



Indice de santé mentale TELUS.

Rapport spécial sur le bien-être financier.

Canada | Octobre 2024

 **TELUS**^{MD} Santé

Table des matières

1. Ce que vous devez retenir pour octobre 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
Risque financier	12
Gestionnaires et non-gestionnaires.....	13
Santé mentale par sexe et par âge	14
Santé mentale par situation d'emploi	14
Fonds d'urgence.....	14
3. Indice de santé mentale par province	15
4. Indice de santé mentale par secteur d'activité	17
5. Pleins feux sur.....	18
La perception de la situation financière	18
Anxiété financière.....	26
Dettes.....	29
Stress	31
6. Aperçu de l'Indice de santé mentale TELUS	33
Méthodologie.....	33
Calculs.....	33
Données et analyses supplémentaires	33

Ce que vous devez retenir pour octobre 2024.



La santé mentale des travailleurs au Canada s'est détériorée sérieusement, au point d'atteindre un creux historique, en raison de la plus forte baisse mensuelle du score de risque financier.

- S'établissant à 61,3, le score de santé mentale des travailleurs canadiens a baissé de 3,1 points depuis septembre
- 37 pour cent des travailleurs présentent un risque élevé de problème de santé mentale, 44 pour cent affichent un risque modéré et 19 pour cent ont un faible risque d'éprouver un problème de santé mentale
- Tous les scores secondaires de santé mentale ont reculé significativement par rapport à ceux de septembre; le score relatif au risque financier a connu la chute la plus marquée, soit une baisse de 6,8 points comparativement au mois précédent
- L'anxiété et l'isolement demeurent les scores secondaires de santé mentale les plus bas depuis presque trois ans
- Les 13 pour cent des travailleurs qui considèrent leur santé mentale ou physique comme étant leur plus grande source de stress affichent un score de santé mentale se situant plus de 31 points en dessous de celui des travailleurs qui disent ne pas ressentir de stress et près de neuf points en dessous de la moyenne nationale
- Les scores de santé mentale ont diminué sensiblement dans toutes les provinces, mais le plus fortement, avec une baisse de 8,1 points, en Saskatchewan
- Le score de santé mentale des gestionnaires et celui des non-gestionnaires approche de son niveau le plus bas enregistré depuis janvier 2021
- Les ouvriers continuent d'afficher un score de santé mentale inférieur à celui des travailleurs de l'industrie des services et à celui des travailleurs de bureau

Le stress financier a une incidence sur la productivité; près d'un quart des travailleurs déclarent que leur situation financière a nui à leur productivité au cours du dernier trimestre.

- 28 pour cent des répondants nomment les finances comme principale source de stress; cette prévalence est deux fois plus élevée que les autres facteurs de stress importants, notamment le travail, la santé (mentale ou physique), les relations personnelles et la satisfaction à l'égard de la vie
- 23 pour cent des travailleurs affirment que leur situation financière a eu un impact négatif sur leur productivité au travail au cours des trois derniers mois; le score de santé mentale de ce groupe est inférieur de près de 24 points à celui des travailleurs qui ne sont pas d'accord avec l'énoncé et de plus de 15 points à la moyenne nationale

- Les travailleurs sans fonds d'urgence sont cinq fois plus susceptibles que les travailleurs qui en ont un de dire que leur situation financière a eu un impact négatif sur leur productivité au cours des trois derniers mois
- Les travailleurs de moins de 40 ans sont plus trois fois plus susceptibles que les travailleurs de plus de 50 ans d'affirmer que leur situation financière a eu un impact négatif sur leur productivité au cours des trois derniers mois
- Les parents sont 50 pour cent plus susceptibles que les personnes sans enfant de déclarer que leur situation financière a eu un impact négatif sur leur productivité au cours des trois derniers mois

Moins de la moitié des travailleurs déclarent être dans une bonne situation financière, ce qui correspond à une baisse de près de 10 pour cent par rapport à l'an dernier.

