



Rapport du Groupe de travail sur le bien-être psychologique  
des avocats et avocates du Québec

## Les membres du Groupe de travail

Monsieur le bâtonnier Paul-Matthieu Grondin

Me Serge Bernier, vice-président du Barreau du Québec

Me Stéphanie Lisa Roberts, membre du conseil d'administration du Barreau du Québec

Me Audrey Gagnon, membre du conseil d'administration du Barreau du Québec

Me Sophia Rossi, membre du conseil d'administration du Barreau du Québec

Me Maria Giustina Corsi, membre du conseil d'administration du Barreau du Québec

Madame Diane Sicard-Guindon, membre du public au conseil d'administration du Barreau du Québec

Me Manon Des Ormeaux, directrice du service de la Qualité de la profession, Barreau du Québec

Me Fanie Pelletier, conseillère à l'équité, Barreau du Québec

L'honorable Clément Gascon

Me Lise Tremblay, directrice générale, Barreau du Québec

## Le rapport de recherche de madame Nathalie Cadieux intitulé Étude des déterminants sur la santé psychologique au travail chez les avocat(e)s québécois(es)

Ce rapport contient de nombreux constats préoccupants, lesquels sont résumés dans un [Sommaire de l'étude : les faits saillants](#)

- ✓ 43 % des avocats vivent de la détresse psychologique au travail;
- ✓ 19 % des avocats vivent une situation d'épuisement;
- ✓ Les jeunes ayant 10 ans ou moins d'expérience sont ceux qui connaissent les niveaux de bien-être les plus faibles. De la même manière, ce sont les avocats qui exercent en pratique privée, en litige et en droit de la famille qui présentent les moyennes de bien-être les plus faibles.

## Le mandat du Groupe de travail

### **Proposer des actions concrètes pour assurer ou améliorer le bien-être psychologique des avocats et avocates.**

Les membres du Groupe de travail ont notamment consulté les documents ou les sites suivants, outre le rapport de madame Nathalie Cadieux, pour compléter leur mandat :

1. Rapport de l'American Bar Association (août 2017) - NATIONAL TASK FORCE ON LAWYER WELL-BEING Creating a Movement To Improve Well-Being in the Legal Profession : <https://www.americanbar.org/content/dam/aba/images/abanews/ThePathToLawyerWellBeingReportRevFINAL.pdf>
2. Rapport de la Law Society of British Columbia (décembre 2018) - First Interim Report of the Mental Health Task Force : <https://www.lawsociety.bc.ca/Website/media/Shared/docs/initiatives/MentalHealthTaskForceInterimReport2018.pdf>
3. American Bar Association - *toolkit* : [https://www.americanbar.org/content/dam/aba/administrative/lawyer\\_assistance/ls\\_colap\\_well-being\\_toolkit\\_for\\_lawyers\\_legal\\_employers.pdf](https://www.americanbar.org/content/dam/aba/administrative/lawyer_assistance/ls_colap_well-being_toolkit_for_lawyers_legal_employers.pdf)
4. *Mindfulness* : <https://www.lawtimesnews.com/resources/legal-education/western-law-to-launch-academic-mindfulness-course-this-fall/263543>
5. Capsules vidéo produites dans le cadre de la campagne [EN-TÊTE pour un juste équilibre](#) du Barreau de Montréal, en collaboration avec Mme Rose-Marie Charest : 6 thèmes : Anxiété et peurs, Dépendances, Dépression et épuisement, Troubles de la personnalité, Charge mentale, La santé mentale au quotidien
6. *HUB* : <https://www.lawsociety.ie/Solicitors/Representation/wellbeing-hub/>

## Les recommandations du Groupe de travail

Les membres proposent six axes d'intervention pour promouvoir et assurer le bien-être psychologique des avocats et avocates du Québec :

