le langage non stigmatisant. (16)
Inspire: Living Experience about Stigma and Stories	Des vidéos de personnes touchées par les effets de la stigmatisation et leur cheminement personnel. Aide à réduire la stigmatisation. (16)
Stigmatisation de la consommation de drogues	Une page Web présentant de l'information générale sur la stigmatisation et la consommation de substances et comment changer sa façon d'en parler; avec des liens à d'autres ressources. (30)
Mental Health 101: Understanding Stigma	Un cours en ligne gratuit pour mieux sensibiliser le public à la stigmatisation entourant la maladie mentale et l'usage de substances. (10)

COMMENCEZ ICI
Des questions?

RESSOURCES
DE PRÉVENTION

Stigmatisation

Facteurs de risque

RESSOURCES
D'INFORMATION

Opioides

Alcool

Cannabis

Gestion de la douleur

L'USAGE DE
SUBSTANCES ET LE
MILIEU DE TRAVAIL

Conseils concernant
les politiques et
procédures

Programmes d'aide
entre pairs au travail

RESSOURCES POUR
LES EMPLOYÉS

Obtenir de l'aide

Autres ressources
pour les employés

AUTRES
RENSEIGNEMENTS

ORGANISATIONS
CONTRIBUTRICES

COORDONNÉES

FACTEURS DE RISQUE ASSOCIÉS AU MILIEU DE TRAVAIL

Les facteurs de risque généraux (physiques, psychologiques, émotionnels, etc.) et ceux associés au milieu de travail augmentent le risque qu'un employé se tourne vers l'usage de substances. Par exemple, quelqu'un qui travaille de longues heures ou qui travaille la nuit pourrait prendre un stimulant pour rester réveillé et alerte. Ou alors une personne qui vit des difficultés au travail pourrait consommer de l'alcool, du cannabis ou d'autres substances pour se sentir mieux.

Facteurs de risque

- Travail par quarts
- Longues heures de travail
- Pression incitant à consommer
- Risque élevé de blessure
- Accès à de l'alcool ou à de la drogue
- Travail à distance ou non supervisé
- Culture de l'organisation
- Tâches répétitives
- Travail très stressant
- Stigmatisation entourant la demande d'aide

(Frone, 2006; Hoffmann, Larison et Brittingham, 1996)

CULTURE ORGANISATIONNELLE

Les hommes, surreprésentés dans les secteurs des métiers spécialisés et de la construction, soutiennent les milieux de travail traditionnellement masculins et durs où s'allient « sérieux et plaisir ». Une telle culture pourrait influencer, et parfois célébrer, la forte consommation d'alcool et l'usage d'autres substances. Ces facteurs de risque pourraient dissuader certains hommes de demander de l'aide quand ils en ont besoin (Vancouver Island Construction Association et E. Percival-Paterson, 2021).

GESTES QUE VOUS POUVEZ POSER POUR ATTÉNUER CES FACTEURS DE RISQUE

- Fixez des attentes claires concernant la consommation d'alcool et d'autres substances.
- Inspectez votre milieu de travail et examinez certains postes pour y déceler des facteurs de risque potentiels, puis trouvez des façons de les atténuer.
- Tenez compte des facteurs associés à la santé et à la sécurité psychologiques en milieu de [travail](#).
- Consultez un spécialiste en dépendance et en usage de substances ou un professionnel de la santé et de la sécurité au travail pour mieux cerner et gérer les risques.
- Tenez-vous au courant des politiques et des programmes de prévention des blessures au travail.

COMMENCEZ ICI
Des questions?

RESSOURCES
DE PRÉVENTION

Stigmatisation

Facteurs de risque

RESSOURCES
D'INFORMATION

Opioides

Alcool

Cannabis

Gestion de la douleur

L'USAGE DE
SUBSTANCES ET LE
MILIEU DE TRAVAIL

Conseils concernant
les politiques et
procédures

Programmes d'aide
entre pairs au travail

RESSOURCES POUR
LES EMPLOYÉS

Obtenir de l'aide

Autres ressources
pour les employés

AUTRES
RENSEIGNEMENTS

ORGANISATIONS
CONTRIBUTRICES

COORDONNÉES

RESSOURCES D'INFORMATION

Les milieux de travail sont à même de fournir aux employés de l'information qui les aidera à prendre des décisions éclairées quant à l'usage de substances et, ainsi, d'instaurer un climat favorable aux discussions sur la consommation, la santé et la sécurité. Vous trouverez ci-dessous des ressources d'information sur les opioïdes, l'alcool, le cannabis et la gestion de la douleur.

Selon la recherche, la sensibilisation au travail peut aider à diminuer la consommation chez les employés (Meister, 2018).

OPIOÏDES

Le Canada vit une crise des opioïdes. Et ce qui alimente cette crise, c'est l'exposition accidentelle à des opioïdes comme le fentanyl dans la drogue illicite. Cette section fournit de l'information sur les opioïdes, la crise et la demande d'aide.

La majorité des décès par surdose implique le fentanyl, un puissant opioïde. En 2020, la plupart des décès par intoxication aux opioïdes sont survenus chez des hommes (77 %) et des adultes de 20 à 49 ans (68 %). Il y a eu plus de 19 000 décès attribuables aux opioïdes depuis 2016 (Comité consultatif spécial sur l'épidémie de surdoses d'opioïdes, 2021).

Ressource	Description
Que sont les opioïdes?	Une courte fiche qui explique ce que sont les opioïdes, comment prendre correctement les opioïdes d'ordonnance et les risques qu'ils posent. (12)
La crise des opioïdes au Canada : ce qu'il faut savoir	Un survol d'une page sur la crise des opioïdes au Canada (description et information concernant la tolérance, la dépendance et l'approvisionnement illicite contaminé). (12)
La crise des opioïdes au Canada : ce que vous pouvez faire	Une fiche d'information d'une page sur les gestes que vous pouvez poser pour remédier à la crise, les sources d'aide et la <i>Loi sur les bons samaritains secourant les victimes de surdose</i> . (12)
Les opioïdes et la gestion de la douleur	Un court survol de la prise d'opioïdes d'ordonnance pour le soulagement de la douleur, des risques liés à cette prise et des stratégies non pharmacologiques. (12)
Surdoses d'opioïdes : quoi faire	Une fiche explicative d'une page sur les signes et les causes possibles d'une surdose d'opioïdes. (30)
La naloxone : sauver une vie	Un survol d'une page sur les deux types de trousse de naloxone, leur utilité et leur fonctionnement. (30)

COMMENCEZ ICI
Des questions?