- 47 pour cent des travailleurs disent être dans une bonne situation financière, comparativement à 56 pour cent en septembre 2023 et à 53 pour cent en février 2023
- Les travailleurs qui disent ne pas être dans une bonne situation financière ont un score de santé mentale inférieur de plus de 24 points à celui des travailleurs qui affirment être en bonne posture financière et de près de 14 points à la moyenne nationale
- 40 pour cent des travailleurs se sentent toujours ou souvent inquiets ou anxieux au sujet de leur situation financière; le score de santé mentale de ce groupe est plus de 33 points en dessous de celui des travailleurs qui se sentent rarement ou jamais inquiets ou anxieux et plus de 14 points en dessous de la moyenne nationale
- Les travailleurs de moins de 40 ans sont 80 pour cent plus susceptibles que ceux de plus de 50 ans de se sentir toujours ou souvent inquiets ou anxieux à propos de leur situation financière
- 25 pour cent des travailleurs affirment que l'inquiétude à l'égard de leurs finances s'est aggravée depuis l'an dernier; le score de santé mentale de ce groupe est inférieur de plus de 21 points à celui des travailleurs qui estiment que leurs finances se sont améliorées, et de près de 15 points à la moyenne nationale
- 21 pour cent des travailleurs disent que leur situation financière s'est détériorée au cours des trois derniers mois; le score de santé mentale de ce groupe est près de 22 points en dessous de celui des travailleurs faisant état d'une amélioration et plus de 15 points en dessous de la moyenne nationale



Le coût de la vie et l'endettement contribuent à l'anxiété financière. Les jeunes travailleurs (moins de 40 ans), les parents et les travailleurs sans fonds d'urgence sont plus susceptibles de percevoir l'argent comme une source de stress et d'anxiété.

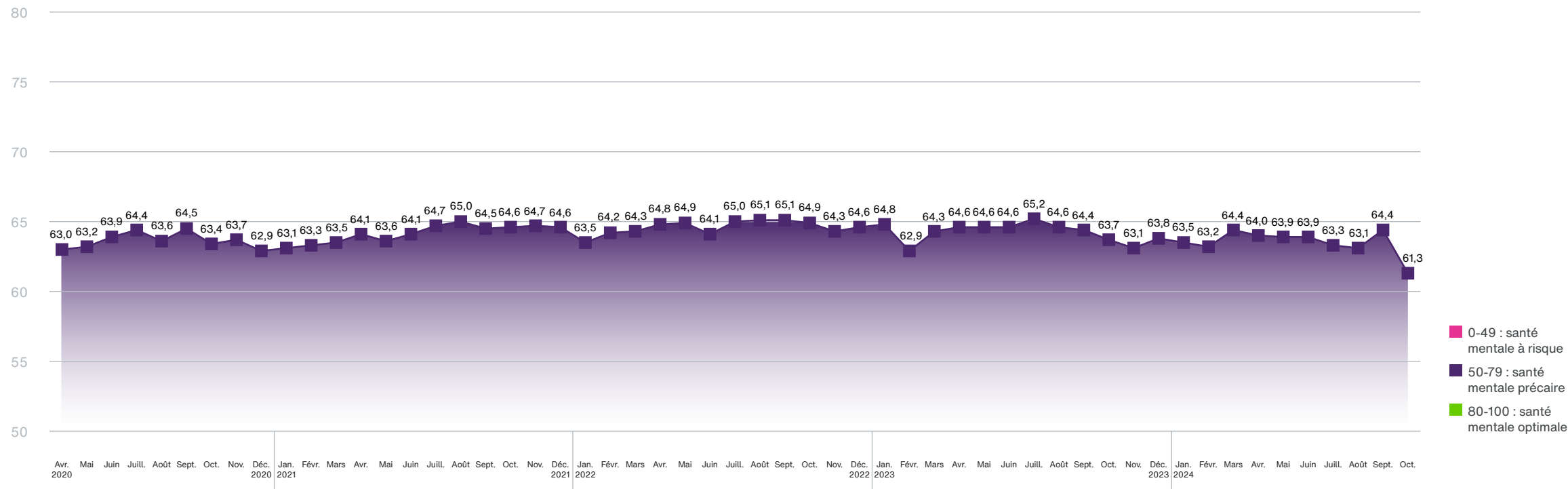
- 60 pour cent des travailleurs indiquent que les pressions liées au coût de la vie ont affecté leur bien-être financier; le score de santé mentale de ce groupe est inférieur de près de 24 points à celui des travailleurs qui sont en mesure de préserver leur bien-être financier malgré les pressions exercées par le coût de la vie et de près de huit points à la moyenne nationale
- Parmi les travailleurs affirmant se sentir anxieux au sujet de leur avenir financier :
 - 48 pour cent déclarent que le coût de la vie leur cause le plus d'anxiété financière
 - 25 pour cent disent que leurs dettes leur causent le plus d'anxiété financière
 - huit pour cent répondent qu'une épargne-retraite insuffisante leur cause le plus d'anxiété financière
- 53 pour cent des travailleurs ont quelques dettes, mais s'efforcent de les réduire et de ne pas en contracter plus
- 14 pour cent des travailleurs ont des dettes importantes et ne savent pas quoi faire ou n'ont pas les moyens de les rembourser; le score de santé mentale de ce groupe se situe à plus de 26 points en dessous de celui des travailleurs sans dettes et près de 19 points en dessous de la moyenne nationale
- Les travailleurs sans fonds d'urgence sont deux fois plus susceptibles que les travailleurs qui en ont un de percevoir l'argent comme une source de stress et d'anxiété
- Les travailleurs de moins de 40 ans sont 60 pour cent plus susceptibles que ceux de plus de 50 ans de percevoir l'argent comme une source de stress et d'anxiété
- Les parents sont 50 pour cent plus susceptibles que les personnes sans enfant de percevoir l'argent comme une source de stress et d'anxiété



