CAUSERIE SST

Usage de substances : Parlons-en

Dans le secteur de la construction, environ un travailleur sur sept est touché par un trouble lié à l'usage de substances, ce qui inclut la consommation excessive d'alcool, de drogues ou de tabac.

Si cela vous touche personnellement ou touche un membre de votre équipe, vous n'êtes pas seul. Un trouble lié à l'usage de substances est un problème de santé. Cela peut arriver à n'importe qui. L'important, c'est de détecter les signes précoces et de savoir qu'il existe des ressources pour vous aider.

Ce qu'il faut remarquer

- Une augmentation du nombre d'absences ou le fait de se présenter au travail fatigué
- Difficultés à rester concentré ou alerte
- Sautes d'humeur ou prise de distance par rapport à l'équipe
- Consommer plus souvent de l'alcool, des analgésiques ou d'autres substances

Comment apporter votre aide

- Prenez des nouvelles en tête-à-tête
- Écoutez sans juger ni essayer de tout régler
- Rappelez-leur qu'ils peuvent obtenir de l'aide en toute confidentialité
- Proposez une prochaine étape : Ressources de Sous le chapeau

Conseil : Pendant la pause d'aujourd'hui, prenez des nouvelles d'une personne à qui vous n'avez pas parlé depuis un certain temps. Un simple « Comment ça va? » peut avoir plus d'importance que vous ne le pensez.

Où trouver du soutien confidentiel

Sous le chapeau vous offre, à vous et à votre famille, un soutien gratuit et confidentiel en tout temps, jour et nuit. Parlez à quelqu'un qui saura vous écouter sans vous juger. Vos conversations sont entièrement confidentielles.

Les fournisseurs du Programme d'aide aux employés varient selon le pays et le régime d'avantages sociaux de chaque employé. Veuillez consulter les renseignements sur l'admissibilité correspondant à votre pays sur UndertheHat.com.

SIGNATURES DE L'ÉQUIPE

Projet :		Surintendant :	
Date :		Contremaître :	

Sujet : Usage de substances

Noms des membres de l'équipe
