



Indice de santé mentale TELUS.

Canada | Novembre 2024

Table des matières

1. Ce que vous devez retenir pour novembre 2024.....	3
2. Indice de santé mentale.....	6
Risque pour la santé mentale.....	7
Scores secondaires de l'Indice de santé mentale.....	8
Anxiété.....	9
Isolement.....	10
Productivité.....	11
Gestionnaires et non-gestionnaires.....	12
Santé mentale par sexe et par âge.....	13
Santé mentale par situation d'emploi.....	13
Fonds d'urgence.....	13
3. Indice de santé mentale par province.....	14
4. Indice de santé mentale par secteur d'activité.....	16
5. Pleins feux sur.....	17
Avantages sociaux liés à la santé offerts par l'employeur.....	17
Responsabilités d'aidant.....	19
Flexibilité et conciliation travail-vie personnelle.....	22
Microagressions et harcèlement au travail.....	25
Occasions d'avancement professionnel et équité salariale.....	27
Expérience des soins de santé.....	30
6. Aperçu de l'Indice de santé mentale TELUS.....	35
Méthodologie.....	35
Calculs.....	35
Données et analyses supplémentaires.....	35

Ce que vous devez retenir pour novembre 2024.

Après une baisse significative des scores de santé mentale des travailleurs en octobre, **tous les scores** à l'exception du score relatif à l'optimisme ont augmenté en novembre; toutefois, le risque pour la santé mentale reste important, 35 pour cent des travailleurs étant à risque élevé de développer un problème de santé mentale.

- La santé mentale des travailleurs a gagné 2,1 points par rapport à octobre, pour s'établir à 63,4
- 35 pour cent des travailleurs présentent un risque élevé de problème de santé mentale, 43 pour cent présentent un risque modéré et 22 pour cent ont un faible risque d'éprouver un problème de santé mentale
- Tous les scores secondaires de santé mentale à l'exception de celui lié à l'optimisme ont augmenté par rapport à octobre; le score secondaire relatif au risque financier affiche la plus forte augmentation, soit 4,9 points par rapport au mois précédent
- L'anxiété et l'isolement demeurent les scores secondaires de santé mentale les plus bas depuis presque trois ans
- Les scores de santé mentale se sont améliorés dans toutes les provinces, à l'exception du Québec
- Le score de santé mentale des gestionnaires reste plus élevé que celui des non-gestionnaires
- Pour la première fois, les travailleurs du secteur des services ont un score de santé mentale inférieur à celui des ouvriers et des travailleurs de bureau



Presque la moitié des travailleurs affirment que **les avantages sociaux** offerts par leur employeur ne répondent pas pleinement à leurs besoins.

- 34 pour cent des travailleurs indiquent que les avantages sociaux offerts par leur employeur répondent à leurs besoins, qu'il s'agisse des types de services et de programmes fournis ou de la couverture; le score de santé mentale de ce groupe est supérieur de plus de sept points à la moyenne nationale
- 22 pour cent des travailleurs déclarent que les avantages sociaux offerts par leur employeur répondent à leurs besoins, mais uniquement sur le plan des types de services et de programmes fournis
- 13 pour cent des travailleurs affirment que leurs avantages sociaux répondent à leurs besoins, mais seulement en ce qui concerne les montants remboursés/couverts
- 13 pour cent des travailleurs déclarent que les avantages sociaux offerts par leur employeur ne répondent pas à leurs besoins, qu'il s'agisse des services et des programmes fournis ou des montants remboursés/couverts; le score de santé mentale de ce groupe est inférieur de près de 16 points à celui des travailleurs affirmant que leurs avantages sociaux répondent pleinement à leurs besoins et inférieur de plus de huit points à la moyenne nationale

Parmi les trois travailleurs sur cinq ayant des responsabilités d'aidant, plus de la moitié déclarent que ces responsabilités les ont empêchés de s'investir pleinement dans leur travail.

- 50 pour cent des travailleurs ayant des responsabilités d'aidant ont du mal à concilier ces responsabilités avec leur travail ou leur vie personnelle; le score de santé mentale de ce groupe est 19 points en dessous de celui des travailleurs qui ne trouvent pas cela difficile et plus de huit points en dessous de la moyenne nationale
- 20 pour cent des travailleurs déclarent que leurs responsabilités d'aidant les empêchent souvent ou très souvent de s'investir pleinement dans leur travail; 33 pour cent affirment que cela se produit parfois
- 13 pour cent des travailleurs ne se sentent pas soutenus par leur organisation quand ils ont besoin de prendre un congé pour des raisons personnelles ou familiales; le score de santé mentale de ce groupe est inférieur de plus de 17 points à celui des travailleurs qui se sentent soutenus et inférieur de plus de 13 points à la moyenne nationale

Les travailleurs qui sont d'avis que leur poste actuel ne leur permet pas de concilier efficacement leur travail et leur vie personnelle obtiennent un score de santé mentale inférieur de plus de 18 points à celui des travailleurs qui font état d'un équilibre sain.

- 15 pour cent des travailleurs ne sont pas satisfaits du niveau de flexibilité dont ils bénéficient au travail; le score de santé mentale de ce groupe est plus de 15 points en dessous de celui des travailleurs qui sont satisfaits et plus de 11 points en dessous de la moyenne nationale
- Les femmes et les jeunes travailleurs (moins de 40 ans) sont plus nombreux à se dire insatisfaits du niveau de flexibilité dont ils bénéficient au travail
- 14 pour cent des travailleurs disent que leur poste actuel ne leur permet pas de concilier efficacement leur travail et leur vie personnelle; le score de santé mentale de ce groupe est inférieur de plus de 18 points à celui des travailleurs qui font état d'un bon équilibre et inférieur de plus de 14 points à la moyenne nationale
- Les travailleurs de moins de 40 ans sont 60 pour cent plus nombreux que les travailleurs de plus de 50 ans à faire état d'un manque d'équilibre entre leur travail et leur vie personnelle



Plus du quart des travailleurs ont été victimes de microagressions au travail, et un travailleur sur sept a subi du harcèlement

- 27 pour cent des travailleurs ont été victimes de microagressions au travail; le score de santé mentale de ce groupe est plus de 13 points en dessous de celui des travailleurs qui n'ont pas eu cette expérience et près de six points en dessous de la moyenne nationale
- 14 pour cent des travailleurs ont subi du harcèlement au travail; le score de santé mentale de ce groupe est inférieur de 15 points à celui des travailleurs qui n'ont pas eu cette expérience et inférieur de près de 12 points à la moyenne nationale
- Les jeunes travailleurs (moins de 40 ans), les gestionnaires et les parents sont plus nombreux à avoir subi du harcèlement au travail

Près de deux travailleurs sur cinq ont déjà eu l'impression qu'un fournisseur de soins de santé **n'a pas tenu compte de leurs symptômes** ou de leurs problèmes ou qu'il en a minimisé l'importance, les jeunes travailleurs (moins de 40 ans) et les femmes étant plus nombreuses à faire état de cette expérience.

- 38 pour cent des travailleurs ont déjà eu l'impression qu'un fournisseur de soins de santé n'a pas tenu compte de leurs symptômes ou de leurs problèmes ou qu'il en a minimisé l'importance
- 16 pour cent des travailleurs sont insatisfaits des soins de santé reçus en 2024
- Les femmes sont 50 pour cent plus nombreuses à se déclarer insatisfaites de leur expérience en matière de soins de santé
- 16 pour cent des travailleurs déclarent ne pas avoir suffisamment de temps durant les consultations pour discuter de leurs problèmes de santé
- Les femmes sont 50 pour cent plus nombreuses à indiquer ne pas avoir suffisamment de temps durant les consultations pour discuter de leurs problèmes de santé
- 12 pour cent des travailleurs déclarent que les fournisseurs de soins de santé ne sont pas attentifs à leurs sujets de préoccupation et ne les prennent pas au sérieux; le score de santé mentale de ce groupe est inférieur de près de 17 points à celui des travailleurs qui font état d'une expérience favorable et inférieur de près de 13 points à la moyenne nationale
- Les femmes sont presque deux fois plus nombreuses que les hommes, et les jeunes travailleurs (moins de 40 ans) sont 50 pour cent plus nombreux que les travailleurs de plus de 50 ans, à déclarer que les fournisseurs de soins de santé ne sont pas attentifs à leurs sujets de préoccupation et ne les prennent pas au sérieux
- Les femmes et les jeunes travailleurs (moins de 40 ans) sont plus nombreux à ne pas se sentir à l'aise d'aborder des sujets sensibles avec leur fournisseur de soins de santé

Les travailleurs **insatisfaits des occasions de perfectionnement et d'avancement**

professionnel au sein de leur organisation obtiennent un score de santé mentale qui est inférieur de plus de 16 points à celui des travailleurs satisfaits et de 11 points en dessous de la moyenne canadienne.

