

---

## SAMEDI, 6 AVRIL 2019

8 h à 8 h 45      **INSCRIPTION ET PETIT DÉJEUNER**

8 h 45 à 9 h      **MOT DE BIENVENUE**

**Présidente de la conférence : Cheryl Canning, Q.C., Burchells LLP**

9 h à 9 h 50      **MÉTHODES QUI ÉVOLUENT AVEC LE TEMPS : COMMENT LES JEUNES GÉNÉRATIONS ENGENDRENT LE CHANGEMENT** (0,75 heure – Contenu qui traite de questions de déontologie, de responsabilité professionnelle et de gestion des activités professionnelles)

L'époque actuelle en est une palpitante pour parler de santé mentale dans la profession juridique. Le rôle de la santé mentale est primordial dans le maintien du bien-être, aussi bien dans la vie personnelle que dans la vie professionnelle. Cette prise de conscience est stimulée en partie par les changements démographiques, car une nouvelle génération de juristes est à l'avant-garde d'un mouvement qui vise à mettre fin à la stigmatisation de la santé mentale et à la redéfinir comme un impératif au sein des organisations. Elle est aussi le résultat dans les attitudes et les besoins en évolution des juristes, jeunes et moins jeunes, qui ont favorisé la création de nouveaux traitements et de nouvelles techniques de prévention lorsque vient le temps de relever des défis dans le domaine de la santé mentale. Tout cela a donné aux juristes un contexte dans lequel prôner les changements qui permettent aux milieux de travail de soutenir des programmes de santé mentale.

Cette séance informera les participants des thérapies en ligne et des applications conçues pour aider les gens qui ont des préoccupations en matière de santé mentale. Les spécialistes présenteront aussi la captivante initiative *Ju(ri)stes en santé*, mise sur pied par des étudiants, laquelle prône et propose des solutions fondées sur des données probantes qui abordent les causes des problèmes de santé mentale et de bien-être dans la profession juridique.

**Animatrice:**    **Candice Pollack, AGE-WELL National Innovation Hub APPTA**

**Conférenciers :** **John George Boynton Payne, Ju(ri)stes en santé**

**Dr Simon Hatcher, L'Hôpital d'Ottawa Institut de recherche**

**Shannon Snow, Ju(ri)stes en santé**

**FINANCIÈRE  
DES AVOCATS**

**Commandité par :**

9 h 50 à 10 h 5      **PAUSE-RAFRAÎCHISSEMENTS**

10 h 5 à 10 h 55      **GÉRER CE QUI RESTE GRAVÉ DANS LA MÉMOIRE : RÉDUIRE L'IMPACT DU TRAUMATISME SECONDAIRE DANS LA PROFESSION JURIDIQUE** (0,75 heure – Contenu qui traite de questions de déontologie, de responsabilité professionnelle et de gestion des activités professionnelles)

Cette recherche prouve que le travail excessif avec des clients qui ont de la difficulté à composer avec leurs propres problèmes de traumatisme et avec les symptômes liés à un traumatisme peut avoir des conséquences émotionnelles sur les juristes, les juges et le personnel de soutien. Les milieux de travail où le niveau de stress est élevé et les traumatismes indirects vont souvent de pair. Cette séance examine les symptômes et met en relief la façon dont le travail dans lequel les traumatismes sont monnaie courante peut avoir un effet cumulatif sur les professionnels en tant que personnes. Elle cernera également des stratégies individuelles pour protéger la santé.

**Présentation :**    **Derek Lacroix, c.r., Programme d'aide aux juristes de la C.-B.**

**Conférencière :** **Françoise Mathieu, TEND**

---

**10 h 55 à 11 h 5 PAUSE EXERCICE**

Prenez un moment pour faire des étirements et des exercices avec Pooja Chugh, monitrice accréditée en conditionnement physique.

**Animatrice :** **Pooja Chugh**, gouvernement des Territoires du Nord-Ouest

**11 h 5 à 11 h 50 ACCOMMODEMENT DANGEREUX : PROBLÈMES DE DÉPENDANCE TOUCHANT LA PROFESSION**

**JURIDIQUE** (0,75 heure – Contenu qui traite de questions de déontologie, de responsabilité professionnelle et de gestion des activités professionnelles)

Les gens qui travaillent dans le domaine juridique sont exposés à un risque élevé de souffrir d'un trouble lié à la consommation d'une substance. L'alcool et les drogues ne tiennent compte d'aucun obstacle social, économique ou éducatif, et les spécialistes juridiques sont confrontés à des facteurs de stress uniques. À la suite de la légalisation du cannabis, nous sommes nombreux à nous poser des questions sur ses effets potentiels sur notre santé et notre sécurité. Cette séance informera les participants des effets potentiels de la consommation de cannabis sur la santé mentale. Le groupe de spécialistes abordera également le problème de l'augmentation du taux de dépendance aux opioïdes, ainsi que le lien entre la consommation d'opioïdes et la santé mentale.