Indice de santé mentale.

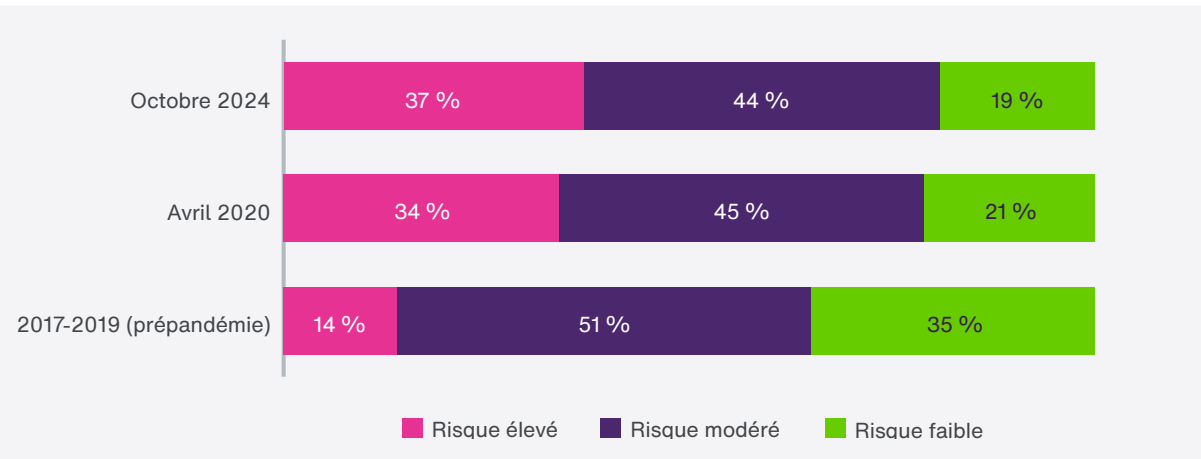
L'Indice de santé mentale (ISM) global pour octobre 2024 s'établit à 61,3. Après une nette amélioration en septembre, le score de santé mentale des travailleurs au Canada a baissé de 3,1 points pour se retrouver à son niveau le plus bas depuis le lancement de l'ISM en avril 2020.

ISM : mois actuel Octobre 2024	Septembre 2024
63,1	64,4



Risque pour la santé mentale.

En octobre 2024, 37 pour cent des travailleurs canadiens présentent un risque élevé de problème de santé mentale, 44 pour cent affichent un risque modéré et 19 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 de travailleurs présentant un risque élevé de problème de santé mentale a augmenté de 3 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 (53,8) depuis presque trois ans. Il est suivi des scores secondaires liés à l'isolement (56,9), à la productivité (58,3), à la dépression (59,0), au risque financier (61,7) et à l'optimisme (65,5). La santé psychologique générale (70,8) demeure le score de santé mentale le plus favorable en octobre 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 ont significativement baissé par rapport à septembre
- Le score secondaire relatif au risque financier a connu le recul le plus marqué, soit une baisse de 6,8 points depuis septembre 2024

