



Guide de mesures de soutien des cadres

Publié : le 2025-06-23

© Sa Majesté le Roi du chef du Canada,
représentée par le président du Conseil du Trésor 2025,

Publié par le Secrétariat du Conseil du Trésor du Canada
90 rue Elgin, Ottawa, Ontario, K1A 0R5, Canada

No de catalogue BT53-39/2025F-PDF
ISBN: 978-0-660-79017-6

Ce document est disponible sur Canada.ca, le site Web du gouvernement du Canada.

Ce document est disponible en médias substitués sur demande.

Nota : Pour ne pas alourdir le texte français, le masculin est utilisé
pour désigner tant les hommes que les femmes.

Also available in English under the title: A back pocket guide to executive supports

Guide de mesures de soutien des cadres

Ce guide résume les mesures de soutien à l'échelle de la fonction publique fédérale mises à la disposition des cadres de niveau supérieur afin que vous puissiez bénéficier plus rapidement d'une aide pour relever les défis qui se présentent. De nombreuses formes de soutien sont également offertes pour les postes équivalents à ceux du groupe de la direction; veuillez contacter directement votre fournisseur de services pour obtenir plus d'informations sur les conditions d'admissibilité.

Développer tout

Réduire tout

Comment puis-je prendre soin de moi et soutenir mon équipe?

▼ Services de counseling



Si vous ou une personne que vous connaissez êtes **en danger immédiat**, composez le 9-1-1 ou rendez-vous à votre service d'urgence local.

Si vous ou une personne que vous connaissez **pensez au suicide**, appelez ou textez le 9-8-8. Du soutien est disponible 24 heures sur 24, 7 jours sur 7 au 9-8-8 : Ligne d'aide en cas de crise de suicide.

Si vous êtes **en détresse**, veuillez communiquer avec votre Programme d'aide aux employés.

Une prise de conscience de soi et des soins autoadministrés sont essentiels à une bonne santé mentale. Voici des ressources pour prendre soin de votre santé mentale :

- Le Programme d'aide aux employés (PAE) offre gratuitement des services de consultation à court terme en cas de problèmes personnels ou professionnels ainsi qu'en cas de crise.
- Le Régime de soins de santé de la fonction publique couvre les services psychologiques jusqu'à concurrence de 5 000 \$ par année civile en frais admissibles. Il n'est pas nécessaire d'avoir une ordonnance. Veuillez consulter la mise à jour sur les améliorations et modifications du RSSFP pour plus de détails.
- Canada.ca/santémentale offre des informations sur les points suivants :
 - Ressources provinciales et territoriales en matière de santé mentale
 - Santé mentale et toxicomanie
 - Ressources pour les Premières Nations, les Inuits et les Métis

- Soutien pour la violence familiale et la violence fondée sur le sexe

Ressources de santé mentale pour les communautés en quête d'équité :

- Santé mentale des Autochtones
- Répertoire des ressources sur le bien-être : Cercle du savoir sur l'inclusion autochtone (accessible seulement sur le réseau du gouvernement du Canada)
- Ressources en santé mentale pour les employés noirs, autochtones et de couleur (accessible seulement sur le réseau du gouvernement du Canada)
- 2ELGBTQIA+ : La Fondation LifeLine Canada (y compris des ressources de soutien à l'échelle du Canada)

▼ Services spécialisés et de rétablissement

- Santé Canada offre des services de counseling prolongés ou spécialisés aux leaders (ou aux équipes) qui sont aux prises avec une pression intense liée au travail. Composez le 1-800-268-7708 ou envoyez un courriel à precgeneral.cprpgeneral@hc-sc.gc.ca.
- Le Programme de décompression de Santé Canada, qui est personnalisé et d'une durée de 2 semaines (conçu et dispensé par des spécialistes de la santé mentale) est offert pour soutenir les leaders et leurs équipes à la suite de périodes prolongées de stress opérationnel. Envoyez un message à decompression@hc-sc.gc.ca.
- La Commission de la fonction publique (CFP) fournit des services de counseling aux cadres offerts par des personnes professionnelles chevronnées et des conseillers et conseillères

de direction sur les défis liés au leadership, y compris l'autogestion, la gestion des relations et la prise de conscience organisationnelle. Présentez une demande de service ou envoyez un courriel à cfp.scc-ecs.psc@cfp-psc.gc.ca pour en savoir plus.

▼ Ressources dirigées par des experts et expertes (offertes dans la plupart des organisations recevant les services du PAE de Santé Canada)

- LifeSpeak : Plus de 1 400 vidéos dirigés par des spécialistes, fiches de conseils et articles sur des sujets tels que le mieux-être, le mentorat, le leadership en période de changement, le leadership inclusif, l'adaptation à un nouveau rôle en tant que leader et la lutte contre le stress.
- Torchlight (par LifeSpeak) : Ressources personnalisables, dirigées par des spécialistes, pour les parents et les personnes soignant des enfants et adultes, y compris des guides, des outils et des webinaires. Créez un profil et sélectionnez vos sujets d'intérêt afin de consulter des guides, des outils et des webinaires qui vous aideront à relever vos défis propres aux rôles de parent et d'aidant.