RESSOURCES
DE PRÉVENTION
Stigmatisation

Facteurs de risque

RESSOURCES
D'INFORMATION

Opioïdes

Alcool

Cannabis

Gestion de la douleur

L'USAGE DE
SUBSTANCES ET LE
MILIEU DE TRAVAIL

Conseils concernant
les politiques et
procédures

Programmes d'aide
entre pairs au travail

RESSOURCES POUR
LES EMPLOYÉS

Obtenir de l'aide

Autres ressources
pour les employés

AUTRES
RENSEIGNEMENTS

ORGANISATIONS
CONTRIBUTRICES

COORDONNÉES

ALCOOL

Au Canada, la plupart des adultes boivent de l'alcool. Cette section fournit de l'information sur l'alcool, la consommation à faible risque et l'évolution des profils de consommation.

Près de 4 Canadiens sur 5 consomment de l'alcool (Santé Canada, 2019).

Ressource	Description
Directives de consommation d'alcool à faible risque du Canada	Une brochure d'information sur les limites de consommation et les situations où éviter de boire. Elle donne des conseils pour une consommation à faible risque et définit ce qu'est un verre standard. (12)
Quiz sur les Directives de consommation d'alcool à faible risque du Canada	Un court quiz pour mettre à l'épreuve ses connaissances sur les Directives de consommation d'alcool à faible risque du Canada et faire la promotion de ces dernières. (12)
Alcool : connaître ses limites : guide pratique d'évaluation de sa consommation d'alcool	Une ressource qui fournit des conseils et de l'aide aux personnes qui envisagent d'abaisser le niveau de risque de leur consommation d'alcool. (12)
L'alcool et le système immunitaire : 4 choses à savoir	Une ressource d'une page qui présente quatre choses à savoir sur les effets de l'alcool sur le système immunitaire pendant la pandémie de COVID-19. (12)
COVID-19 et usage d'alcool et de cannabis	Une ressource d'une page qui décrit les risques potentiels associés à l'usage d'alcool et de cannabis pendant la pandémie de COVID-19. (12)
Consommation d'alcool	Une page Web qui explique ce qu'est l'alcool, comment il se consomme et ses divers effets sur le corps. (30)

COMMENCEZ ICI
Des questions?

RESSOURCES
DE PRÉVENTION
Stigmatisation

Facteurs de risque

RESSOURCES
D'INFORMATION

Opioides

Alcool

Cannabis

Gestion de la douleur

L'USAGE DE
SUBSTANCES ET LE
MILIEU DE TRAVAIL

Conseils concernant
les politiques et
procédures

Programmes d'aide
entre pairs au travail

RESSOURCES POUR
LES EMPLOYÉS

Obtenir de l'aide

Autres ressources
pour les employés

AUTRES
RENSEIGNEMENTS

ORGANISATIONS
CONTRIBUTRICES

COORDONNÉES

CANNABIS

Le cannabis est une substance couramment consommée au Canada dont l'usage à des fins non médicales (récréatives) a été légalisé en 2018. Cette section fournit de l'information sur le cannabis, sa consommation à moindre risque et ses effets.

Les effets intoxicants du cannabis, surtout de celui contenant du THC, peuvent durer des heures. Plus de 1 employé sur 5 a rapporté avoir consommé du cannabis au travail ou moins de 2 heures avant d'aller travailler (Institute for Work & Health, 2019).

Ressource	Description
Recommandations canadiennes pour l'usage du cannabis à moindre risque	Une ressource de deux pages qui décrit brièvement 10 façons de réduire les risques associés à l'usage de cannabis. (10 et 14)
Le cannabis et les autres substances	Une affiche d'une page sur les risques pour la santé associés à l'usage concomitant de cannabis et de substances comme l'alcool, le tabac et autres. (12)
Le cannabis et les médicaments	Une affiche d'une page sur les interactions possibles entre divers types de médicaments et le cannabis et leurs effets sur la santé. (12)
COVID-19 et cannabis : comment réduire les risques	Une affiche d'une page qui présente quelques conseils pratiques pour diminuer la propagation de la COVID-19 et les risques de l'usage de cannabis pour la santé. (12)
Cannabis comestible, extraits de cannabis et cannabis pour usage topique	Un guide de deux pages qui présente des données scientifiques à jour sur les effets de ces différents types de produits. (12)
Connaître les risques du cannabis pour la santé	Une affiche d'une page sur les risques du cannabis pour la santé. (12)
Effets du cannabis sur la santé	Plusieurs ressources qui décrivent les effets du cannabis sur la santé physique, la santé mentale, les fonctions cognitives et le développement. (12)
Parler pot avec les jeunes : un guide de communication sur le cannabis pour les alliés des jeunes	Un guide pour aider les personnes qui travaillent avec des jeunes à leur parler de cannabis et de réduction des méfaits. (12)

COMMENCEZ ICI
Des questions?

RESSOURCES
DE PRÉVENTION

Stigmatisation

Facteurs de risque

RESSOURCES
D'INFORMATION

Opioides

Alcool

Cannabis

Gestion de la douleur

L'USAGE DE
SUBSTANCES ET LE
MILIEU DE TRAVAIL

Conseils concernant
les politiques et
procédures

Programmes d'aide
entre pairs au travail

RESSOURCES POUR
LES EMPLOYÉS

Obtenir de l'aide

Autres ressources
pour les employés

AUTRES
RENSEIGNEMENTS

ORGANISATIONS
CONTRIBUTRICES

COORDONNÉES

GESTION DE LA DOULEUR

De nombreux travailleurs canadiens souffrent de douleur chronique. Cette section fournit de l'information sur la gestion de la douleur, notamment sur la prise d'analgésiques, comme les opioïdes, et sur d'autres traitements, comme la physiothérapie et la psychothérapie.

Le taux de blessures, de traumatismes et de stress des travailleurs des métiers spécialisés est élevé (Murtezani, Ibraimi, Sllamniku, Osmani et Sherifi, 2011; Jacobsen et coll., 2013), et les ressources en prévention et en gestion de la douleur chronique sont insuffisantes. Donc, à défaut de pouvoir soulager autrement leur douleur, certaines personnes se tournent vers des analgésiques comme les opioïdes (Alford et coll., 2016; Groupe de travail canadien sur la douleur, 2020).

