



Université du Québec à Chicoutimi  
**PLAN DE FORMATION  
EN LIGNE**



**4 heures**



**0,4**

Unité d'éducation continue

# Santé psychologique en milieu de travail : s'outiller pour mieux réagir

## Description

La santé psychologique des travailleurs et travailleuses est un enjeu quotidien pour la plupart des organisations et encore plus vrai, dans un contexte de pénurie de main-d'œuvre. Trop souvent, les gestionnaires se sentent désemparé(e)s devant les difficultés vécues au travail par leurs ressources.

La Loi modernisant le régime de santé et de sécurité du travail (Loi 27) obligera les employeur(e)s à identifier et analyser les risques psychosociaux liés au travail et à les inclure dans leur démarche de prévention au plus tard, en octobre 2025. Ces nouvelles exigences sont lourdes d'implication et il convient donc, d'y être bien préparé(e). Cette formation permettra aux gestionnaires d'avoir de meilleurs outils pour soutenir les membres de leurs équipes et de savoir ce qui doit être mis en place pour répondre aux exigences légales au Québec.

## Objectifs

Au terme de la formation, les participants et participantes seront en mesure de :

- connaître les déterminants de la santé psychologique;
- porter un regard évaluatif sur leur organisation;
- identifier les différentes pistes de prévention;
- soutenir les personnes en difficulté.

## Contenu

- Les déterminants de la santé psychologique
- Les pratiques de gestion favorisant la santé mentale au travail
- L'importance de la perception dans les relations au travail
- Le soutien aux équipes

### Nombre d'heures

4 heures

### Frais d'inscription

300 \$ plus les taxes applicables

## Clientèle visée

Ce programme s'adresse aux gestionnaires ou aux personnes en situation de gestion, y compris la gestion d'une équipe, désirant développer leurs connaissances et leurs habiletés en lien avec la santé psychologique au travail.

## Formatrice



### **Johanne Simard, M.Sc., M.B.A**

Johanne Simard a évolué comme directrice des ressources humaines dans le réseau collégial et comme conseillère cadre en développement organisationnel dans le réseau de la santé. Elle a également accompagné plusieurs entreprises et organismes à but non lucratif comme consultante en management et ressources humaines.

D'abord formée en communication, et souhaitant davantage accompagner les talents et les organisations, elle obtiendra une première maîtrise en gestion des organisations (M. Sc.) et une seconde, en administration des affaires pour cadres (MBA). Elle possède également une formation en amélioration continue LEAN SIX SIGMA (ceinture verte).

## Formation continue

Université du Québec à Chicoutimi  
555, boulevard de l'Université  
Chicoutimi (Québec) G7H 2B1  
418 545-5011, poste 1212  
formationcontinue@uqac.ca  
formationcontinue.uqac.ca

---

## NOTES

**Attestation de participation** : Pour chaque formation suivie, une attestation correspondant au nombre d'heures de participation sera émise par la Formation continue de l'Université du Québec à Chicoutimi à chacun(e) des apprenants et apprenantes. Une (1) unité d'éducation continue (UEC) est attribuée pour dix (10) heures de participation à une activité d'éducation continue. Un seuil minimal de 80 % du nombre d'heures de participation par activité concernée, doit être suivi pour recevoir une attestation de participation.

**Outils complémentaires** : Des mesures de suivi de la progression de l'équipe d'implantation sont également disponibles pour les dirigeants et dirigeantes qui le souhaitent. Une possibilité d'accompagnement supplémentaire en virtuel ou sur place est offerte. Un soutien technique est disponible pour le dépannage en ligne et pour répondre à toutes vos questions d'ordre technique.