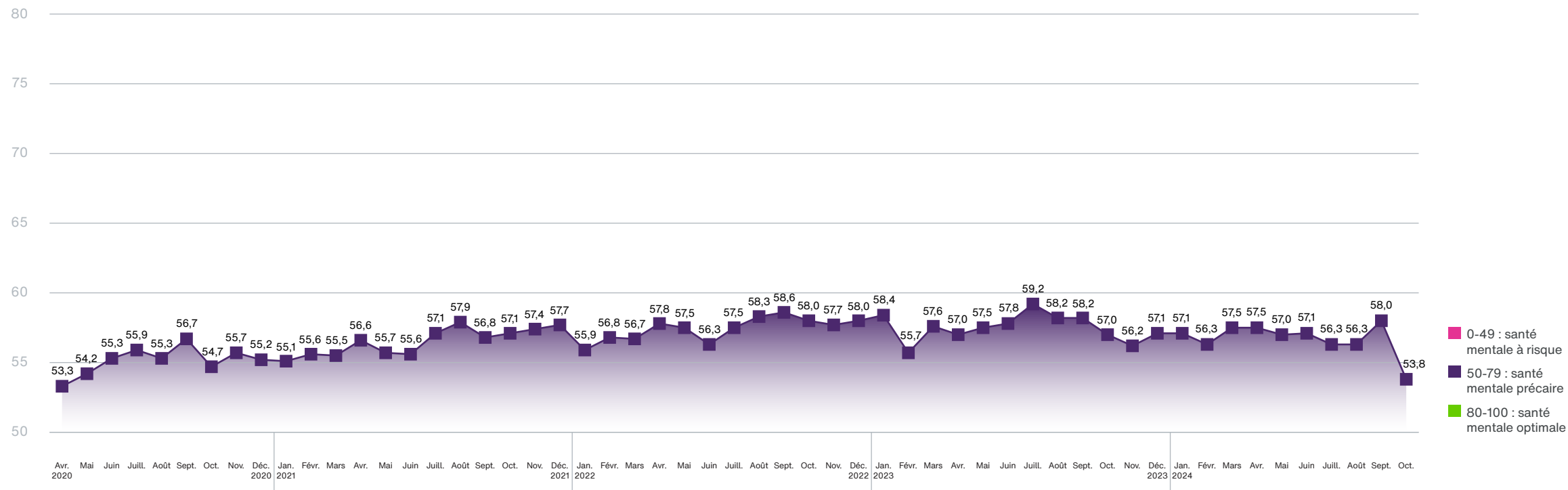
Scores secondaires de l'Indice de santé mentale	Octobre 2024	Septembre 2024
Anxiété	53,8	58,0
Isolement	56,9	60,6
Productivité	58,3	63,7
Dépression	59,0	63,1
Risque financier	61,7	68,5
Optimisme	65,5	66,0
Santé psychologique	70,8	71,5



Anxiété

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

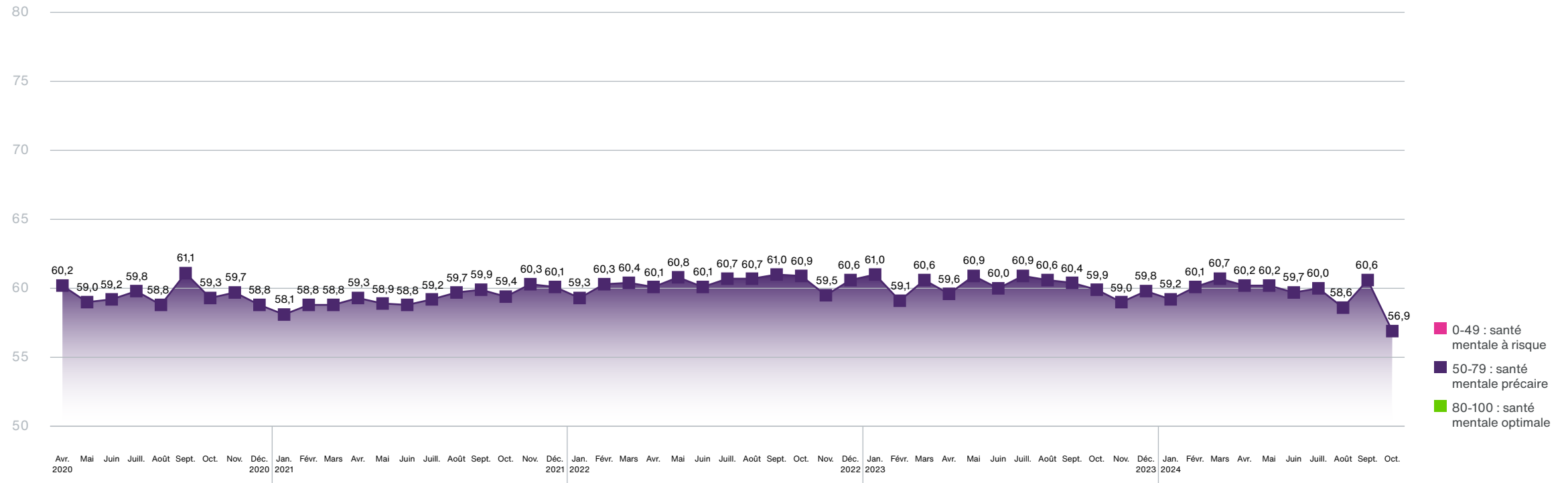
Après avoir atteint un sommet en juillet 2023, le score secondaire de l'anxiété n'a cessé de diminuer jusqu'en août 2024. Septembre 2024 semblait marquer un tournant important, car ce score avait alors gagné 1,7 point. Toutefois, en octobre, on observe de nouveau une forte baisse de 4,2 points. Par conséquent, 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.