Ressource	Description
Douleur chronique	Une ressource brève et simple sur la douleur chronique, la discrimination et la stigmatisation, et les traitements et thérapies. (19)
Tame the Beast	Un site qui aide à comprendre le fonctionnement de la douleur et qui propose des mesures pour aller mieux. (33)
Live Plan Be	Un outil d'information en ligne sur la science derrière la douleur chronique, les moyens de suivre l'évolution des symptômes et la préparation d'un plan de gestion de la douleur efficace. (27)
About Chronic Pain	Des ressources qui expliquent ce qu'est la douleur chronique et décrivent comment traiter la douleur et obtenir de l'aide. (35)
Opioïdes : parfois nécessaires, mais pas toujours	Une ressource qui fournit de l'information sur les opioïdes, notamment sur les situations où leur usage est approprié et celles où il ne l'est pas. (15)
Approches non pharmacologiques de prise en charge de la douleur chronique	Des ressources pour les personnes vivant avec de la douleur chronique, dont trois documents sur des traitements non pharmacologiques de la douleur chronique. (6)
Parler des opioïdes avec son professionnel de la santé	Une ressource en langage simple, en français et en anglais, sur la façon d'aborder la question des opioïdes avec son professionnel de la santé. (30)
Gérer sa douleur au travail	Une ressource pour vous aider à gérer votre douleur au travail : savoir quand déclarer sa douleur à son employeur, importance de l'ergonomie, recours à un ergothérapeute et autres conseils pour la promotion d'un milieu de travail agréable. (2)
Prescription d'opioïdes pour soulager la douleur chronique (guide de référence du patient)	Un guide pour les personnes vivant avec de la douleur chronique et leurs familles qui aide notamment à savoir quoi demander lorsqu'on reçoit un traitement. (20)
Pain Waves Podcast	Un balado créé par Pain BC dans lequel des experts de la douleur chronique et des personnes qui en souffrent discutent des plus récents outils, études, nouvelles et tendances en matière de gestion de la douleur. (27)
The Opioid Chapters	Une série de vidéos présentant l'histoire de personnes qui consomment ou ont consommé des opioïdes, pour toutes sortes de raisons, certaines pratiques, comme la gestion de la douleur, et d'autres problématiques, comme la dépendance. (34)
McMaster National Pain Centre Tools	Une liste de ressources et d'outils, dont certains en français, sur des sujets touchant la douleur chronique, comme la prise d'opioïdes, les cliniques spécialisées au Canada et les lignes directrices sur la prescription d'opioïdes. (24)
Les troubles musculo-squelettiques : sensibilisation	Un cours de 20 minutes qui fournit de l'information sur les troubles musculo-squelettiques qui peuvent survenir dans tous les secteurs d'activité et tous les types d'emplois. (11)
Les troubles musculo-squelettiques : prévention	Un cours de 60 minutes qui fournit de l'information sur les troubles musculo-squelettiques liés au travail et l'ergonomie comme méthode de prévention des blessures en milieu de travail. (11)
Network of Injured Worker Groups (About Us)	Un réseau de soutien aux organisations provinciales et territoriales de victimes d'accidents et de maladies du travail. (8)
Musculoskeletal Disorders	Un site Web provincial sur la prévention des troubles musculo-squelettiques causés par les tensions et blessures au travail, et des outils d'analyse des exigences physiques et de la sécurité associées à plusieurs types de machines lourdes. (36)

COMMENCEZ ICI
Des questions?

RESSOURCES
DE PRÉVENTION
Stigmatisation

Facteurs de risque

RESSOURCES
D'INFORMATION

Opioïdes

Alcool

Cannabis

Gestion de la douleur

L'USAGE DE
SUBSTANCES ET LE
MILIEU DE TRAVAIL

Conseils concernant
les politiques et
procédures

Programmes d'aide
entre pairs au travail

RESSOURCES POUR
LES EMPLOYÉS

Obtenir de l'aide

Autres ressources
pour les employés

AUTRES
RENSEIGNEMENTS

ORGANISATIONS
CONTRIBUTRICES

COORDONNÉES

L'USAGE DE SUBSTANCES ET LE MILIEU DE TRAVAIL

Les employeurs peuvent aborder la question de l'usage de substances touchant le milieu de travail : ils peuvent par exemple appuyer leurs employés en se dotant de politiques, de procédures et de programmes adéquats et non stigmatisants. Ce faisant, les employeurs pourront améliorer la santé, la sécurité et la productivité.

CONSEILS CONCERNANT LES POLITIQUES ET PROCÉDURES

Cette section amènera les employeurs à réfléchir à la façon de contrer l'usage de substances dans leurs politiques et procédures.

Au Canada, la perte de productivité (invalidité, absentéisme, etc.) attribuable à l'usage d'opioïdes a coûté 4,25 milliards de dollars en 2017, et celle pour l'ensemble des substances, 20 milliards (Groupe de travail scientifique sur les coûts et les méfaits de l'usage de substances au Canada, 2020).

Ressource	Description
It's Our Business: Addressing Addiction & Mental Health in the Workplace Resource Manual	Un manuel sur la prévention et la promotion de la santé à consulter au travail. (1)
La consommation problématique de substances ayant une incidence en milieu de travail	Un guide et une trousse d'outils pour l'élaboration de politiques sur la consommation de substances en milieu de travail. (4)
Gestion de l'affaiblissement des capacités au travail (CSA Z1008:F21)	Une norme qui encadre la gestion de l'affaiblissement des capacités et la consommation de substances au travail et qui est harmonisée avec les principes de santé et de sécurité. (9)
Implementation Guideline for CSA Z1008, Management of Impairment in the Workplace, with a Focus on Impairment Due to Substance Use (CSA Z1008.1:21)	Un guide sur l'application pratique de la norme de gestion de l'affaiblissement des capacités au travail décrite précédemment. (9)
Management of Impairment in the Workplace – Online Training (CSA Z1008:21)	Une formation en ligne sur l'application pratique de la norme de gestion de l'affaiblissement des capacités au travail décrite précédemment. (9)
Facultés affaiblies au travail – Un guide sur les mesures d'adaptation pour la dépendance aux substances	Un guide sur les mesures d'adaptation pour la dépendance aux substances au travail. (13)
Politique de la Commission canadienne des droits de la personne sur le dépistage d'alcool et de drogues	Une politique sur le recours, justifié ou non, au dépistage d'alcool et de drogues en contexte d'emploi. (13)
Facultés affaiblies au travail – Questions et réponses	Une page Web qui renseigne les employés et les employeurs sur la question des facultés affaiblies au travail. (18)
Norme nationale du Canada sur la santé et la sécurité psychologiques en milieu de travail	Cette norme nationale dont l'application est volontaire propose une série de mesures, d'outils et de ressources qui visent la promotion de la santé mentale des employés et la prévention des préjudices psychologiques susceptibles d'être causés par des facteurs liés au travail. (23)
L'affaiblissement des facultés et le cannabis au travail	Une formation pour mieux comprendre le rôle des employeurs dans la lutte contre l'affaiblissement des facultés au travail, en utilisant le cannabis à titre d'exemple. (11)

COMMENCEZ ICI
Des questions?