1. **Campagne de sensibilisation** auprès de la profession visant à diminuer les tabous et les stigmates et à outiller les membres pour déceler les signaux de détresse;
2. **Formations et soutien** visant à offrir aux membres des activités de formation variées en lien avec le bien-être psychologique et à offrir une ressource aux inspecteurs et aux syndicats pour la gestion ponctuelle et urgente de situations difficiles ainsi que des formations aux inspecteurs, syndicats, membres du conseil d'administration et autres décideurs pour les sensibiliser aux enjeux de santé mentale et les outiller;
3. **Outils – Page web dédiée sur le site du Barreau du Québec** facilement accessible et qui contient toutes les informations et ressources disponibles;
4. **Mentorat et entraide entre les pairs** pour aider les avocats aux prises avec des problèmes de santé mentale;
5. **Mesures d'aide financière** pour les travailleurs autonomes qui doivent s'absenter du travail;
6. **Dialogue avec les partenaires du milieu juridique** pour assurer l'atteinte d'un objectif commun : diminuer les tabous et les stigmates, outiller les membres et les employeurs, mettre en place des programmes novateurs.

Pour chacun des axes d'intervention, les membres du Groupe de travail proposent des objectifs, des actions, une priorisation des actions, les personnes responsables, un échéancier et les cas échéant, les coûts. Le Tableau qui suit dresse ce portrait global.

**Groupe de travail sur le bien-être psychologique des avocats - Tableau des recommandations**

| Axes d'intervention                          | Objectifs  | ACTIONS   | Priorité | Responsable(s)   | Échéancier  | Coûts et autres commentaires  |
|--|--|---|----------|--|---|---|
| <p><b>1. Campagne de sensibilisation</b></p> | <p><b>Lancer une campagne de sensibilisation auprès de la profession visant à diminuer les tabous et les stigmates et à outiller les membres pour déceler les signaux de détresse.</b></p> | <p><b>1.1 CAPSULES VIDEO DU BQ</b><br/>Produire des capsules vidéos impliquant des avocats et avocates de tous horizons qui ont vécu des problèmes de détresse psychologique ou de santé mentale;</p> <p>Utiliser tous les réseaux du BQ pour les diffuser (médias sociaux, page web, autres) ou en faire la promotion (Journal du Barreau, Info lettre, autres).</p>   | 1        | P-M. Grondin, L. Tremblay, F. Pelletier, H. Bisson et des ressources externes expertes | Pour la conception, le tournage et la production des capsules vidéos : janv. 2020- mars 2020.<br><br>Déploiement des capsules : avril 2020. | Le bâtonnier du Québec a déjà demandé sur sa page Facebook aux avocats et avocates de s'identifier s'ils voulaient partager leur histoire. Plusieurs avocats et avocates se sont manifestés.<br><br>Coûts approximatifs par capsule : 15 000 \$. De 4 à 6 capsules : 45 000 \$ à 75 000 \$. |
|  |  | <p><b>1.2 AUTRES CAPSULES VIDEO ou ÉLÉMENTS DE SENSIBILISATION</b><br/>Conclure des partenariats avec les barreaux de section et les jeunes barreaux pour rendre disponibles au plus grand nombre leurs capsules ou autres éléments de sensibilisation. Par exemple, voir les capsules vidéo produites dans le cadre de la <a href="#">campagne EN-TÊTE pour un juste équilibre</a> du Barreau de Montréal, en collaboration avec Mme Rose-Marie Charest.</p> | 1        | L. Tremblay, F. Pelletier  | Pour la conclusion de partenariats : janvier - février 2020   | Partenariats probablement gratuits en échange d'ententes de visibilité.   |
|  |  | <p><b>1.3 CHRONIQUES RÉGULIÈRES DE SENSIBILISATION</b><br/>Développer des Chroniques régulières dans le Journal du Barreau ou les autres outils de communication du BQ. S'adjoindre des ressources spécialisées en santé mentale pour ce faire.</p>   | 1        | F. Pelletier, H. Bisson, M. Des Ormeaux et ressources externes spécialisées            | En continu selon le plan de communication   | Coûts pour les chroniques régulières : 6 chroniques annuelles : 2 000 \$ chacune  |