Pour savoir comment accéder à ces plateformes, communiquez avec le coordonnateur ou la coordonnatrice du PAE de votre ministère (accessible seulement sur le réseau du gouvernement du Canada) ou trouvez le fournisseur du Programme d'aide aux employés de votre organisation.

Quelles sont les ressources qui peuvent faciliter ma transition vers mon nouveau rôle?

▼ Programmes de l'École de la fonction publique du Canada

- L'École de la fonction publique du Canada (EFPC) offre des programmes visant à doter les nouveaux et nouvelles cadres des compétences dont ils et elles ont besoin pour être des leaders efficaces dans l'environnement de travail d'aujourd'hui :
 - Programme à l'intention des nouveaux directeurs (offres régulières)
 - Orientation à l'intention des directeurs généraux (sur demande)
 - Orientation à l'intention des sous-ministres adjoints (sur demande)

▼ Commission de la fonction publique : évaluation et perfectionnement du leadership

- La Commission de la fonction publique (CFP) fournit des services d'évaluation et de perfectionnement du leadership visant à :
 - déterminer vos forces et vos points à perfectionner
 - parfaire vos compétences clés en leadership
 - explorer des possibilités de carrière
 - vous préparer à un processus de sélection pour un poste de cadre

Présentez une demande de service ou envoyez un courriel à cfp.scc-ecs.psc@cfp-psc.gc.ca pour en savoir plus.

▼ Directive sur les conditions d'emploi pour les cadres supérieurs

- La Directive sur les conditions d'emploi pour les cadres supérieurs :
 - énonce les conditions d'emploi des cadres supérieurs et supérieures de l'administration publique centrale et les responsabilités connexes des chefs des ressources humaines, des gestionnaires délégués et déléguées et des cadres supérieurs et supérieures;
 - traite des éléments salariaux et non salariaux, de la rémunération au rendement, des mutations spéciales et de la réorientation professionnelle.

Pour plus d'informations sur vos conditions d'emploi, veuillez contacter le service des ressources humaines de votre organisation.

▼ Ressources d'APEX

- L'Association professionnelle des cadres supérieurs de la fonction publique du Canada (APEX) a élaboré des ressources visant à faciliter la transition des cadres supérieurs vers leur nouveau rôle :
 - un Guide pratique pour les nouveaux cadres supérieurs
 - le Guide pratique : Repenser l'intégration des cadres supérieurs.

Où puis-je obtenir des conseils et une orientation à l'intention des cadres supérieurs et supérieures?

▼ Services de consultation pour les cadres supérieurs et supérieures

- La CFP fournit des services de counselling aux cadres qui peuvent faciliter la gestion des défis de leadership et des questions liées à la diversité et l'inclusion. Présentez une demande de service ou envoyez un courriel à cfp.scc-ecs.psc@cfp-psc.gc.ca pour en savoir plus.
- L'APEX offre un service-conseil gratuit, bilingue et confidentiel à l'intention des cadres supérieurs et supérieures. Pour en savoir plus, consultez la page du service-conseil pour les cadres supérieurs.

▼ Accompagnement, mentorat et réseautage

- Les Services organisationnels spécialisés (SOS) de Santé Canada fournissent :
 - des services de mentorat offerts par d'anciens et anciennes cadres de niveau supérieur ou des fonctionnaires de haut niveau;
 - un accompagnement individuel par des coaches accrédités ou accréditées pour les cadres supérieurs et supérieures ou en leadership;
 - des séances d'accompagnement en groupe et en gestion du changement;
 - la promotion du travail d'équipe.

Pour en savoir plus sur les SOS, composez le 1-888-366-8213 ou envoyez un courriel à info-sos@hc-sc.gc.ca.

- En plus du soutien informel de vos collègues cadres supérieurs et supérieures, votre organisation peut disposer de réseaux internes de soutien aux cadres supérieurs et supérieures pour vous aider à faire face aux situations difficiles.
- Les réseaux de diversité des cadres supérieurs et supérieures peuvent être un lieu sûr où réseauter et apprendre d'autres cadres supérieurs et supérieures dont l'expérience vécue est similaire à la vôtre. Parmi les groupes, on trouve le [Réseau des exécutifs noirs](#) (accessible seulement sur le réseau du gouvernement du Canada), le Réseau des cadres autochtones et le Cercle du savoir sur l'inclusion autochtone, regroupé sur le site du [Cercle du savoir sur l'inclusion autochtone](#) (accessible seulement sur le réseau du gouvernement du Canada), ainsi que le [Réseau des cadres 2ELGBTQIA+ du Réseau de la Fierté à la fonction publique](#). Le site Web des [Réseaux de la diversité du GC](#) (accessible seulement sur le réseau du gouvernement du Canada) présente une liste participative de réseaux supplémentaires.
- Les fonctionnaires de tous les ministères et organismes de la fonction publique fédérale ont accès à des services de gestion informelle des conflits (SGIC) gratuits, confidentiels et volontaires. [Communiquez avec votre bureau du SGIC](#) pour savoir comment il peut vous aider à prévenir, gérer et résoudre les problèmes en milieu de travail.