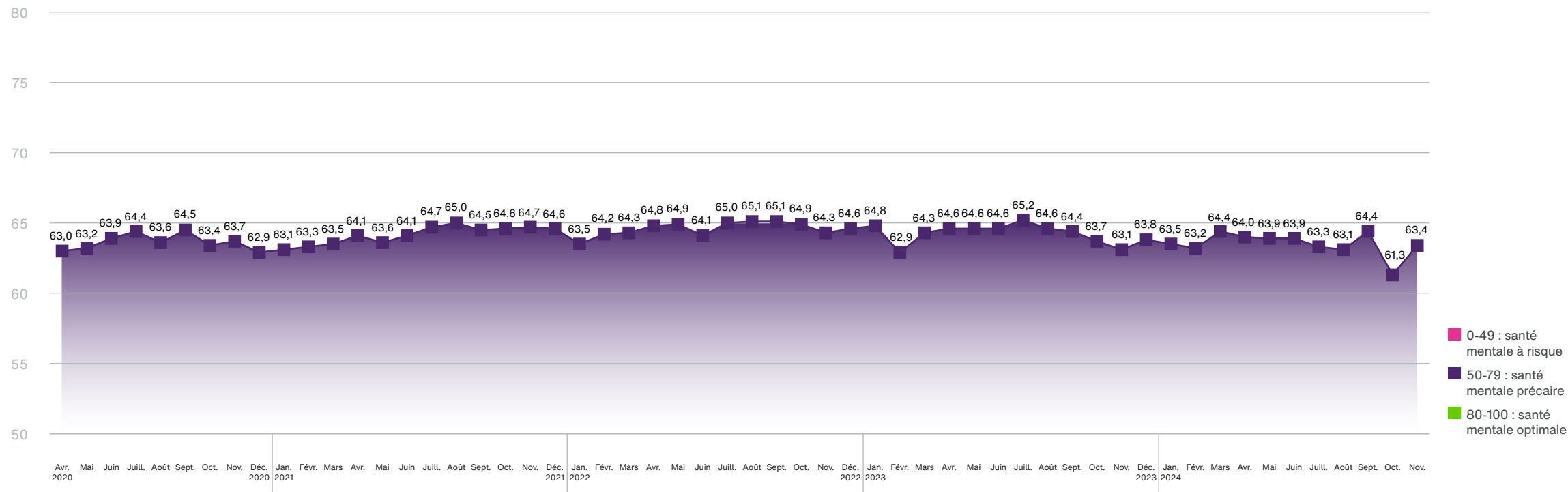
- 21 pour cent des travailleurs sont insatisfaits des occasions de perfectionnement et d'avancement professionnel au sein de leur organisation
- 16 pour cent des travailleurs ne croient pas que les dirigeants de leur organisation proviennent de différents milieux sociaux et représentent divers genres, races et âges
- 10 pour cent des travailleurs ne croient pas que leur organisation rémunère les hommes et les femmes selon le même niveau d'équité; 23 pour cent sont incertains
- Les femmes sont deux fois plus nombreuses que les hommes à ne pas croire à l'équité salariale au sein de leur organisation

Indice de santé mentale.

ISM : mois actuel	Octobre 2024
Novembre 2024	
63,4	61,3

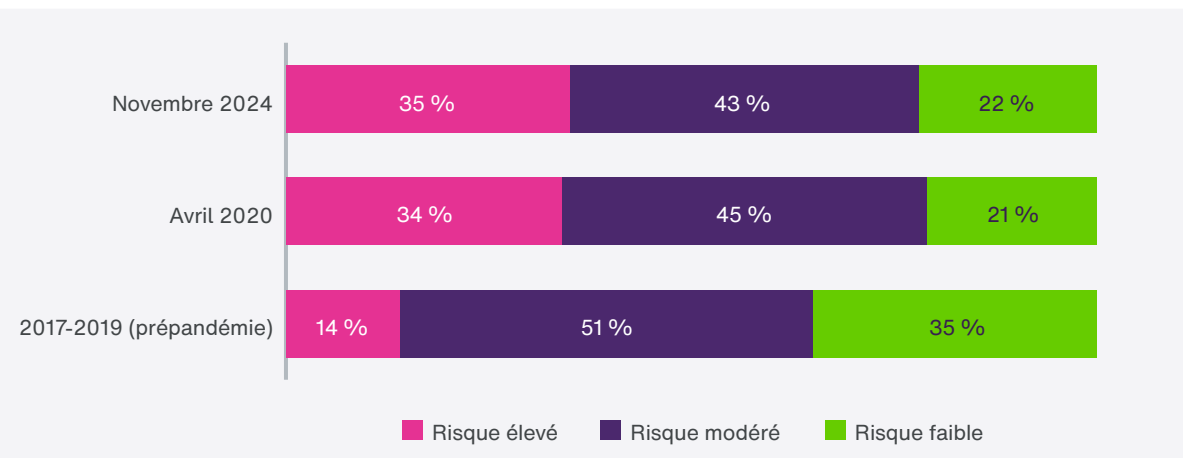
L'Indice de santé mentale (ISM) global pour novembre 2024 s'établit à **63,4**.

Après une forte baisse en octobre, la santé mentale des travailleurs au Canada a rebondi, gagnant 2,1 points.



Risque pour la santé mentale.

En novembre 2024, 35 pour cent des travailleurs présentent un risque élevé de problème de santé mentale, 43 pour cent présentent un risque modéré et 22 pour cent ont un faible risque d'éprouver un problème de santé mentale. Plus de quatre ans après le lancement de l'ISM, en avril 2020, la proportion des travailleurs présentant un risque élevé de problème de santé mentale a augmenté d'un pour cent.



Le pourcentage de travailleurs ayant reçu un diagnostic d'anxiété ou de dépression est d'environ 30 pour cent dans le groupe présentant un risque élevé, de sept pour cent dans celui présentant un risque modéré, et d'un pour cent dans celui présentant un risque faible.

Scores secondaires de l'Indice de santé mentale.

L'anxiété est le score secondaire de santé mentale le plus faible (57,3) depuis près de trois ans. Il est suivi des scores secondaires liés à l'isolement (59,5), à la dépression (61,8), à la productivité (63,1), à l'optimisme (65,0) et au risque financier (66,6). La santé psychologique générale (71,2) demeure le score secondaire de santé mentale le plus favorable en novembre 2024.

- L'anxiété et l'isolement correspondent aux scores secondaires de santé mentale les plus bas depuis presque trois ans
- Tous les scores secondaires de santé mentale à l'exception de celui relatif à l'optimisme ont augmenté par rapport au mois précédent
- Le score secondaire qui a le plus augmenté est celui lié au risque financier, qui enregistre une hausse de 4,9 points par rapport à octobre 2024

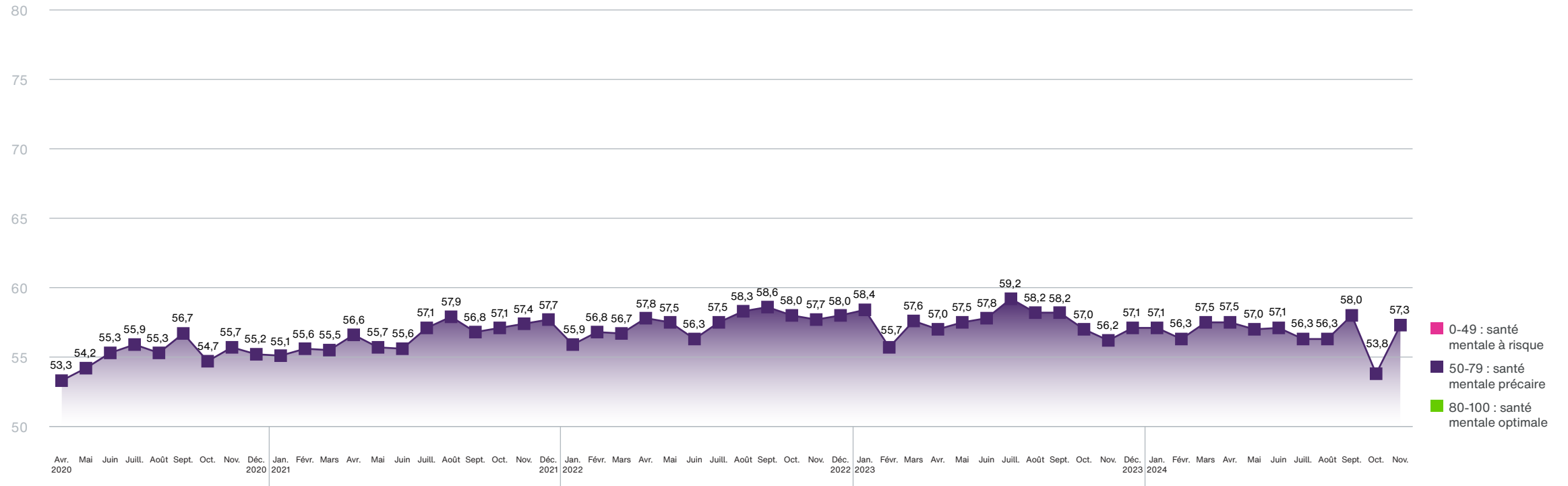
Scores secondaires de l'Indice de santé mentale	Novembre 2024	Octobre 2024
Anxiété	57,3	53,8
Isolement	59,5	56,9
Dépression	61,8	59,0
Productivité	63,1	58,3
Optimisme	65,0	65,5
Risque financier	66,6	61,7
Santé psychologique	71,2	70,8



Anxiété

On a demandé aux travailleurs s'ils se sentent souvent instables ou nerveux.