| Axes d'intervention             | Objectifs   | ACTIONS   | Priorité | Responsable(s)            | Échéancier                                    | Coûts et autres commentaires  |
|---------------------------------|---|---|----------|---------------------------|---|---|
| <b>2. Formations et soutien</b> | <b>Offrir aux membres des activités de formation variées en lien avec le bien-être psychologique.</b> | <b>2.1 ÉTHIQUE, DÉONTOLOGIE ET PRATIQUE PROFESSIONNELLE</b><br>Compte tenu que les membres du BQ doivent obligatoirement suivre 3 heures de formation obligatoire dans le volet « Éthique, déontologie et pratique professionnelle », ajouter les formations sur le bien-être psychologique dans ce volet afin d'inciter les membres à suivre ces formations. | 1        | M. Des Ormeaux, H. Bisson | Avril 2020 ou selon le plan de communication. | Coûts des formations font partie des dépenses régulières du service de la Qualité de la profession du BQ. |
|                                 |   | <b>2.2 FORMATION GRATUITE</b><br>Pour l'actuelle période de référence de la formation continue (2019-2021), offrir au moins 1 formation gratuite aux membres, soit celle qui présente le Rapport de la chercheuse Nathalie Cadieux - 45 minutes - WebPro (en ligne).  | 1        | M. Des Ormeaux            | Avril 2020 ou selon le plan de communication. |   |
|                                 |   | <b>2.3 FORMATION OBLIGATOIRE</b><br>Pour la prochaine période de référence de la formation continue (2021-2023), déclarer que tous les membres devront suivre au moins 1 heure de formation sur le bien-être psychologique parmi les 3 heures obligatoires en Éthique, déontologie et pratique professionnelle. (Voir le point 2.1)                           | 1        | Membres du CA             | Mars 2021                                     |   |
|                                 |   | <b>2.4 DÉVELOPPER DE NOUVELLES ACTIVITÉS DE FORMATION POUR LES MEMBRES</b>  | 1        | M. Des Ormeaux            | Avril 2020 et en continu                      |   |

| Axes d'intervention                                  | Objectifs   | ACTIONS  | Priorité | Responsable(s)  | Échéancier      | Coûts et autres commentaires   |
|--|---|--|----------|---|-----------------|--|
| <b>Formations et soutien (suite)</b>                 | Offrir une ressource aux inspecteurs et syndicats pour la gestion des situations ponctuelles  | <b>2.5 CONCLURE UNE ENTENTE ANNUELLE AVEC UN CONSULTANT EXPERT</b> selon les références de Pamba.  | 1        | L. Tremblay, F. Pelletier                                     | Mars-avril 2020 | Taux horaire d'environ 120\$.<br>Prévision : 40 h annuellement : 4 800 \$.   |
|  | Offrir des formations aux inspecteurs, syndicats adjoints, membres du CA et autres décideurs du BQ pour les sensibiliser aux enjeux de santé mentale et les outiller. | <b>2.6 DÉVELOPPER DE NOUVELLES ACTIVITÉS DE FORMATION CIBLÉES</b>  | 2        | M. Des Ormeaux, F. Pelletier                                  | Juin -août 2020 | Coûts selon le nombre de formations mais certains coûts feraient notamment partie des dépenses régulières du BQ : 1 % de la masse salariale consacré à la formation. |
| <b>3. Outils : Page web dédiée sur le site du BQ</b> | Créer une page web dédiée au bien-être psychologique des avocats facilement accessible et qui contient toutes les ressources disponibles.                             | <b>3.1 CONCEVOIR UNE PAGE WEB DÉDIÉE.</b> Voir par exemple : <a href="https://www.lawsociety.ie/Solicitors/Representation/wellbeing-hub/">https://www.lawsociety.ie/Solicitors/Representation/wellbeing-hub/</a> | 1        | L. Tremblay/F. Pelletier/M. Des Ormeaux, J. Allard, H. Bisson | Mars-avril 2020 | Coûts sont essentiellement ceux des ressources humaines du BQ qui travailleront sur ce projet.   |