RESSOURCES
DE PRÉVENTION

Stigmatisation

Facteurs de risque

RESSOURCES
D'INFORMATION

Opioïdes

Alcool

Cannabis

Gestion de la douleur

L'USAGE DE
SUBSTANCES ET LE
MILIEU DE TRAVAIL

Conseils concernant
les politiques et
procédures

Programmes d'aide
entre pairs au travail

RESSOURCES POUR
LES EMPLOYÉS

Obtenir de l'aide

Autres ressources
pour les employés

AUTRES
RENSEIGNEMENTS

ORGANISATIONS
CONTRIBUTRICES

COORDONNÉES

PROGRAMMES D'AIDE ENTRE PAIRS AU TRAVAIL

Cette section explique le fonctionnement des programmes d'aide entre pairs au travail et leurs possibles bienfaits pour votre milieu de travail.

L'aide entre pairs est une stratégie de prévention efficace qui permet de prendre le contrôle de ses symptômes et d'améliorer sa qualité de vie (Sunderland, Mishkin, Peer Leadership Group et Commission de la santé mentale du Canada, 2013).

Ressource	Description
Workplace Peer Support	Un document sur la création et le déploiement de programmes d'aide entre pairs. (1)
Peer Support Canada	Un site Web qui fournit de l'information sur l'aide entre pairs et sur la certification des pairs aidants. (28)
Does Someone I Work with Have a Problem?	Une ressource qui propose aux employés des pistes pour venir en aide à un collègue qui aurait un problème avec l'alcool, la drogue ou les jeux de hasard et d'argent. (1)
Lignes directrices relatives au soutien par les pairs – Pratique et formation	Des lignes directrices élaborées avec l'assistance de pairs aidants. Elles insistent sur le rôle de soutien empreint d'empathie des pairs aidants qui vise à susciter l'espoir et l'appropriation du pouvoir d'agir et à favoriser le rétablissement. (23)
Holding Hope Canada	Des groupes de soutien gratuits animés par des pairs partout au Canada pour les familles dont un proche vit avec un trouble lié à l'usage de substances; les groupes fournissent un soutien mutuel et favorisent la guérison en permettant d'échanger dans un endroit sûr. (25)
Healing Hearts	Des groupes de soutien aux endeuillés gratuits animés par des pairs partout au Canada s'adressant spécifiquement à ceux et celles qui ont perdu un proche en raison d'une surdose ou des méfaits de l'usage de substances. (25)

COMMENCEZ ICI
Des questions?

RESSOURCES
DE PRÉVENTION
Stigmatisation

Facteurs de risque

RESSOURCES
D'INFORMATION

Opioides

Alcool

Cannabis

Gestion de la douleur

L'USAGE DE
SUBSTANCES ET LE
MILIEU DE TRAVAIL

Conseils concernant
les politiques et
procédures

**Programmes d'aide
entre pairs au travail**

RESSOURCES POUR
LES EMPLOYÉS

Obtenir de l'aide

Autres ressources
pour les employés

AUTRES
RENSEIGNEMENTS

ORGANISATIONS
CONTRIBUTRICES

COORDONNÉES

RESSOURCES POUR LES EMPLOYÉS

Il existe diverses ressources (sites Web, affiches, brochures, etc.) que les employeurs peuvent présenter à leurs employés – des ressources qui sensibilisent les travailleurs à l’usage de substances et leur indiquent où trouver de l’aide, au besoin.

OBTEINIR DE L’AIDE

Les travailleurs n’ayant pas accès à un programme d’aide aux employés qui offre des services en lien avec l’usage de substances peuvent consulter les ressources ci-dessous pour trouver d’autres formes de soutien.

Entre 2016 et 2017, en Colombie-Britannique, plus de la moitié des personnes mortes d’une surdose d’opioïdes travaillait dans les métiers spécialisés ou l’industrie du transport (British Columbia Coroners Service, 2018).

Ressource	Description
L’alcool, le cannabis, les opioïdes et les médicaments	Un document d’une page avec les coordonnées d’organisations offrant de l’aide immédiate et de l’information sur l’usage de substances. (12)
Espace mieux-être Canada	Un site Web gratuit et confidentiel qui propose aux Canadiens des ressources d’aide en santé mentale et en usage de substances.
Obtenez de l’aide concernant la consommation problématique de substances	Un site Web avec des numéros de téléphone, des liens et des ressources pour obtenir de l’aide, de l’information et des services gratuits et anonymes en matière d’usage de substances partout au Canada. (30)
Application Lifeguard	Une application gratuite s’adressant aux habitants de la Colombie-Britannique qui permet aux personnes qui font une surdose alors qu’elles consomment seules d’obtenir une aide d’urgence. (22)
Trouver des traitements de qualité pour les dépendances	Un guide qui fournit de l’information sur le moment où chercher de l’aide, la planification du traitement, les options de soins continus, les personnes à qui demander de l’aide et les questions à poser avant le traitement. (12)
Des soins virtuels en santé mentale et en usage de substances pendant la COVID-19	Un document d’une page qui fournit de l’information sur l’accès à des soins virtuels en santé mentale et en usage de substances pendant la pandémie de COVID-19. (12)
National Overdose Response Service	Une ligne téléphonique pancanadienne de prévention des surdoses gérée et dirigée par des pairs, offrant un soutien confidentiel. (26)
SMART Recovery	Les programmes SMART (formation sur l’autogestion et le rétablissement) s’inscrivent dans un ensemble de groupes d’entraide de partout dans le monde qui proposent des options différentes pour faire face à la consommation. (32)

Composez le 1 866 585-0445 si vous ou un proche avez besoin d’aide ou avez des questions. Des services en santé mentale et en usage de substances sont disponibles 24 heures sur 24, 7 jours sur 7. En cas d’urgence ou de danger immédiat, appelez le 911.