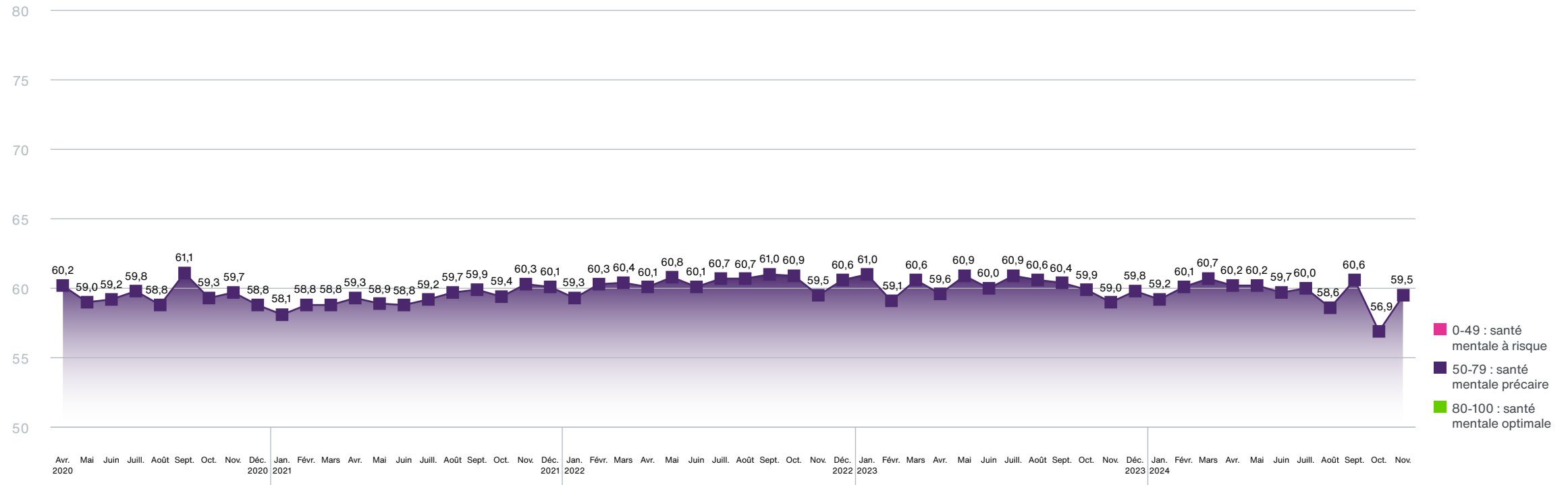
Après avoir atteint un sommet en juillet 2023, le score secondaire de l'anxiété n'a cessé de diminuer jusqu'en août 2024. Une forte baisse de 4,2 points a été enregistrée en octobre, mais une augmentation de 3,5 points a été observée en novembre, ce qui semble marquer un tournant important. Malgré cette amélioration, l'anxiété demeure le score secondaire le plus bas depuis près de trois ans.



Isolement

On a demandé aux travailleurs s'ils se sentent souvent seuls.

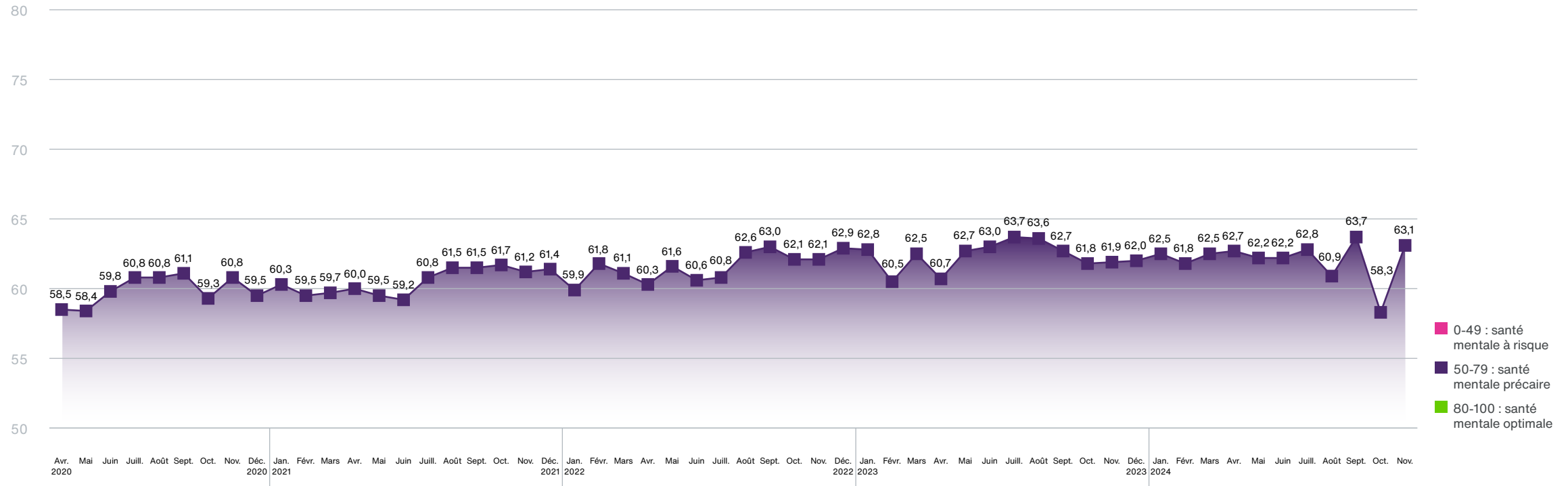
Le score secondaire lié à l'isolement s'est progressivement amélioré, malgré des périodes de fluctuation entre avril 2020 et octobre 2022. S'ensuit une période d'instabilité, sans tendance claire, de novembre 2022 à septembre 2024. Après avoir atteint son point le plus bas en octobre 2024, le score secondaire lié à l'isolement a rebondi en novembre. Malgré l'amélioration importante, il demeure à l'avant-dernier rang des scores secondaires de santé mentale depuis presque trois ans.



Productivité

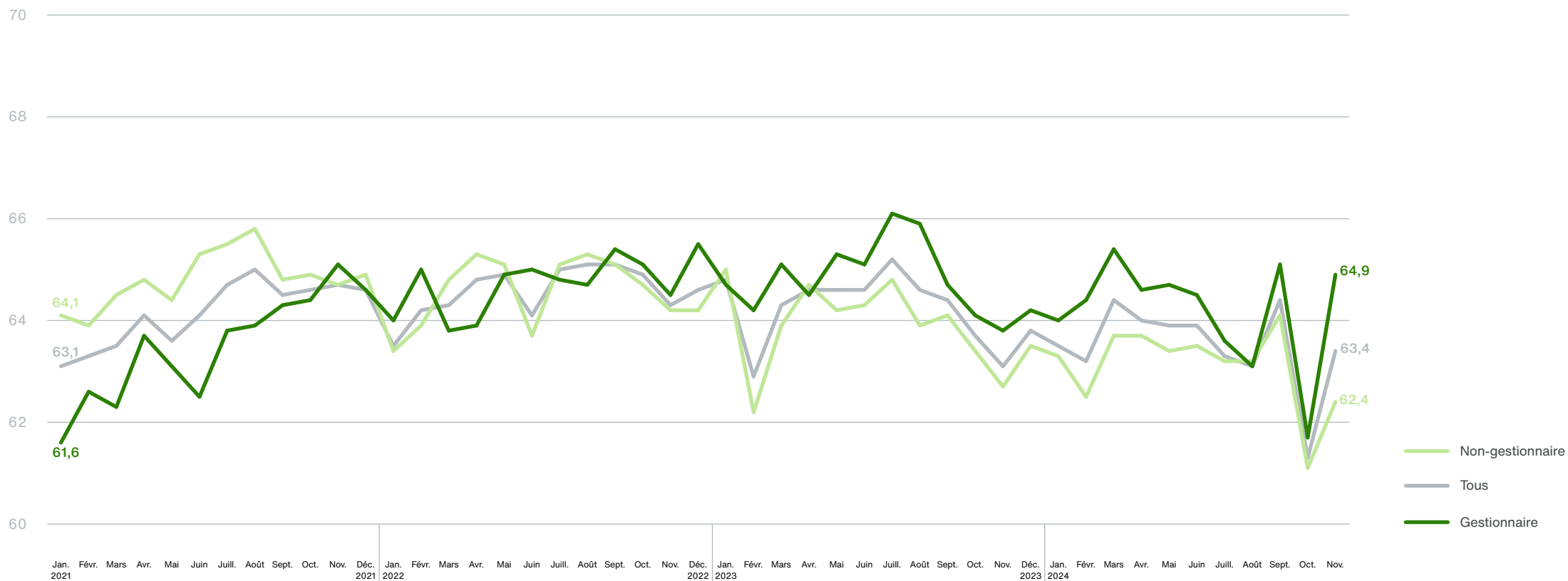
Le score secondaire relatif à la productivité mesure l'incidence de la santé mentale sur la productivité et l'atteinte des objectifs professionnels.