▼ Services d'ombud

- Les cadres supérieurs et supérieures qui ont accès à un bureau d'ombud organisationnel peuvent obtenir un soutien confidentiel, impartial, informel et indépendant pour :
 - discuter de tout problème lié au lieu de travail et examiner les options et les ressources disponibles;
 - obtenir le point de vue d'un groupe de réflexion impartial;
 - avoir accès à un tiers pour faciliter la résolution du problème;
 - faire part de leurs préoccupations concernant les pratiques, les mesures ou les décisions prises survenant en milieu de travail dans l'organisation;
 - partager les problèmes systémiques qui peuvent être soulevés par l'ombud auprès de la haute direction afin de favoriser une culture organisationnelle sûre, saine et inclusive.

Consultez votre site Web interne pour communiquer avec votre ombud. Vous pouvez également consulter la page GCWiki de la [Communauté des ombuds organisationnels de la fonction publique fédérale](#) (accessible seulement sur le réseau du gouvernement du Canada) pour y trouver la liste des ombuds et de leurs bureaux.

▼ Services de Santé et sécurité au travail (SST)

- Pour toutes questions touchant la prévention des accidents, des blessures et des maladies physiques ou psychologiques, vous pouvez consulter les conseillers et conseillères en SST de votre ministère.
- Pour toutes questions touchant la prévention et la résolution du harcèlement et de la violence dans le lieu de travail, vous

pouvez consulter la personne ou l'unité de travail désignée en tant que destinataire désigné de votre ministère.

Où puis-je continuer à apprendre dans mon rôle?

▼ Offres de l'École de la fonction publique du Canada

- Les séances Entre cadres sont de courts webinaires visant à offrir à la communauté des cadres des occasions concises d'apprentissage et d'échange de connaissances.
- Parmi les événements de l'EFPC, on trouve des webdiffusions, des conférences virtuelles, des forums, des événements spéciaux et bien d'autres choses encore.
- Un apprentissage spécialisé, y compris ces ressources :
 - Série d'apprentissage sur la santé mentale
 - Parcours d'apprentissage sur l'équité, la diversité, et l'inclusion pour les cadres
 - Série d'apprentissage contre le racisme
 - Série d'apprentissage sur l'analyse comparative entre les sexes plus
 - Série d'apprentissage sur l'accessibilité

▼ Échanges Canada

- Le programme Échanges Canada permet aux cadres supérieurs et supérieures d'acquérir de nouvelles pistes de réflexion et perspectives en acceptant des affectations temporaires à leur niveau à l'extérieur de l'administration publique centrale (APC). Le programme permet une certaine

mobilité entre les secteurs, où il est possible d'entrer dans l'APC et d'en sortir.

▼ Programme de développement en leadership des cadres supérieurs

- Le Programme de développement en leadership pour les cadres supérieurs (PDLCS) réunit des cadres supérieurs et supérieures dynamiques et de talent qui cherchent à :
 - améliorer leurs aptitudes et compétences en matière de leadership;
 - s'outiller pour répondre aux besoins actuels et futurs de la fonction publique;
 - élargir leurs perspectives individuelles en échangeant des pratiques exemplaires;
 - renforcer les réseaux au sein de la collectivité des cadres supérieurs et supérieures.
- Le PDLCS a 2 volets :
 - le Programme de développement en leadership pour les cadres supérieurs – EX (PDLCS EX) cible les cadres supérieurs et supérieures des niveaux EX-01 à EX-03
 - le Programme de développement en leadership pour les cadres supérieurs – SMA (PDLCS SMA) cible les cadres supérieurs et supérieures des niveaux EX-04 et EX-05

Le programme est fondé sur les mises en candidature. Afin de manifester votre volonté de participer au programme, veuillez en discuter avec votre superviseur ou superviseure ou contactez l'équipe des ressources humaines de votre organisation.

▼ Offres de l'APEX

- Programmes et événements destinés aux cadres supérieurs et supérieures qui s’inspirent d’analyses et de recherches fondées sur les données probantes, portant sur les questions et les défis qui touchent les cadres
- Des ressources supplémentaires visant à soutenir les cadres sont accessibles sur la page Service-conseil pour les cadres supérieurs, y compris les suivantes :
 - Réflexions et pratiques exemplaires à l’intention des organisations, ses dirigeants et de cadres de tous niveaux
 - Stratégies efficaces de gestion des personnes pour optimiser le milieu de travail et réduire les perturbations

Contactez-nous

Nous nous efforçons de maintenir ces ressources à jour. Si vous avez connaissance d’un service ou d’une mesure de soutien à l’échelle du gouvernement pour les cadres supérieurs et supérieures, veuillez nous en faire part à Santé mentale GC. Communiquez avec votre service organisationnel des ressources humaines pour connaître les mesures de soutien qui sont uniquement offertes au sein de votre organisation.

© Sa Majesté le Roi du chef du Canada, représenté par le président du Conseil du Trésor, 2025,
ISBN : 978-0-660-79017-6

Date de modification : 2026-04-24