COMMENCEZ ICI
Des questions?

RESSOURCES
DE PRÉVENTION
Stigmatisation
Facteurs de risque

RESSOURCES
D’INFORMATION

Opioïdes
Alcool
Cannabis
Gestion de la douleur

L’USAGE DE
SUBSTANCES ET LE
MILIEU DE TRAVAIL

Conseils concernant
les politiques et
procédures
Programmes d’aide
entre pairs au travail

RESSOURCES POUR
LES EMPLOYÉS

Obtenir de l’aide
Autres ressources
pour les employés

AUTRES
RENSEIGNEMENTS

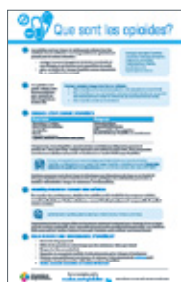
ORGANISATIONS
CONTRIBUTRICES

COORDONNÉES

AUTRES RESSOURCES POUR LES EMPLOYÉS

Voici quelques ressources vers lesquelles les employeurs peuvent diriger leurs employés.

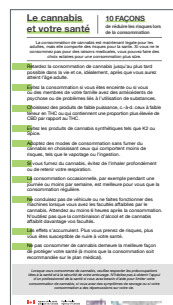
Ressource	Description
Changer le langage de la dépendance	Une fiche de renseignements qui explique comment les termes stigmatisants peuvent nuire au rétablissement du trouble lié à l'usage de substances et qui propose des termes de rechange pour combattre les stéréotypes négatifs. (12)
Changer la façon dont nous parlons de l'utilisation de substances	Une ressource d'une page qui explique comment le fait de changer les termes utilisés pour décrire l'usage de substances peut réduire la stigmatisation. (19)
Trouver des traitements de qualité pour les dépendances : quelques ressources	Une brochure, une affiche et une carte professionnelle pour promouvoir le guide <i>Trouver des traitements de qualité pour les dépendances au Canada</i> . (12)
Directives de consommation d'alcool à faible risque du Canada (brochure)	Une brochure d'information sur les limites de consommation et les situations où éviter de boire. Elle fournit des conseils pour une consommation à faible risque et définit ce qu'est un verre standard. (12)
Le cannabis et votre santé : 10 façons de réduire les risques lors de la consommation	Une ressource de deux pages (anglais et français) qui décrit brièvement 10 façons de réduire les risques lors de la consommation de cannabis. (10 et 14)
Les troubles liés à l'usage de substances affectent des gens de tous horizons	Une fiche de renseignements qui montre graphiquement que le trouble lié à l'usage de substances affecte des gens de tous horizons et qui indique que 1 Canadien sur 10 a un problème de consommation. (12)
Language Matters	Une affiche qui propose quatre principes pour l'utilisation de termes non stigmatisants lorsqu'on parle d'usage de substances. (5)
Surdose d'opioïdes	Une affiche qui explique comment reconnaître une surdose d'opioïdes et intervenir. (30)
Loi sur les bons samaritains	Une vidéo qui explique comment la <i>Loi sur les bons samaritains secourant les victimes de surdose</i> aide à protéger les témoins de surdoses. (30)
The Good Samaritan Drug Overdose Act – What You Need to Know	Un document de deux pages qui explique les implications de la <i>Loi sur les bons samaritains secourant les victimes de surdose</i> et précise les situations couvertes ou non par celle-ci. (29)
Maîtrise ton hit	Un guide qui explique les effets de certaines substances, dont les opioïdes, et présente des stratégies pour une consommation sécuritaire de drogue. (3)



Télécharger ici ▼



Télécharger ici ▼



Télécharger ici ▼

COMMENCEZ ICI
Des questions?

RESSOURCES
DE PRÉVENTION
Stigmatisation

Facteurs de risque

RESSOURCES
D'INFORMATION

Opioïdes

Alcool

Cannabis

Gestion de la douleur

L'USAGE DE
SUBSTANCES ET LE
MILIEU DE TRAVAIL

Conseils concernant
les politiques et
procédures

Programmes d'aide
entre pairs au travail

RESSOURCES POUR
LES EMPLOYÉS

Obtenir de l'aide

Autres ressources
pour les employés

AUTRES
RENSEIGNEMENTS

ORGANISATIONS
CONTRIBUTRICES

COORDONNÉES

AUTRES RENSEIGNEMENTS

Nous vous invitons à consulter les rapports et articles de recherche ci-dessous pour vous renseigner sur l'usage de substances et son incidence sur le milieu de travail.

Ressource	Description
Données, surveillance et recherche concernant les opioïdes et autres substances	Une page Web qui fournit des données, des liens et d'autres renseignements sur plusieurs sujets concernant la crise des opioïdes, comme les répercussions de la COVID-19, les méfaits et la santé mentale. (30)
Root Cause Analysis Report of Substance Use in Ontario Sawmills	Un rapport technique qui examine les causes professionnelles et personnelles de l'usage de substances dans les scieries ontariennes. (36)
Méfaits associés aux opioïdes et aux stimulants au Canada	Des faits, données et renseignements, y compris une carte interactive du Canada, sur la crise des opioïdes et son contexte. (30)
Bien-être des apprentis : rapport du Cybergroupe consultatif sur les apprentis au Canada	Un rapport qui résume les résultats d'un sondage sur le bien-être des apprentis (accès réservé aux membres). (7)
Examen des politiques sur la consommation de substances en milieu de travail au Canada : points forts, lacunes et principales considérations	Une étude qui passe en revue les politiques sur la consommation de substances en milieu de travail, recense les leçons apprises et les pratiques exemplaires et détermine quels secteurs requièrent davantage de conseils, d'outils et de ressources pour qu'une amélioration soit possible. (12)
Examen des politiques sur la consommation de substances en milieu de travail au Canada (survol du rapport)	Une synthèse du rapport mentionné précédemment sur les politiques sur la consommation de substances en milieu de travail. (12)
Perceptions et tendances au Canada	Les perceptions qu'ont les jeunes et la population générale du cannabis, tirées de plusieurs sources, dont un rapport sur les perceptions des jeunes. (12)
Cannabis (sommaire canadien sur la drogue)	Un sommaire qui présente des renseignements de base sur le cannabis, notamment ses effets à court et à long terme, son statut juridique et des statistiques sur sa consommation. (12)
Affaiblissement des facultés (ressources de santé et sécurité au travail)	Une page Web qui aborde plusieurs sujets en lien avec l'affaiblissement des facultés en milieu de travail et qui liste des ressources pour les employeurs portant notamment sur le cannabis et la fatigue. (11)
State of Policies and Practices on Substance Use in Safety-sensitive Industries in Canada	Un rapport sur les problèmes d'usage de substances dans les industries où la sécurité est critique, qui aborde notamment l'affaiblissement des facultés par le cannabis, le contexte juridique et certaines décisions rendues par les tribunaux dans des dossiers de facultés affaiblies. (12)
Workplace Cannabis Use and Perceptions among Canadian Workers before Legalization	Une foule d'information (p. ex. entrevues, articles de presse, ressources, recherche) tirée d'une étude pluriannuelle sur la consommation de cannabis et les perceptions des travailleurs. (21)
Stratégie en milieu de travail : risque de facultés affaiblies attribuable au cannabis	Une publication qui contient de l'information et présente des recommandations à l'intention des employeurs, des employés et de toute autre personne intéressée par la santé et la sécurité en milieu de travail en lien avec les facultés affaiblies. (11)