Dans l'ensemble, l'incidence négative des problèmes de santé mentale sur la productivité diminue lentement. Après avoir atteint un sommet en juillet 2023, le score secondaire lié à la productivité a diminué jusqu'en août 2024. En octobre 2024, une réduction significative de 5,4 points a été enregistrée, amenant le score à son point le plus bas depuis le lancement de l'ISM en avril 2020. Toutefois, à l'instar d'autres scores secondaires de santé mentale, la productivité a rebondi en novembre, affichant une hausse de 4,8 points.



Gestionnaires et non-gestionnaires.

De janvier à octobre 2021, les gestionnaires au Canada présentaient des scores de santé mentale inférieurs à ceux des non-gestionnaires et à la moyenne canadienne. Entre novembre 2021 et janvier 2023, les scores de santé mentale des gestionnaires et des non-gestionnaires ont convergé pour atteindre des niveaux similaires. En février 2023, les non-gestionnaires ont connu une détérioration importante de leur santé mentale et, depuis, ils présentent généralement des scores plus faibles que ceux des gestionnaires. En novembre 2024, le score de santé mentale des gestionnaires s'est considérablement amélioré et reste supérieur au score des non-gestionnaires et à la moyenne nationale.



Santé mentale par sexe et par âge.

- Depuis le lancement de l'ISM, les femmes affichent des scores de santé mentale nettement inférieurs à ceux des hommes. En novembre 2024, le score de santé mentale des femmes est de 60,8, comparativement à 66,4 chez les hommes
- Depuis avril 2020, les scores de santé mentale s'améliorent avec l'âge
- On observe des différences entre les scores de santé mentale des travailleurs avec et sans enfant mineur depuis le lancement de l'ISM, en avril 2020. Plus de quatre ans plus tard, ce phénomène se poursuit alors que les travailleurs qui ont au moins un enfant obtiennent un score plus bas (60,6) que ceux qui n'en ont pas (64,7)

Santé mentale par situation d'emploi.

- Dans l'ensemble, quatre pour cent des répondants sont sans emploi¹ et huit pour cent signalent une réduction de leur salaire ou de leurs heures de travail
- Les participants faisant état d'une baisse de salaire par rapport au mois précédent ont le score de santé mentale le plus faible (51,2), suivis de ceux dont les heures de travail ont été réduites (52,9) depuis le mois précédent, puis de ceux dont le salaire ou les heures n'ont connu aucun changement (64,3) et de ceux présentement sans emploi (64,4)
- Les travailleurs du secteur des services affichent un score de santé mentale inférieur (62,3) comparativement aux ouvriers (63,6) et aux travailleurs de bureau (63,9)
- Les gestionnaires ont un score de santé mentale supérieur (64,9) à celui des non-gestionnaires (62,4)
- Les participants qui se décrivent comme travailleurs autonomes ou propriétaires uniques ont le score de santé mentale le plus élevé (65,8)
- Les répondants qui travaillent pour des entreprises comptant entre 501 et 1000 employés affichent le score de santé mentale le plus faible (58,7)



Fonds d'urgence

- Les travailleurs qui n'ont pas de fonds d'urgence obtiennent de nouveau un score de santé mentale plus faible (48,9) que l'ensemble du groupe (63,4). Les travailleurs qui ont un fonds d'urgence obtiennent un score de santé mentale de 68,8

¹ Les participants à l'établissement de l'ISM qui travaillent depuis les six derniers mois sont inclus dans le sondage.

Indice de santé mentale par province.

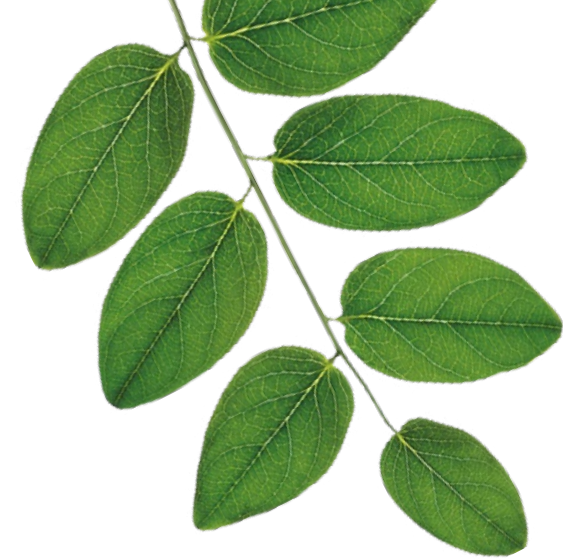
Entre octobre et novembre 2024, les scores de santé mentale se sont grandement améliorés dans toutes les provinces, à l'exception du Québec.

- En novembre 2024, le score de santé mentale du Québec affiche une baisse légère et est le plus bas parmi toutes les provinces (62,1)
- Terre-Neuve-et-Labrador est la province qui enregistre l'amélioration la plus importante en novembre 2024, avec une hausse de 7,2 points par rapport à octobre et un score qui s'établit à 65,6

Province/région	Novembre 2024	Octobre 2024	Variation
Terre-Neuve-et-Labrador	65,6	58,4	7,2
Maritimes	63,2	58,2	5,0
Saskatchewan	64,5	60,3	4,2
Manitoba	65,3	62,9	2,4
Ontario	63,5	61,5	2,0
Colombie-Britannique	64,0	62,1	1,9
Alberta	62,4	60,8	1,6
Québec	62,1	62,2	-0,1

Les chiffres surlignés en **magenta** sont les plus bas/pires scores du groupe.

Les chiffres surlignés en **vert** sont les plus élevés/meilleurs scores du groupe.



Situation d'emploi	Nov. 2024	Oct. 2024
En emploi (aucun changement d'heures ou de salaire)	64,3	62,2
En emploi (moins d'heures que le mois dernier)	52,9	55,3
En emploi (salaire réduit par rapport au mois dernier)	51,2	49,2
Présentement sans emploi	64,4	57,6

Groupe d'âge	Nov. 2024	Oct. 2024
De 20 à 29 ans	52,1	54,3
De 30 à 39 ans	57,0	57,9
De 40 à 49 ans	60,6	58,6
De 50 à 59 ans	65,0	63,3
De 60 à 69 ans	73,1	70,8

Nombre d'enfants	Nov. 2024	Oct. 2024
Aucun	64,7	62,5
1 enfant	59,8	58,8
2 enfants	61,8	59,8
3 enfants ou plus	61,5	58,9

Sexe	Nov. 2024	Oct. 2024
Hommes	66,4	63,2
Femmes	60,8	59,4

Revenu du ménage / année	Nov. 2024	Oct. 2024
Moins de 30 k\$	54,5	51,8
De 30 k\$ à 60 k\$	59,3	57,0
De 60 k\$ à 100 k\$	61,7	60,5
De 100 k\$ à 150 k\$	66,0	63,8
150 k\$ ou plus	69,2	66,6

Taille de l'effectif	Nov. 2024	Oct. 2024
Travailleur autonome/propriétaire unique	65,8	60,6
De 2 à 50 employés	64,2	59,9
De 51 à 100 employés	59,5	61,7
De 101 à 500 employés	63,7	61,3
De 501 à 1000 employés	58,7	58,9
De 1001 à 5 000 employés	65,4	63,4
De 5 001 à 10 000 employés	62,1	61,0
Plus de 10 000 employés	64,7	63,5

Gestionnaires	Nov. 2024	Oct. 2024
Gestionnaires	64,9	61,7
Non-gestionnaires	62,4	61,1

Environnement de travail	Nov. 2024	Oct. 2024
Secteur ouvrier	63,6	59,7
Bureau	63,9	62,3
Service	62,3	61,0

Les chiffres surlignés en **magenta** sont les plus bas/pires scores du groupe.
 Les chiffres surlignés en **vert** sont les plus élevés/meilleurs scores du groupe.

Indice de santé mentale par secteur d'activité.

Les travailleurs des services d'administration et de soutien présentent le pire score de santé mentale (53,3), suivis des travailleurs de la restauration (58,8), puis des travailleurs des arts, des spectacles et des loisirs (59,1).

Les travailleurs des secteurs automobile (70,4), des services professionnels, scientifiques et techniques (69,0) et de la gestion de sociétés et d'entreprises (68,3) obtiennent les scores de santé mentale les plus élevés ce mois-ci.