**Animatrice :** **Sylvie Grégoire**

**Conférenciers :** **Dr. Raj Bhatla**, directeur de la psychiatrie au Centre de santé mentale Royal Ottawa  
**Dr. Melissa Snider-Adler**, DriverCheck Inc.

**11 h 50 à 12 h PRÉSENTATION DU PRIX D'EXCELLENCE**

Tous les ans, le sous-comité du programme Mieux-être des juristes décerne un prix d'excellence qui reconnaît et célèbre une personne ayant montré ses connaissances et ayant fait preuve de compassion et de dévouement dans le but de rendre les vies des juristes meilleures et plus gratifiantes.

**12 h à 13 h 15 DÎNER**

Le dîner comprendra d'une allocution du chef de la direction de l'ABC, Cheryl Farrow.

**13 h à 14 h 5 L'AMOUR A QUELQUE CHOSE À VOIR LÀ-DEDANS? ANALYSE FACTORIELLE DES NOUVELLES DONNÉES EN MATIÈRE DE BIEN-ÊTRE DES JURISTES** (0,75 heure – Contenu qui traite de questions de déontologie, de responsabilité professionnelle et de gestion des activités professionnelles)

Le professeur Larry Krieger est un avocat plaidant chevronné qui, en compagne du Dr Ken Sheldon, a publié en 2015 une étude révolutionnaire menée auprès de 6 200 juristes et juges américains : « What Makes Lawyers Happy? » L'étude cerne avec précision les facteurs de la vie personnelle et professionnelle qui ont des répercussions sur le bonheur des juristes tout en évaluant leur importance sur leur satisfaction et leur santé personnelles. Une analyse plus approfondie des données permet une compréhension commune des nombreux résultats, ce qui mène à des conclusions possiblement surprenantes. Le professeur Krieger présentera une synthèse des données, puis animera un court atelier dont l'objectif sera de mettre concrètement en application les résultats dans la vie personnelle et professionnelle des participants.

**Présentation :** **Cheryl Canning, Q.C.**, Burchells LLP

**Conférencier :** **Professeur Lawrence S. Krieger**, Université de la Floride

---

#### **14 h 5 à 14 h 15 PAUSE EXERCICE**

Prenez un moment pour faire des étirements et des exercices avec Pooja Chugh, monitrice accréditée en conditionnement physique.

**Animatrice :** **Pooja Chugh**, gouvernement des Territoires du Nord-Ouest

#### **14 h 15 à 15 h 15 CE QUI FONCTIONNE : LA PLEINE CONSCIENCE, LE SOUTIEN PAR LES PAIRS ET LES TRAITEMENTS CONÇUS SUR MESURE POUR DIVERS GROUPES ONT TOUS UN EFFET SUR LA SANTÉ MENTALE ET LE BIEN-ÊTRE (0,75 heure – Contenu qui traite de questions de déontologie, de responsabilité professionnelle et de gestion des activités professionnelles)**

Vous avez probablement entendu dire que la pleine conscience, le soutien par les pairs et le counselling constituent des outils efficaces pour le traitement et pour la prévention de troubles de santé mentale. De nouvelles techniques et stratégies sont constamment mises au point pour aider les gens qui ont des préoccupations de santé mentale. Les spécialistes parleront de la façon dont les nouvelles techniques servent de compléments à des soins cliniques traditionnels et énuméreront les raisons pour lesquelles il est important d'envisager toutes les options de traitement. Ils aborderont aussi les manières dont les services sont adaptés pour développer des traitements en tenant compte de la diversité.

**Animatrice :** **Glen Hickerson**, Wilson Laycraft

**Conférenciers :** **Doron Gold**, Homewood Health

**Kara Hardin**, Kara Hardin Mental Health Consulting & Clinical Counselling

**Joy Noonan**, APTUS Conflict Solutions/Potential Project International

#### **15 h 15 à 15 h 30 PAUSE-RAFRAÎCHISSEMENTS**

#### **15 h 30 à 16 h 30 PRATIQUES EXEMPLAIRES EN MATIÈRE DE BIEN-ÊTRE AU BUREAU DANS LA PROFESSION JURIDIQUE**

(1 heure – Contenu qui traite de questions de déontologie, de responsabilité professionnelle et de gestion des activités professionnelles)

Ce débat de spécialistes se concentrera sur les initiatives et les ressources que des cabinets de juristes ont mises au point pour répondre aux besoins de santé mentale et de bien-être de leurs employés. Les experts parleront de leur expérience personnelle en matière de problèmes de santé mentale au travail et mettront en relief leurs réussites dans la promotion du bien-être au sein de la profession juridique.

**Animatrice :** **Colleen McDuff**

**Conférenciers :** **Chres Lee, j.d., MSW**, Stikeman Elliott s.r.l.

**David MacDougall**, McInnes Cooper

**Evelyn Papoutsakis**, Norton Rose Fulbright Canada

#### **16 h 30 à 16 h 35 MOT DE LA FIN**

**Présidente de la conférence :** **Cheryl Canning**, Burchells s.r.l.

---

MERCI A NOS COMMANDITAIRES :