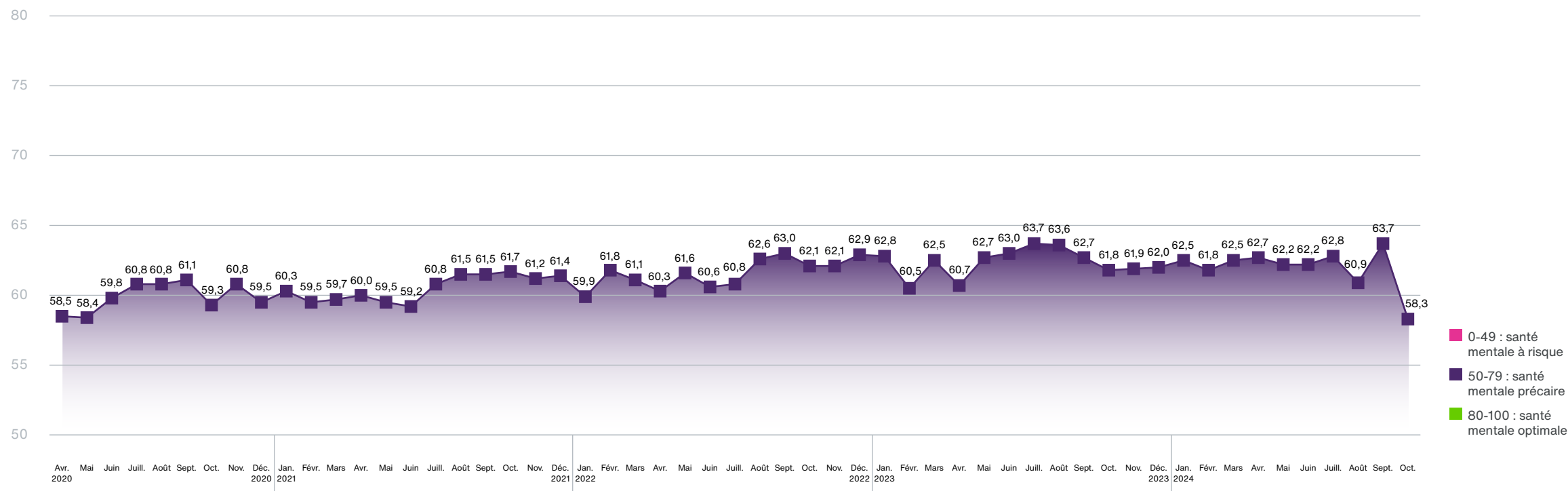
Malgré des périodes de fluctuation entre avril 2020 et octobre 2022, le score secondaire lié à l'isolement s'est progressivement amélioré. S'ensuit une période d'instabilité, sans tendance claire, de novembre 2022 à septembre 2024. En octobre 2024, le score secondaire lié à l'isolement a diminué de 3,7 points, pour atteindre son niveau le plus bas depuis le lancement de l'ISM en avril 2020. Depuis presque trois ans, il figure à l'avant-dernier rang des scores secondaires de santé mentale.