Secteur d'activité	Novembre 2024	Octobre 2024	Variation
Information et culture	65,7	56,2	9,5
Automobile	70,4	63,3	7,1
Services immobiliers, de location et de location à bail	68,2	61,6	6,6
Restauration	58,8	52,3	6,5
Transport	67,4	61,8	5,6
Commerce de gros	62,9	57,7	5,2
Hébergement	65,0	59,9	5,1
Médias et télécommunications	62,6	57,9	4,7
Autres services (sauf les administrations publiques)	63,8	59,5	4,3
Agriculture, foresterie, pêche et chasse	60,9	57,0	3,9
Technologie	64,5	60,8	3,7
Commerce de détail	63,1	59,5	3,6
Services publics	63,0	59,7	3,3
Extraction minière, exploitation en carrière et extraction pétrolière et gazière	66,2	63,5	2,7
Fabrication	65,8	63,5	2,3
Arts, spectacles et loisirs	59,1	56,9	2,2
Construction	63,6	61,5	2,1
Services professionnels, scientifiques et techniques	69,0	67,1	1,9
Administration publique	65,7	64,2	1,5
Services financiers et assurances	62,9	62,0	0,9
Soins de santé et assistance sociale	60,5	59,8	0,7
Autre	62,8	62,6	0,2
Gestion de sociétés et d'entreprises	68,3	68,3	0,0
Services d'enseignement	64,2	65,0	-0,8
Services d'administration et de soutien	53,3	57,4	-4,1
Entreposage	60,4	66,5	-6,1

Pleins feux sur...

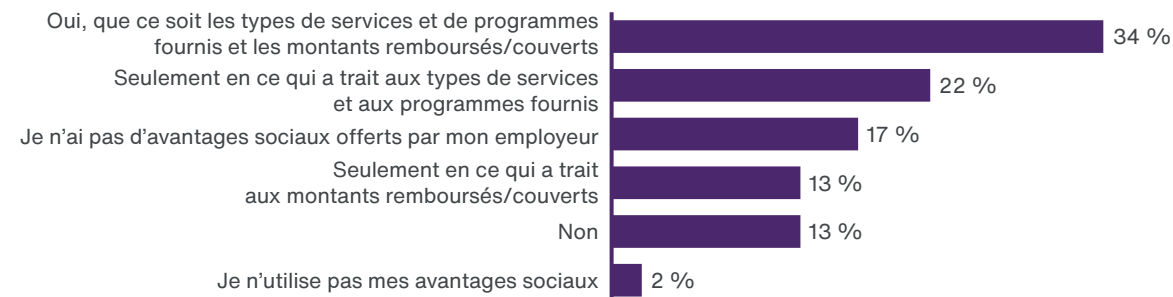
Avantages sociaux liés à la santé offerts par l'employeur.

Près de la moitié des travailleurs (48 pour cent) affirment que les avantages sociaux offerts par leur employeur ne répondent pas pleinement à leurs besoins.

- Plus du tiers des travailleurs (34 pour cent) déclarent que les avantages sociaux offerts par leur employeur répondent à leurs besoins, qu'il s'agisse des types de services et de programmes fournis ou de la couverture; ce groupe obtient le meilleur score de santé mentale (70,8), un score qui est supérieur de plus de sept points à la moyenne nationale (63,4)
- Plus d'un répondant sur cinq (22 pour cent) déclare que les avantages sociaux offerts par son employeur répondent à ses besoins uniquement en ce qui concerne les types de services et de programmes fournis, et 13 pour cent déclarent que leurs avantages sociaux répondent à leurs besoins uniquement en ce qui concerne les montants remboursés ou couverts

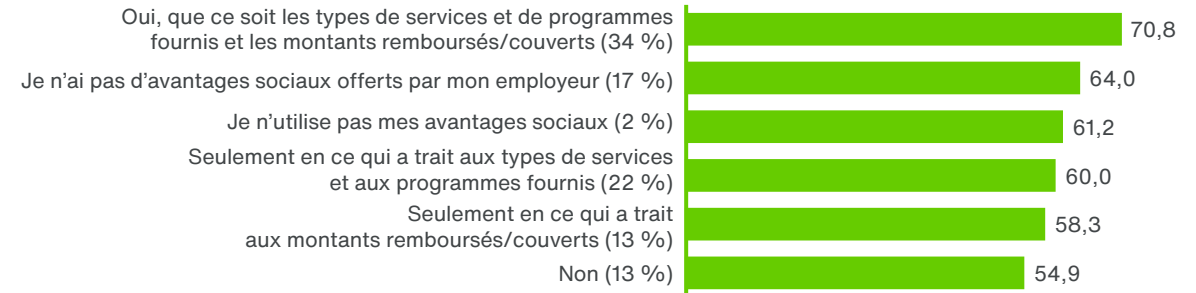


Les avantages sociaux offerts par mon employeur répondent à mes besoins



- Les 13 pour cent de travailleurs qui déclarent que les avantages sociaux offerts par leur employeur ne répondent pas à leurs besoins ont le pire score de santé mentale (54,9), soit près de 16 points en dessous des travailleurs déclarant que leurs avantages sociaux répondent pleinement à leurs besoins (70,8) et plus de huit points en dessous de la moyenne nationale (63,4)
- Les travailleurs de plus de 50 ans, les femmes, les travailleurs sans enfants et les non-gestionnaires sont plus nombreux à déclarer que leur employeur n'offre pas d'avantages sociaux

Score de l'ISM pour « Les avantages sociaux offerts par mon employeur répondent à mes besoins »



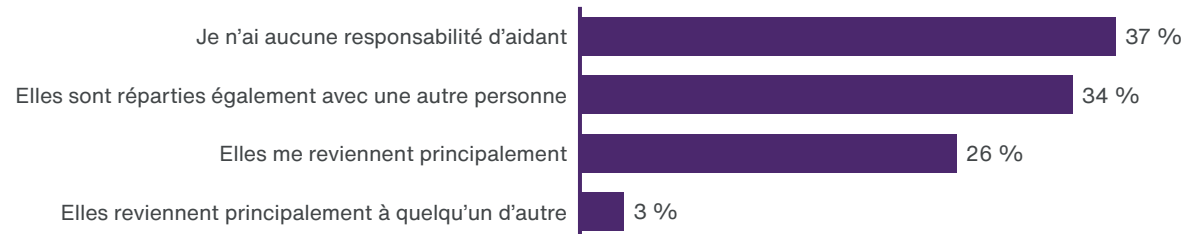
Responsabilités d'aidant

Trois travailleurs sur cinq ont des responsabilités d'aidant; les jeunes travailleurs (moins de 40 ans) et les femmes sont plus nombreuses à déclarer que les responsabilités d'aidant au sein de leur famille leur reviennent principalement.

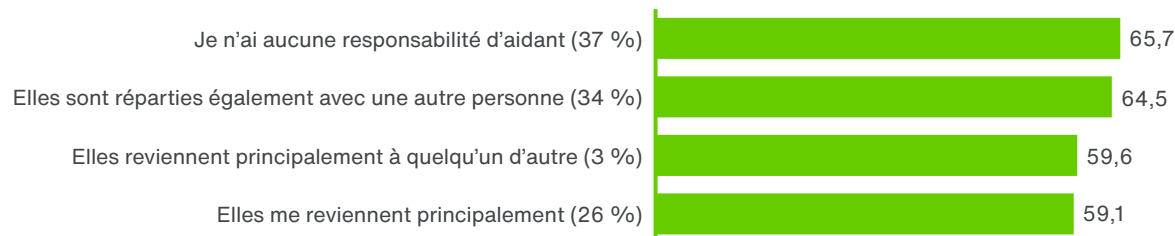
- Trois travailleurs sur cinq (60 pour cent) ont des responsabilités d'aidant
- Les 26 pour cent de travailleurs qui affirment que les responsabilités d'aidant leur reviennent principalement présentent le score de santé mentale le plus bas (59,1), un score qui est près de sept points en dessous de celui des travailleurs qui n'ont pas de responsabilités d'aidant (65,7) et plus de quatre points sous la moyenne nationale (63,4)
- Les femmes sont 70 pour cent plus nombreuses que les hommes à affirmer que les responsabilités d'aidant leur reviennent principalement
- Les travailleurs de moins de 40 ans sont 40 pour cent plus nombreux que les travailleurs de plus de 50 ans à affirmer que les responsabilités d'aidant leur reviennent principalement
- Près de deux répondants sur cinq (37 pour cent) n'ont pas de responsabilités d'aidant; ce groupe obtient le meilleur score de santé mentale (65,7), un score qui est supérieur de plus de deux points à la moyenne nationale (63,4)



Comment décriez-vous la répartition des responsabilités d'aidant au sein de votre famille?



Score de l'ISM pour « Comment décriez-vous la répartition des responsabilités d'aidant au sein de votre famille? »

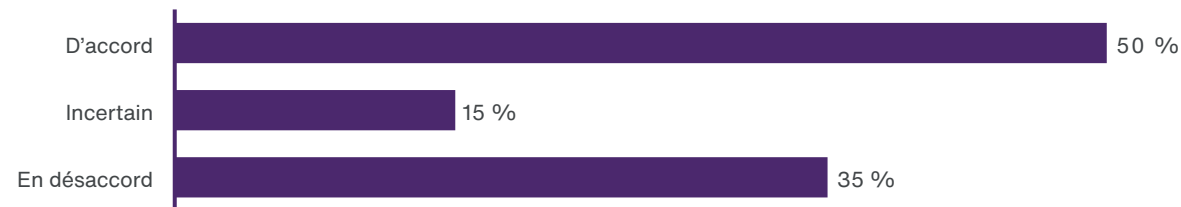


La moitié des travailleurs ayant des responsabilités d'aidant ont du mal à concilier leurs responsabilités d'aidant avec leur travail ou leur vie personnelle.