COMMENCEZ ICI
Des questions?

RESSOURCES
DE PRÉVENTION

Stigmatisation

Facteurs de risque

RESSOURCES
D'INFORMATION

Opioïdes

Alcool

Cannabis

Gestion de la douleur

L'USAGE DE
SUBSTANCES ET LE
MILIEU DE TRAVAIL

Conseils concernant
les politiques et
procédures

Programmes d'aide
entre pairs au travail

RESSOURCES POUR
LES EMPLOYÉS

Obtenir de l'aide

Autres ressources
pour les employés

AUTRES
RENSEIGNEMENTS

ORGANISATIONS
CONTRIBUTRICES

COORDONNÉES

ORGANISATIONS CONTRIBUTRICES

L'information présentée dans la trousse provient des organisations nommées dans le tableau qui suit. Ce dernier contient également des liens vers les sites Web de ces organisations.

Organisation	Description	
Alberta Health Services	Les Services de santé de l'Alberta sont le premier et le plus important système provincial de santé pleinement intégré au Canada. Ils sont responsables de la prestation de services de santé à près de 4,4 millions de personnes vivant en Alberta, ainsi qu'à certains résidents de la Saskatchewan, de la Colombie-Britannique et des Territoires du Nord-Ouest.	1
Association québécoise de la douleur chronique	L'Association québécoise de la douleur chronique a pour mission d'améliorer la condition et de réduire l'isolement des personnes atteintes de douleur chronique au Québec.	2
Association québécoise pour la promotion de la santé des personnes utilisatrices de drogues	L'Association québécoise pour la promotion de la santé des personnes utilisatrices de drogues est un organisme qui permet de regrouper des personnes utilisatrices de drogues qui aspirent à faire la promotion de la santé, la prévention des infections transmissibles sexuellement et par le sang et l'amélioration de leurs conditions de vie.	3
Conseil du Canada atlantique sur la toxicomanie (n'existe plus)	Le Conseil du Canada atlantique sur la toxicomanie a mis au point une trousse d'outils en collaboration avec un comité consultatif de projet formé de membres qui ont fourni des connaissances spécialisées relatives à la consommation problématique de substances et à la toxicomanie.	4
Harm Reduction Centre du Centre de contrôle des maladies de la Colombie-Britannique (Toward the Heart)	Le Harm Reduction Centre du Centre de contrôle des maladies de la Colombie-Britannique a mis au point le site Internet Toward the Heart pour offrir des outils et des documents d'information aux parents, aux professionnels de la santé, aux personnes qui consomment, aux jeunes et aux chercheurs.	5
Agence canadienne des médicaments et des technologies de la santé	L'Agence canadienne des médicaments et des technologies de la santé est un organisme indépendant sans but lucratif dont le mandat est de fournir aux décideurs du système de santé des preuves objectives leur permettant de prendre des décisions éclairées concernant l'usage optimal des technologies de la santé.	6
Forum canadien sur l'apprentissage	Le Forum canadien sur l'apprentissage établit des liens entre les intervenants des différents métiers, secteurs et régions du pays afin de mettre en commun des informations et des pratiques prometteuses, de cerner les obstacles et de proposer des solutions conjointes.	7
Alliance canadienne des victimes d'accidents et de maladies du travail	L'Alliance canadienne des victimes d'accidents et de maladies du travail vient en aide aux travailleurs blessés et améliore la santé et la sécurité au travail partout au pays.	8
Groupe CSA	La mission de l'Organisation de développement des normes du Groupe CSA est d'améliorer la vie des Canadiens à travers l'avancement des normes dans les secteurs public et privé.	9
Centre de toxicomanie et de santé mentale	Le Centre de toxicomanie et de santé mentale est le plus important hôpital d'enseignement dans le domaine de la santé mentale au Canada, ainsi que l'un des principaux centres de recherche au monde dans ce domaine.	10
Centre canadien d'hygiène et de sécurité au travail	Le Centre canadien d'hygiène et de sécurité au travail est la ressource nationale se consacrant à l'amélioration de la santé et de la sécurité en milieu de travail au Canada.	11

COMMENCEZ ICI
Des questions?