| Axes d'intervention                                       | Objectifs  | ACTIONS  | Priorité | Responsable(s)  | Échéancier      | Coûts et autres commentaires                                      |
|---|--|--|----------|---|-----------------|---|
| <b>Outils : Page web dédiée sur le site du BQ (suite)</b> |  | <p><b>3.2 RÉPERTORIER L'ENSEMBLE DES RESSOURCES DISPONIBLES ET DÉTERMINER LES CONTENUS DE LA PAGE WEB</b>, notamment :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Actualiser le <a href="#">Guide du barreau pour la conciliation travail-vie personnelle</a> et le <a href="#">Guide du Barreau d'autoévaluation des pratiques déontologiques</a></li> <li>• Créer un « <b>toolkit</b> » simplifié en comparaison de celui produit par l'<a href="#">ABA</a>.</li> <li>• Documenter les programmes et mesures en place chez les employeurs juridiques et évaluer les besoins des employeurs.</li> </ul>   | 1        | L. Tremblay/F. Pelletier/M. Des Ormeaux, J. Allard, H. Bisson | Mars-avril 2020 |   |
| <b>4. Mentorat et entraide entre pairs</b>                | <b>Implanter un ou des programmes de mentorat et d'entraide entre pairs pour aider les avocats aux prises avec des problèmes de santé mentale.</b> | <p>Ces programmes viseraient autant la possibilité de discuter des situations problématiques avec des pairs ayant traversé les mêmes difficultés, recevoir des conseils pour mieux gérer une situation ou recevoir de l'aide ponctuelle d'un confrère pour la prise en charge de certains dossiers. Pour ce faire :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Recenser les programmes de mentorat</b> existants des facultés de droit (diplômés-étudiants), du Barreau de Montréal, du Barreau de Québec et autres.</li> <li>• <b>Identifier les besoins non comblés</b> et les opportunités d'arrimage</li> <li>• Évaluer l'opportunité de <b>bonifier le rôle des <a href="#">Syndics correspondants</a></b></li> <li>• Évaluer l'opportunité de <b>réactiver le registre d'avocats-remplaçants du <a href="#">Réseau-conseil</a></b> ou un outil semblable</li> </ul> | 2        | F. Pelletier  | Juin -août 2020 | Coûts à déterminer selon le recensement et les besoins à combler. |

| Axes d'intervention                     | Objectifs   | ACTIONS   | Priorité | Responsable(s)                                   | Échéancier       | Coûts et autres commentaires |
|---|---|---|----------|--|------------------|------------------------------|
| <b>5. Mesures d'aide financière</b>     | Implanter un ou des programmes d'aide financière pour les travailleurs autonomes qui doivent s'absenter du travail.       | <b>5.1 MIEUX FAIRE CONNAÎTRE LES PROGRAMMES ACTUELS :</b> <ul style="list-style-type: none"> <li><a href="#">Dispense de cotisations en cas d'incapacité d'exercer la profession</a></li> <li><a href="#">Prêt d'urgence de la Corporation de services du Barreau</a></li> </ul>  | 1        | L. Tremblay, F. Pelletier, P. Richard, H. Bisson | Mars-avril 2020  |                              |
|   |   | <b>5.2 RÉPERTORIER LES PROGRAMMES D'ASSURANCE INVALIDITÉ DISPONIBLES ET OFFERTS PAR LES PARTENAIRES :</b> Corporation de services, Jeunes Barreaux, etc., évaluer les possibilités de les bonifier et de mieux les faire connaître.   | 2        |  | Juin - août 2020 |                              |
|   |   | <b>5.3 ÉVALUER LA FAISABILITÉ ET LES COÛTS DE NOUVEAUX PROGRAMMES</b> comme le projet proposé par le Jeune Barreau de Québec : <a href="#">programme Répit</a> . Ce programme vise à rembourser une mensualité des frais fixes d'exploitation de bureau pendant un arrêt de travail.  | 2        |  | Mars-avril 2021  |                              |
| <b>6. Dialogue avec les partenaires</b> | Établir un dialogue avec les doyens des facultés de droit et la magistrature pour assurer l'atteinte d'objectifs communs. | <b>CRÉER UN FORUM SUR LE BIEN-ÊTRE PSYCHOLOGIQUE DES AVOCATS AVEC LES PARTENAIRES DU MILIEU JURIDIQUE.</b><br><br>Le forum privilégie les objectifs communs suivants : <ul style="list-style-type: none"> <li>• Diminution des tabous et stigmates</li> <li>• Outiller les membres et les employeurs</li> <li>• Mettre en place des programmes novateurs</li> </ul> | 1        | Bâtonnier  | Mars-Avril 2020  |                              |