- La moitié des travailleurs (50 pour cent) ayant des responsabilités d'aidant ont du mal à concilier leurs responsabilités d'aidant avec leur travail ou leur vie personnelle; ce groupe obtient le score de santé mentale le plus faible (55,0), soit 19 points sous celui des travailleurs qui ne trouvent pas cela difficile (74,0) et plus de huit points sous la moyenne nationale (63,4)
- Les travailleurs de moins de 40 ans sont 60 pour cent plus nombreux que les travailleurs de plus de 50 ans à avoir du mal à concilier leurs responsabilités d'aidant avec leur travail ou leur vie personnelle
- Les 35 pour cent de travailleurs qui n'ont pas de mal à concilier leurs responsabilités d'aidant avec leur travail ou leur vie personnelle affichent le meilleur score de santé mentale (74,0), soit près de 11 points au-dessus de la moyenne nationale (63,4)



J'ai du mal à concilier mes responsabilités d'aidant avec mon travail ou ma vie personnelle



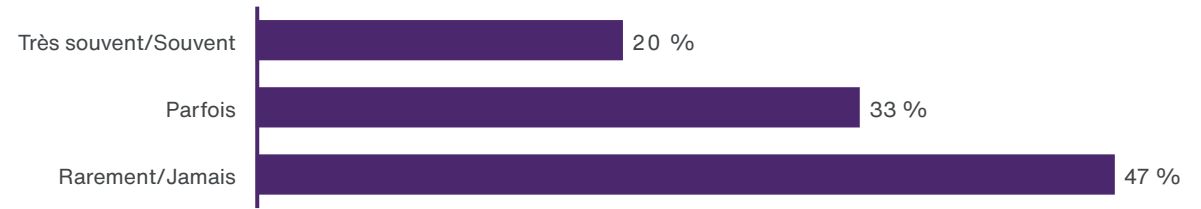
Score de l'ISM pour « J'ai du mal à concilier mes responsabilités d'aidant avec mon travail ou ma vie personnelle »



Parmi les travailleurs ayant des responsabilités d'aidant, plus de la moitié (53 pour cent) déclarent que ces responsabilités les empêchent de s'investir pleinement dans leur travail.

- Près de la moitié des participants (47 pour cent) indiquent que leurs responsabilités d'aidant les ont rarement ou jamais empêchés de s'investir pleinement dans leur travail; ce groupe présente le meilleur score de santé mentale (70,6), un score qui est supérieur de plus de sept points à la moyenne nationale (63,4)
- Les 20 pour cent de travailleurs qui déclarent que leurs responsabilités d'aidant les empêchent souvent ou très souvent de s'investir pleinement dans leur travail présentent le pire score de santé mentale (51,8), soit près de 19 points de moins que les travailleurs faisant état de peu de répercussions ou d'aucunes (70,6) et près de 12 points de moins que la moyenne nationale (63,4)
- Les travailleurs de plus de 50 ans sont deux fois et demie plus nombreux que ceux de moins de 40 ans à affirmer que leurs responsabilités d'aidant les ont jamais empêchés de s'investir pleinement dans leur travail

Mes responsabilités d'aidant m'empêchent de m'investir pleinement dans mon travail



Score de l'ISM pour « Mes responsabilités d'aidant m'empêchent de m'investir pleinement dans mon travail »



Flexibilité et conciliation travail-vie personnelle.

Même si la plupart des travailleurs sont satisfaits du niveau de flexibilité dont ils bénéficient au travail, les femmes et les jeunes travailleurs (moins de 40 ans) sont plus nombreux à se dire insatisfaits.

- Près des trois quarts des travailleurs (74 pour cent) sont satisfaits du niveau de flexibilité dont ils bénéficient au travail; ce groupe obtient le meilleur score de santé mentale (67,1), soit près de quatre points de plus que la moyenne nationale (63,4)
- Plus d'un travailleur sur sept (15 pour cent) est insatisfait du niveau de flexibilité dont ils bénéficient au travail; ce groupe affiche le pire score de santé mentale (51,9), plus de 15 points en dessous des travailleurs satisfaits (67,1) et plus de 11 points en dessous de la moyenne nationale (63,4)
- Les femmes sont 60 pour cent plus nombreuses que les hommes à être insatisfaites du niveau de flexibilité dont elles bénéficient au travail
- Les travailleurs de moins de 40 ans sont 40 pour cent plus nombreux que ceux de plus de 50 ans à être insatisfaits du niveau de flexibilité dont ils bénéficient au travail



Je suis satisfait du niveau de flexibilité dont je bénéficie au travail



Score de l'ISM pour « Je suis satisfait du niveau de flexibilité dont je bénéficie au travail »



Les travailleurs qui sont d'avis que leur poste actuel ne leur permet pas de concilier efficacement leur travail et leur vie personnelle obtiennent un score de santé mentale inférieur de plus de 18 points à celui des travailleurs qui font état d'un équilibre sain.

- Près des trois quarts des travailleurs (74 pour cent) indiquent que leur poste actuel leur permet de concilier efficacement leur travail et leur vie personnelle; ce groupe obtient le meilleur score de santé mentale (67,7), plus de quatre points de plus que la moyenne nationale (63,4)
- Un travailleur sur sept (14 pour cent) déclare que son rôle actuel ne lui permet pas de concilier efficacement son travail et sa vie personnelle; ce groupe affiche le score de santé mentale le plus bas (49,3), soit plus de 18 points de moins que les travailleurs qui font état d'un équilibre (67,7) et plus de 14 points de moins que la moyenne nationale (63,4)
- Les travailleurs de moins de 40 ans sont 60 pour cent plus nombreux que les travailleurs de plus de 50 ans à affirmer que leur poste actuel ne leur permet pas de concilier efficacement leur travail et leur vie personnelle

Mon poste actuel me permet de concilier efficacement mon travail et ma vie personnelle



Score de l'ISM pour « Mon poste actuel me permet de concilier efficacement mon travail et ma vie personnelle »



Les travailleurs qui ne se sentent pas soutenus par leur organisation quand ils ont besoin de prendre un congé pour des raisons personnelles ou familiales ont un score de santé mentale qui est inférieur de plus de 17 points à celui des travailleurs qui se sentent soutenus.

- Près de sept répondants sur dix (69 pour cent) se sentent soutenus par leur organisation quand ils ont besoin de prendre un congé pour des raisons personnelles ou familiales; ce groupe affiche le meilleur score de santé mentale (67,8), plus de quatre points au-dessus de la moyenne nationale (63,4)
- Plus d'un répondant sur dix (13 pour cent) ne se sent pas soutenu par son organisation quand il a besoin de prendre un congé pour des raisons personnelles ou familiales; ce groupe présente le score de santé mentale le plus faible (50,3), soit plus de 17 points en dessous du score des travailleurs qui se sentent soutenus par leur organisation quand ils ont besoin de prendre un congé pour des raisons personnelles ou familiales (67,8) et plus de 13 points de moins que la moyenne nationale (63,4)



Je me sens soutenu par mon organisation quand j'ai besoin de prendre un congé pour des raisons personnelles ou familiales



Score de l'ISM pour « Je me sens soutenu par mon organisation quand j'ai besoin de prendre un congé pour des raisons personnelles ou familiales »



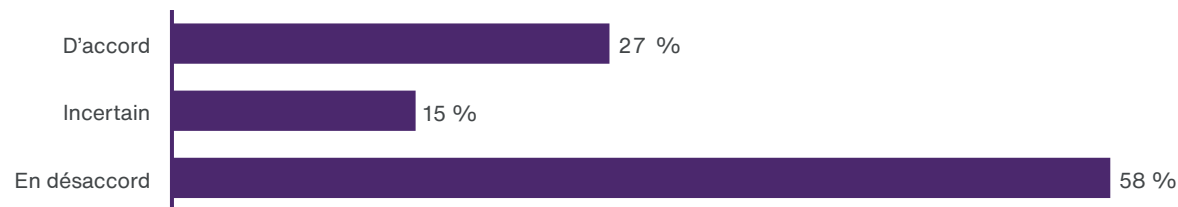
Microagressions et harcèlement au travail.

Plus du quart des travailleurs ont été victimes de microagressions au travail, et les jeunes travailleurs (moins de 40 ans) sont plus nombreux à faire état de cette expérience.