RESSOURCES
DE PRÉVENTION

Stigmatisation

Facteurs de risque

RESSOURCES
D'INFORMATION

Opioides

Alcool

Cannabis

Gestion de la douleur

L'USAGE DE
SUBSTANCES ET LE
MILIEU DE TRAVAIL

Conseils concernant
les politiques et
procédures

Programmes d'aide
entre pairs au travail

RESSOURCES POUR
LES EMPLOYÉS

Obtenir de l'aide

Autres ressources
pour les employés

AUTRES
RENSEIGNEMENTS

ORGANISATIONS
CONTRIBUTRICES

COORDONNÉES

Organisation	Description	
Centre canadien sur les dépendances et l'usage de substances	Le Centre canadien sur les dépendances et l'usage de substances est une organisation non gouvernementale chargée de fournir un leadership national en matière d'usage de substances et de proposer des solutions pour aborder les méfaits de l'alcool et d'autres substances.	12
Commission canadienne des droits de la personne	La Commission protège le principe fondamental de l'égalité des chances et soutient la vision d'une société inclusive sans discrimination.	13
Initiative canadienne de recherche en abus de substance	L'Initiative canadienne de recherche en abus de substance est un réseau national qui regroupe des chercheurs, des fournisseurs de services, des décideurs et des personnes ayant une expérience concrète de l'usage de substances. Elle a pour objectif général d'appliquer, en matière de toxicomanie, des interventions fondées sur des données probantes dans la pratique clinique, la prévention communautaire, les initiatives de réduction des méfaits et l'apport de changements au système de santé.	14
Choisir avec soin	Choisir avec soin agit comme porte-parole national pour la réduction des examens et des traitements inutiles en santé.	15
Association communautaire d'entraide par les pairs contre les addictions	L'Association communautaire d'entraide par les pairs contre les addictions aspire à renforcer le pouvoir des personnes qui ont été touchées par la dépendance en offrant des opportunités de s'intégrer dans l'ensemble de la communauté par l'entremise d'initiatives d'entraide des pairs et de projets d'engagement de la communauté.	16
Digging in the Dirt (film)	Un documentaire réalisé par Dylan Rhys Howard et Omar Mouallem, écrit par Lizzie Derksen et produit par Blake McWilliam.	17
Emploi et Développement social Canada	Employment and Social Development Canada works to improve the standard of living and quality of life for all Canadians.	18
Santé Canada	Santé Canada a pour mandat d'aider les Canadiens à conserver et à améliorer leur santé. Il s'assure d'offrir des services de santé de grande qualité et accessibles, et cherche à réduire les risques pour la santé.	19
Qualité des services de santé Ontario	Qualité des services de santé Ontario est le responsable provincial de la qualité des soins de santé. Il aide le personnel infirmier, les médecins et les autres professionnels de la santé à être plus efficaces dans ce qu'ils font.	20
Institute for Work & Health	L'Institute for Work & Health est un organisme de recherche autonome sans but lucratif dont l'objectif est de protéger et d'améliorer la santé et la sécurité des travailleurs par la réalisation d'études utiles et pertinentes.	21
Lifeguard Digital Health	Entreprise en santé numérique, Lifeguard Digital Health a pour but de réduire les méfaits et de prévenir les décès accidentels chez les personnes de tous âges.	22
Commission de la santé mentale du Canada	La Commission de la santé mentale du Canada est responsable de la conception et de la diffusion de programmes et d'outils novateurs qui favorisent la santé mentale et le bien-être de la population canadienne.	23
Centre national de recherche sur la douleur Michael G. DeGroot	Le Centre national a plusieurs fonctions primaires, notamment celle d'élaborer, d'actualiser et de diffuser des lignes directrices pour la pratique clinique en gestion de la douleur.	24

COMMENCEZ ICI
Des questions?

RESSOURCES DE PRÉVENTION

Stigmatisation

Facteurs de risque

RESSOURCES D'INFORMATION

Opioides

Alcool

Cannabis

Gestion de la douleur

L'USAGE DE SUBSTANCES ET LE MILIEU DE TRAVAIL

Conseils concernant les politiques et procédures

Programmes d'aide entre pairs au travail

RESSOURCES POUR LES EMPLOYÉS

Obtenir de l'aide

Autres ressources pour les employés

AUTRES RENSEIGNEMENTS

ORGANISATIONS CONTRIBUTRICES

COORDONNÉES

Organisation	Description	
Moms Stop the Harm	Moms Stop the Harm est un réseau de familles canadiennes touchées par les méfaits et les décès liés à la consommation de drogues. Il revendique le changement des politiques inefficaces en matière de drogues et il apporte du soutien aux familles endeuillées et aux personnes ayant des proches qui vivent actuellement ou ont vécu par le passé un problème de consommation de drogues.	25
National Overdose Response Service	Le service national de réponse aux surdoses est une initiative de collaboration entre les personnes qui consomment des drogues, Grenfell Ministries, la Brave Technology Coop et le Dr Monty Ghosh.	26
Pain BC	Pain BC fait appel au renforcement de l'autonomie, aux soins, à la sensibilisation et à l'innovation pour favoriser le bien-être de toutes les personnes qui vivent avec de la douleur.	27
Peer Support Canada	Peer Support Canada offre une certification aux pairs aidants, aux pairs aidants familiaux et aux pairs mentors.	28
Pivot	En collaboration avec des groupes touchés par la pauvreté et l'exclusion sociale, Pivot détermine les priorités et trouve des solutions à des questions complexes en lien avec les droits de la personne.	29
Consommation de substances	Le gouvernement du Canada fournit de l'information sur la santé (science, recherche, données, suivi et surveillance) et les déterminants de la santé.	30
Resource Centre for Suicide Prevention	La vision du Centre est de réduire les cas de suicide, les comportements suicidaires et leurs effets en offrant des options positives et en proposant des mécanismes compensatoires sains.	31
SMART Recovery	Self-Management And Recovery Training (SMART) Recovery est une organisation à but non lucratif fondée sur l'abstinence et s'adressant aux personnes ayant des problèmes de dépendance.	32
Tame the Beast	Le site Tame the Beast est le fruit d'une collaboration entre le professeur Lorimer Moseley, chercheur sur la douleur, Dave Moen, physiothérapeute spécialisé dans la douleur, et Sam Chisholm, spécialiste des communications.	33
The Opioid Chapters	Le site Web présente du contenu multimédia et des entrevues faites avec des Ontariens qui ont une expérience vécue des opioïdes ou qui jettent un éclairage différent sur la question (p. ex. médecins, travailleurs communautaires et membres de la famille).	34
Toronto Academic Pain Medicine Institute	L'institut est un programme scientifique complet et interdisciplinaire qui sert de carrefour pour le traitement de la douleur chronique à Toronto.	35
Sécurité au travail dans le Nord	Sécurité au travail dans le Nord est l'une des quatre associations de santé et sécurité indépendantes, sectorielles et sans but lucratif en Ontario. Situé dans le nord de l'Ontario, l'organisme offre, partout dans la province, des formations et des services en santé et sécurité approuvés par le ministère aux industries minières et forestières.	36

COMMENCEZ ICI
Des questions?