Productivité

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

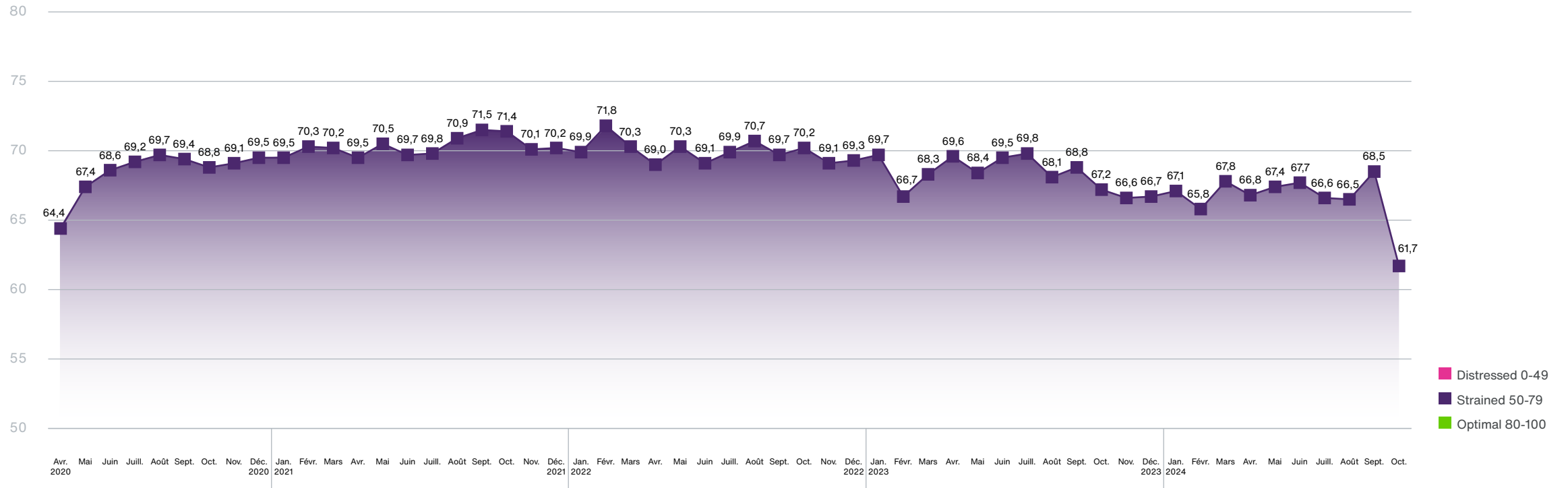
Dans l'ensemble, l'incidence négative des problèmes de santé mentale sur la productivité diminue lentement. Après avoir atteint un sommet en juillet 2023, le score secondaire lié à la productivité a diminué jusqu'en août 2024. En septembre 2024, le score secondaire en matière de productivité a gagné 2,8 points. Or, cette amélioration est suivie en octobre d'une baisse importante de 5,4 points, faisant passer ce score à son plus bas niveau depuis le lancement de l'ISM en avril 2020.



Risque financier

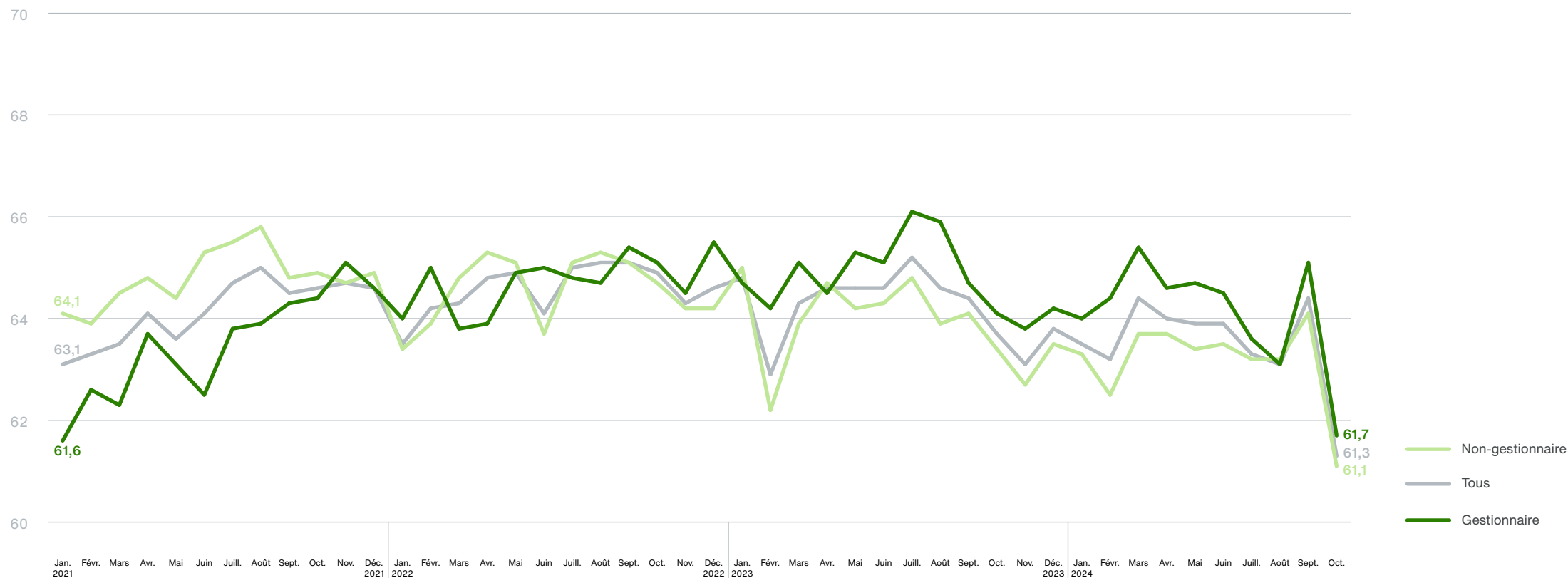
On a demandé aux travailleurs s'ils disposent d'un fonds d'urgence qui couvre les dépenses essentielles.