- Près de trois travailleurs sur cinq (58 pour cent) n'ont jamais été victimes de microagressions au travail; ce groupe présente le meilleur score de santé mentale (68,9), un score qui est supérieur de plus de cinq points à la moyenne nationale (63,4)
- Plus du quart des répondants (27 pour cent) ont été victimes de microagressions au travail; ce groupe affiche le pire score de santé mentale, soit plus de 13 points en dessous du score des travailleurs qui n'ont jamais subi de microagressions au travail (68,9) et près de six points en dessous de la moyenne nationale (63,4)
- Les travailleurs de moins de 40 ans sont 70 pour cent plus nombreux que ceux de plus de 50 ans à avoir été victimes de microagressions au travail



J'ai déjà été victime de microagressions à mon travail



Score de l'ISM pour « J'ai déjà été victime de microagressions à mon travail »



Un travailleur sur sept a subi du harcèlement au travail, et les jeunes travailleurs (moins de 40 ans), les parents et les gestionnaires sont plus nombreux à faire état de cette expérience.

- Près de quatre travailleurs sur cinq (78 pour cent) n'ont jamais subi de harcèlement au travail; ce groupe affiche le meilleur score de santé mentale (66,5), soit plus de trois points de plus que la moyenne nationale (63,4)
- Un travailleur sur sept (14 pour cent) a subi du harcèlement au travail; ce groupe obtient le pire score de santé mentale, soit 15 points en dessous du score des travailleurs qui n'ont jamais subi de harcèlement (66,5) et près de 12 points en dessous de la moyenne nationale (63,4)
- Les travailleurs de moins de 40 ans sont 80 pour cent plus nombreux que ceux de plus de 50 ans à avoir subi du harcèlement au travail
- Les gestionnaires sont 70 pour cent plus nombreux que les non-gestionnaires à avoir subi du harcèlement au travail
- Les parents sont 50 pour cent plus nombreux que les travailleurs sans enfants à avoir subi du harcèlement au travail

J'ai déjà subi du harcèlement à mon travail



Score de l'ISM pour « J'ai déjà subi du harcèlement à mon travail »



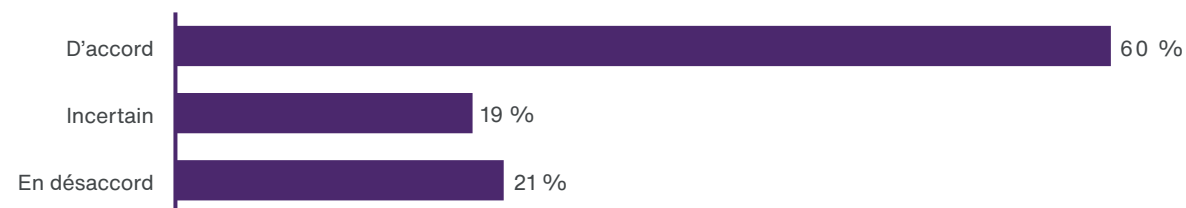
Occasions d'avancement professionnel et équité salariale.

Plus d'un travailleur sur cinq n'est pas satisfait des occasions de perfectionnement et d'avancement professionnel auxquelles il a accès au sein de son organisation; le score de santé mentale de ce groupe est plus de 16 points en dessous de celui des travailleurs satisfaits et 11 points en dessous de la moyenne canadienne.

- Trois travailleurs sur cinq (60 pour cent) sont satisfaits des occasions de perfectionnement et d'avancement professionnel auxquelles ils ont accès au sein de leur organisation; ce groupe obtient le score de santé mentale le plus élevé (68,9), soit cinq points de plus que la moyenne nationale (63,4)
- Plus d'un travailleur sur cinq (21 pour cent) est insatisfait des occasions de perfectionnement et d'avancement professionnel auxquelles il a accès au sein de son organisation; ce groupe affiche le pire score de santé mentale (52,4), plus de 16 points de moins que les travailleurs satisfaits (68,9) et 11 points de moins que la moyenne nationale (63,4)



Je suis satisfait des occasions de perfectionnement et d'avancement professionnel auxquelles j'ai accès au sein de mon organisation



Score de l'ISM pour « Je suis satisfait des occasions de perfectionnement et d'avancement professionnel auxquelles j'ai accès au sein de mon organisation »

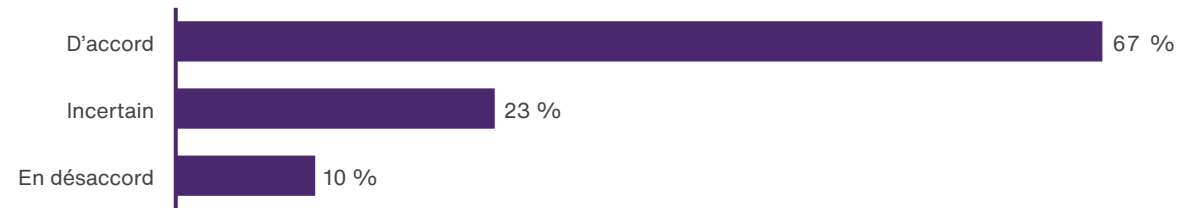


Seuls deux tiers des travailleurs ont confiance que leur organisation rémunère les hommes et les femmes sur le même niveau d'équité; les femmes sont deux fois plus nombreuses à ne pas croire à l'équité salariale au sein de leur organisation.

- Les deux tiers des travailleurs (67 pour cent) ont confiance que leur organisation rémunère les hommes et les femmes selon le même niveau d'équité; ce groupe présente le meilleur score de santé mentale (66,9), un score supérieur de plus de trois points à la moyenne nationale (63,4)
- Un répondant sur dix (10 pour cent) ne croit pas que son organisation rémunère les hommes et les femmes selon le même niveau d'équité; ce groupe affiche le score de santé mentale le plus faible (52,4), soit plus de 14 points en dessous du score des travailleurs qui croient en l'équité salariale au sein de leur organisation (66,9) et 11 points de moins que la moyenne nationale (63,4)
- Les femmes sont deux fois plus nombreuses que les hommes à ne pas croire à l'équité salariale au sein de leur organisation



J'ai confiance que mon organisation rémunère les hommes et les femmes selon le même niveau d'équité



Score de l'ISM pour « Je suis confiant que mon organisation rémunère les hommes et les femmes selon le même niveau d'équité »



Le tiers des travailleurs ne croient pas que les dirigeants de leur organisation proviennent de différents milieux sociaux et représentent divers genres, races et âges, ou sont incertains.

- Plus des deux tiers des travailleurs (68 pour cent) croient que les dirigeants de leur organisation proviennent de différents milieux sociaux et représentent divers genres, races et âges; ce groupe obtient le meilleur score de santé mentale (66,3), soit trois points de plus que la moyenne nationale (63,4)
- Un répondant sur six (16 pour cent) ne croit pas que les dirigeants de son organisation proviennent de différents milieux sociaux et représentent divers genres, races et âges; ce groupe présente le pire score de santé mentale (56,0), soit plus de 10 points en dessous du score des travailleurs qui croient à la diversité de leurs dirigeants (66,3) et plus de sept points de moins que la moyenne nationale (63,4)



Les dirigeants de mon organisation proviennent de différents milieux sociaux et représentent divers genres, races et âges



Score de l'ISM pour « Les dirigeants de mon organisation proviennent de différents milieux sociaux et représentent divers genres, races et âges »

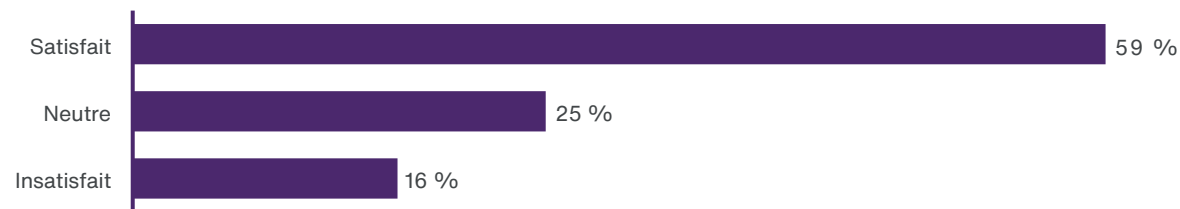


Expérience des soins de santé.

Un travailleur sur six (16 pour cent) est insatisfait des soins santé qu'il a reçus en 2024, et les femmes sont plus nombreuses à se dire insatisfaites.

- Près de trois travailleurs sur cinq (59 pour cent) sont satisfaits des soins de santé reçus au cours de la dernière année; ce groupe obtient le meilleur score de santé mentale (68,3), soit cinq points au-dessus de la moyenne nationale (63,4)
- Les 16 pour cent de travailleurs qui sont insatisfaits des soins de santé reçus au cours de la dernière année présentent le score de santé mentale le plus bas (52,3), un score qui est 16 points en dessous de celui des travailleurs qui se disent satisfaits (68,3) et 11 points sous la moyenne nationale (63,4)
- Les femmes sont 50 pour cent plus nombreuses que les hommes à signaler leur insatisfaction au sujet des soins de santé reçus au cours de la dernière année

À quel point êtes-vous globalement satisfait des soins de santé que vous avez reçus au cours de la dernière année?