RESSOURCES DE PRÉVENTION

Stigmatisation
Facteurs de risque

RESSOURCES D'INFORMATION

Opioides
Alcool
Cannabis
Gestion de la douleur

L'USAGE DE SUBSTANCES ET LE MILIEU DE TRAVAIL

Conseils concernant les politiques et procédures
Programmes d'aide entre pairs au travail

RESSOURCES POUR LES EMPLOYÉS

Obtenir de l'aide
Autres ressources pour les employés

AUTRES RENSEIGNEMENTS

ORGANISATIONS CONTRIBUTRICES

COORDONNÉES

COORDONNÉES

COMMUNIQUEZ AVEC NOUS!

Le CCDUS continue de produire des études et des ressources pour aider les employeurs à mieux aborder l'usage de substances. Sur demande, des experts du CCDUS pourront faire une présentation à votre organisation. Pour en savoir plus sur le CCDUS et son travail, consultez la page [Sécurité en milieu de travail](#) de son site Internet ou écrivez à cette adresse :

milieudetravail@ccsa.ca



BIBLIOGRAPHIE

- Alford, D.P., J.S. German, J.H. Samet, D.M. Cheng, C.A. Lloyd-Travaglini et R. Saitz. « Primary care patients with drug use report chronic pain and self-medicate with alcohol and other drugs », *Journal of General Internal Medicine*, vol. 31, n° 5, 2016, p. 486–491.
- British Columbia Coroners Service. *Illicit drug overdose deaths in BC: Findings of coroners' investigations*, Vancouver (C.-B.), ministère de la Sécurité publique et Solliciteur général, 2018.
- Centre canadien sur les dépendances et l'usage de substances et Association communautaire d'entraide par les pairs contre les addictions. *Se servir des mots pour surmonter la stigmatisation : un guide d'introduction*, Ottawa (Ont.), chez l'auteur, 2019.
- Comité consultatif spécial sur l'épidémie de surdoses d'opioïdes. *Décès apparemment liés à une intoxication aux opioïdes et aux stimulants*, Ottawa (Ont.), Agence de la santé publique du Canada, 2021. Consulté sur le site : <https://health-infobase.canada.ca/src/doc/SRHD/MiseajourDecesMars2021.pdf>
- Groupe de travail canadien sur la douleur. *Ce que nous avons entendu : travailler ensemble pour mieux comprendre, prévenir et gérer la douleur chronique*, Ottawa (Ont.), Santé Canada, 2020.
- Groupe de travail scientifique sur les coûts et les méfaits de l'usage de substances au Canada. *Outil de visualisation sur les coûts et méfaits de l'usage de substances au Canada, version 2.0.0* [outil en ligne], 2020. Consulté sur le site : <https://cemusc.ca/consulter-les-donnees/>
- Frone, M.R. « Prevalence and distribution of alcohol use and impairment in the workplace: A U.S. national survey », *Journal of Studies on Alcohol*, vol. 67, n° 1, 2006, p. 147–156.
- Hoffmann, J.P., C. Larison et A. Brittingham. *Drug use among U.S. workers: Prevalence and trends by occupation and industry categories*, Rockville (MD), Substance Abuse and Mental Health Services Administration, 1996.
- Institute for Work & Health. *Cannabis Use and the Canadian Workplace* (infographie), Ottawa (Ont.), chez l'auteur, 2019.

COMMENCEZ ICI
Des questions?

RESSOURCES
DE PRÉVENTION

Stigmatisation

Facteurs de risque

RESSOURCES
D'INFORMATION

Opioïdes

Alcool

Cannabis

Gestion de la douleur

L'USAGE DE
SUBSTANCES ET LE
MILIEU DE TRAVAIL

Conseils concernant
les politiques et
procédures

Programmes d'aide
entre pairs au travail

RESSOURCES POUR
LES EMPLOYÉS

Obtenir de l'aide

Autres ressources
pour les employés

AUTRES
RENSEIGNEMENTS

ORGANISATIONS
CONTRIBUTRICES

COORDONNÉES

Jacobsen, H.B., A. Caban-Martinez, L.C. Onyebeke, G. Sorensen, J.T. Dennerlein et S.E. Reme. « Construction workers struggle with a high prevalence of mental distress and this is associated with their pain and injuries », *Journal of Occupational and Environmental Medicine*, vol. 55, n° 10, 2013, p. 1197–1204.

McQuaid, R.J., A. Malik, K. Moussouni, N. Baydack, M. Stargardter et M. Morrisey. *La vie en rétablissement de la toxicomanie au Canada*, Ottawa (Ont.), Centre canadien sur les dépendances et l'usage de substances, 2017.

Meister, S.R. *Examen des politiques sur la consommation de substances en milieu de travail au Canada : points forts, lacunes et principales considérations*, Ottawa (Ont.), Centre canadien sur les dépendances et l'usage de substances, 2018.

Murtezani, A., Z. Ibraimi, S. Sllamniku, T. Osmani et S. Sherifi. « Prevalence and risk factors for low back pain in industrial workers », *Folia Medica*, vol. 53, n° 3, 2011, p. 68–74.

Santé Canada. *L'Enquête canadienne sur le tabac, l'alcool et les drogues chez les élèves : tableaux détaillés de 2018-2019*, 2019. Consulté sur le site : <https://www.canada.ca/fr/sante-canada/services/enquete-canadienne-tabac-alcool-et-drogues-eleves/2018-2019-tableaux-detailles.html>

Sunderland, K., W. Mishkin, Équipe des leaders en matière de soutien par les pairs et Commission de la santé mentale du Canada. *Lignes directrices relatives au soutien par les pairs – pratique et formation*, Calgary (Alb.), Commission de la santé mentale du Canada, 2013. Consulté sur le site : https://www.mentalhealthcommission.ca/sites/default/files/2018-06/peer_support_guidelines_fr.pdf

Vancouver Island Construction Association et E. Percival-Paterson. *Tailgate toolkit: Stakeholder engagement summary 2021*, Victoria (C.-B.), Vancouver Island Construction Association et Island Health, 2021.

COMMENCEZ ICI
Des questions?

**RESSOURCES
DE PRÉVENTION**
Stigmatisation

Facteurs de risque

**RESSOURCES
D'INFORMATION**

Opioides

Alcool

Cannabis

Gestion de la douleur

**L'USAGE DE
SUBSTANCES ET LE
MILIEU DE TRAVAIL**

Conseils concernant
les politiques et
procédures

Programmes d'aide
entre pairs au travail

**RESSOURCES POUR
LES EMPLOYÉS**

Obtenir de l'aide

Autres ressources
pour les employés

**AUTRES
RENSEIGNEMENTS**

**ORGANISATIONS
CONTRIBUTRICES**

COORDONNÉES