Le score du risque financier s'est amélioré graduellement entre avril 2020 et février 2022. Depuis, une période d'instabilité a été observée, avec des creux en février 2023 et en février 2024. Après une amélioration de deux points entre août et septembre 2024, le score du risque financier a connu une chute brutale, reculant de 6,8 points en octobre 2024.



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. Toutefois, en février 2023, la santé mentale des non-gestionnaires s'est détériorée sérieusement et depuis, ils présentent des scores plus faibles que ceux des gestionnaires. En octobre 2024, les scores de santé mentale des gestionnaires et des non-gestionnaires ont enregistré une baisse importante, les amenant à leur plus bas niveau depuis le lancement de l'ISM.



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 octobre 2024, le score de santé mentale des femmes se situe à 59,4 comparativement à 63,2 chez les hommes
- Depuis avril 2020, les scores de santé mentale s'améliorent avec l'âge. Cependant, en octobre, les scores de santé mentale des travailleurs de moins de 40 ans se sont améliorés ou n'ont pas connu de différence notable par rapport à septembre, tandis que les travailleurs de plus de 40 ans ont vu leurs scores de santé mentale diminuer
- 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 (59,1) que ceux qui n'en ont pas (62,5)
- Le score de santé mentale des travailleurs dont le revenu annuel du ménage est inférieur à 100 000 \$ a baissé de 2,4 points comparativement à une baisse de 4,0 points chez les travailleurs dont le revenu annuel du ménage est supérieur à 100 000 \$

Santé mentale par situation d'emploi.

- Dans l'ensemble, quatre pour cent des participants sont sans emploi¹ et 10 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 obtiennent le score de santé mentale le plus faible (49,2), suivis de ceux dont les heures de travail ont été réduites (55,3) depuis le mois précédent, puis de ceux présentement sans emploi (57,6) et de ceux dont le salaire ou les heures n'ont connu aucun changement (62,2)
- Les ouvriers affichent un score de santé mentale inférieur (59,7) à celui des travailleurs du secteur des services (61,0) et des travailleurs de bureau (62,3)
- Les gestionnaires ont un score de santé mentale supérieur (61,7) à celui des non-gestionnaires (61,1)
- Les répondants qui travaillent pour des entreprises comptant plus de 10 000 employés affichent le score de santé mentale le plus élevé (63,5)
- Les répondants qui travaillent pour des entreprises comptant entre 501 et 1000 employés affichent le score de santé mentale le plus faible (58,9)



Fonds d'urgence

- Les travailleurs qui n'ont pas de fonds d'urgence obtiennent de nouveau un score de santé mentale plus faible (48,2) que l'ensemble du groupe (67,4). Les travailleurs qui ont un fonds d'urgence obtiennent un score de santé mentale de 67,4

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 septembre et octobre 2024, le score de santé mentale a chuté dans toutes les provinces.