Score de l'ISM pour « À quel point êtes-vous globalement satisfait des soins de santé que vous avez reçus au cours de la dernière année? »

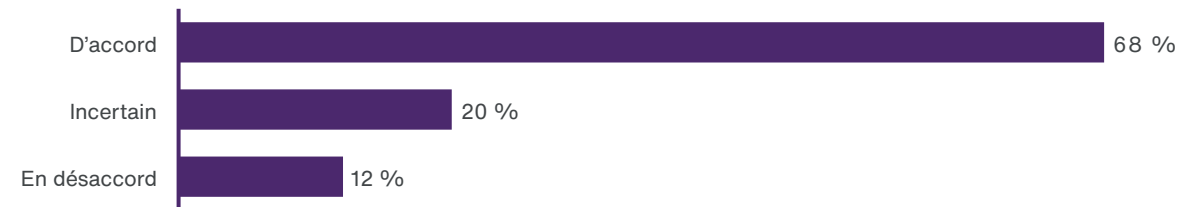


Les femmes et les jeunes travailleurs (moins de 40 ans) sont plus nombreux à déclarer que les fournisseurs de soins de santé ne sont pas attentifs à leurs sujets de préoccupation et ne les prennent pas au sérieux.

- Près de sept répondants sur dix (68 pour cent) déclarent que les fournisseurs de soins de santé sont attentifs à leurs sujets de préoccupation et les prennent au sérieux; ce groupe présente le meilleur score de santé mentale (67,5), un score supérieur de quatre points à la moyenne nationale (63,4)
- Plus d'un travailleur sur dix (12 pour cent) déclare que les fournisseurs de soins de santé ne sont pas attentifs à ses sujets de préoccupation et ne le prennent pas au sérieux; ce groupe obtient le pire score de santé mentale (50,8), près de 17 points de moins que les travailleurs qui font état d'une expérience favorable (67,5) et près de 13 points de moins que la moyenne nationale (63,4)
- Les femmes sont presque deux fois plus nombreuses que les hommes à déclarer que les fournisseurs de soins de santé ne sont pas attentifs à leurs sujets de préoccupation et ne les prennent pas au sérieux
- Les travailleurs de moins de 40 ans sont 50 pour cent plus nombreux que les travailleurs de plus de 50 ans à déclarer que les fournisseurs de soins de santé ne sont pas attentifs à leurs sujets de préoccupation et ne les prennent pas au sérieux



En général, les fournisseurs de soins de santé sont attentifs à mes sujets de préoccupation et les prennent au sérieux



Score de l'ISM pour « En général, les fournisseurs de soins de santé sont attentifs à mes sujets de préoccupation et les prennent au sérieux »



Près de deux travailleurs sur cinq (38 pour cent) ont déjà eu l'impression qu'un fournisseur de soins de santé n'a pas tenu compte de leurs symptômes ou de leurs problèmes ou qu'il en a minimisé l'importance, les femmes et les jeunes travailleurs (moins de 40 ans) étant plus nombreux à faire état de cette expérience.

- Plus de trois travailleurs sur cinq (62 pour cent) n'ont jamais eu l'impression qu'un fournisseur de soins de santé n'a pas tenu compte de leurs symptômes ou de leurs problèmes ou en a minimisé l'importance; ce groupe affiche le score de santé mentale le plus élevé (68,5), soit cinq points de plus que la moyenne nationale (63,4)
- Près de deux travailleurs sur cinq (38 pour cent) ont déjà eu l'impression qu'un fournisseur de soins de santé n'a pas tenu compte de leurs symptômes ou de leurs problèmes ou en a minimisé l'importance; ce groupe obtient le pire score de santé mentale (55,0), un score qui est inférieur de 13 points à celui des travailleurs qui n'ont jamais eu cette expérience (68,5) et de plus de huit points à la moyenne nationale (63,4)
- Les femmes sont 50 pour cent plus nombreuses que les hommes à avoir déjà eu l'impression qu'un fournisseur de soins de santé n'a pas tenu compte de leurs symptômes ou de leurs problèmes ou qu'il en a minimisé l'importance
- Les travailleurs de moins de 40 ans sont 40 pour cent plus nombreux que ceux de 50 ans et plus à avoir eu l'impression qu'un fournisseur de soins de santé n'a pas tenu compte de leurs symptômes ou de leurs problèmes ou qu'il en a minimisé l'importance

Avez-vous déjà eu l'impression qu'un fournisseur de soins de santé n'a pas tenu compte de vos symptômes ou de vos problèmes ou en a minimisé l'importance?



Score de l'ISM pour « Avez-vous déjà eu l'impression qu'un fournisseur de soins de santé n'a pas tenu compte de vos symptômes ou de vos problèmes ou en a minimisé l'importance? »



Les femmes et les jeunes travailleurs (moins de 40 ans) sont plus nombreux à ne pas se sentir à l'aise d'aborder des sujets sensibles avec leur fournisseur de soins de santé.

- Près de quatre travailleurs sur cinq (79 pour cent) sont à l'aise d'aborder des sujets sensibles avec leur fournisseur de soins de santé; le score de santé mentale de ce groupe (65,7) est plus de deux points au-dessus de la moyenne nationale (63,4)
- Plus d'un répondant sur cinq (21 pour cent) n'est pas à l'aise d'aborder des sujets sensibles avec son fournisseur de soins de santé ou est incertain; ce groupe affiche le score de santé mentale le plus bas, soit au moins 10 points de moins que les travailleurs qui sont à l'aise (65,7) et au moins 8 points de moins que la moyenne nationale (63,4)
- Les travailleurs de moins de 40 ans sont 60 pour cent plus nombreux que ceux de plus de 50 ans à ne pas être à l'aise d'aborder des sujets sensibles avec leur fournisseur de soins de santé
- Les femmes sont 40 pour cent plus nombreuses que les hommes à ne pas être à l'aise d'aborder des sujets sensibles avec leur fournisseur de soins de santé



Je suis à l'aise d'aborder des sujets sensibles avec mon fournisseur de soins de santé



Score de l'ISM pour « Je suis à l'aise d'aborder des sujets sensibles avec mon fournisseur de soins de santé »



Un travailleur sur six déclare ne pas avoir suffisamment de temps durant les consultations pour discuter de ses problèmes de santé.

- Plus de sept répondants sur dix (71 pour cent) déclarent avoir suffisamment de temps durant les consultations pour discuter de leurs problèmes de santé; ce groupe présente le meilleur score de santé mentale (66,9), soit plus de trois points de plus que la moyenne nationale (63,4)
- Un travailleur sur six (16 pour cent) affirme ne pas avoir suffisamment de temps durant les consultations pour discuter de ses problèmes de santé; ce groupe obtient le pire score de santé mentale (52,1), près de 15 points de moins que les travailleurs qui affirment avoir suffisamment de temps durant les consultations (66,9) et plus de 11 points de moins que la moyenne nationale (63,4)
- Les femmes sont 50 pour cent plus nombreuses que les hommes à indiquer ne pas avoir suffisamment de temps durant les consultations pour discuter de leurs problèmes de santé



En général, j'ai suffisamment de temps durant les consultations pour discuter de mes problèmes de santé



Score de l'ISM pour « En général, j'ai suffisamment de temps durant les consultations pour discuter de mes problèmes de santé »



Aperçu de l'Indice de santé mentale TELUS.

La santé mentale et le bien-être de la population sont essentiels à la santé globale et à la productivité au travail. L'Indice de santé mentale fournit une mesure de l'état de santé mentale actuel des adultes en emploi. Les hausses et les baisses de l'ISM aident à prédire les risques quant aux coûts et à la productivité, et indiquent s'il est nécessaire que les entreprises et les gouvernements investissent en santé mentale.

Le rapport de l'Indice de santé mentale comporte deux parties :

1. L'Indice de santé mentale (ISM) global
2. Une section « Pleins feux sur » qui rend compte de l'incidence spécifique des enjeux courants dans la collectivité

Méthodologie

Les données du présent rapport ont été recueillies au moyen d'un sondage en ligne mené auprès de 3 000 personnes résidant au Canada, actuellement en emploi ou qui l'ont été dans les six mois précédents. Les participants ont été sélectionnés afin d'assurer une représentation selon l'âge, le sexe, le secteur d'activité et la répartition géographique au Canada. On leur a demandé de répondre à chaque question en pensant aux deux semaines précédentes. Les données contenues dans le présent rapport ont été recueillies entre le 12 et le 21 novembre 2024.

Calculs

Un système de notation convertissant les réponses individuelles en valeur ponctuelle est utilisé pour créer l'Indice de santé mentale. Les valeurs ponctuelles les plus élevées sont associées à une meilleure santé mentale et à un risque inférieur pour la santé mentale. Les scores de chaque personne ont été additionnés, puis divisés par le nombre total de points possible, pour obtenir un score sur 100. Le score brut est la moyenne mathématique des scores individuels. La répartition des scores se fait selon l'échelle suivante :

Santé mentale à risque : 0 à 49

Santé mentale précaire : 50 à 79

Santé mentale optimale : 80 à 100

Données et analyses supplémentaires

Les répartitions démographiques des scores secondaires et les analyses corrélationnelles croisées et personnalisées sont disponibles sur demande. L'analyse comparative par rapport aux résultats nationaux ou tout sous-groupe est disponible sur demande. Écrivez à ISM@telushealth.com





www.telussante.com