- Avec une perte significative de 3,8 points, les Maritimes affichent le score de santé mentale le plus faible (58,2)
- Malgré un recul marqué de 4,4 points, le Manitoba obtient le score de santé mentale le plus élevé (62,9)
- La Saskatchewan a connu la baisse la plus importante, soit 8,1 points comparativement à septembre 2024

Province/région	Octobre 2024	Septembre 2024	Variation
Alberta	60,8	63,1	-2,3
Québec	62,2	64,5	-2,3
Terre-Neuve-et-Labrador	58,4	60,9	-2,5
Colombie-Britannique	62,1	64,7	-2,6
Ontario	61,5	64,8	-3,3
Maritimes	58,2	62,0	-3,8
Manitoba	62,9	67,3	-4,4
Saskatchewan	60,3	68,4	-8,1

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	Oct. 2024	Sept. 2024
En emploi (aucun changement d'heures ou de salaire)	62,2	65,3
En emploi (moins d'heures que le mois dernier)	55,3	54,7
En emploi (salaire réduit par rapport au mois dernier)	49,2	53,6
Présentement sans emploi	57,6	62,5

Groupe d'âge	Oct. 2024	Sept. 2024
De 20 à 29 ans	54,3	52,3
De 30 à 39 ans	57,9	58,2
De 40 à 49 ans	58,6	62,5
De 50 à 59 ans	63,3	65,5
De 60 à 69 ans	70,8	72,3

Nombre d'enfants	Oct. 2024	Sept. 2024
Aucun	62,5	65,8
1 enfant	58,8	60,7
2 enfants	59,8	62,1
3 enfants ou plus	58,9	62,7

Sexe	Oct. 2024	Sept. 2024
Hommes	63,2	67,0
Femmes	59,4	62,0

Revenu du ménage / année	Oct. 2024	Sept. 2024
Moins de 30 k\$	51,8	53,4
De 30 k\$ à 60 k\$	57,0	59,0
De 60 k\$ à 100 k\$	60,5	62,9
De 100 k\$ à 150 k\$	63,8	67,5
150 k\$ ou plus	66,6	70,6

Taille de l'effectif	Oct. 2024	Sept. 2024
Travailleur autonome/ propriétaire unique	60,6	68,4
De 2 à 50 employés	59,9	64,5
De 51 à 100 employés	61,7	62,5
De 101 à 500 employés	61,3	63,4
De 501 à 1000 employés	58,9	62,0
De 1001 à 5 000 employés	63,4	66,5
De 5 001 à 10 000 employés	61,0	63,2
Plus de 10 000 employés	63,5	65,2

Gestionnaires	Oct. 2024	Sept. 2024
Gestionnaires	61,7	65,3
Non-gestionnaires	61,1	64,1

Environnement de travail	Oct. 2024	Sept. 2024
Secteur ouvrier	59,7	62,7
Bureau	62,3	65,4
Service	61,0	63,9

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 du secteur de la restauration affichent le score de santé mentale le plus bas (52,3), suivis de ceux du secteur de l'information et de la culture (56,2) et de ceux du secteur des arts, des spectacles et des loisirs (56,9).

Les travailleurs du secteur de la gestion de sociétés et d'entreprises (68,3), du secteur des services professionnels, scientifiques et techniques (67,1) et du secteur de l'entreposage (66,5) obtiennent les scores de santé mentale les plus élevés ce mois-ci.

En octobre, les secteurs où la santé mentale s'est détériorée le plus sont ceux de la restauration, de l'hébergement, de l'information et de la culture, ainsi que dans l'industrie automobile et l'administration publique.



Secteur d'activité	Octobre 2024	Septembre 2024	Variation
Entreposage	66,5	56,8	9,7
Autre	62,6	61,7	0,9
Services immobiliers, de location et de location à bail	61,6	62,4	-0,8
Services d'enseignement	65,0	65,9	-0,9
Gestion de sociétés et d'entreprises	68,3	69,8	-1,5
Technologie	60,8	62,5	-1,7
Services d'administration et de soutien	57,4	59,7	-2,3
Services professionnels, scientifiques et techniques	67,1	69,5	-2,4
Fabrication	63,5	66,1	-2,6
Soins de santé et assistance sociale	59,8	62,4	-2,6
Arts, spectacles et loisirs	56,9	59,9	-3,0
Transport	61,8	64,8	-3,0
Services publics	59,7	63,4	-3,7
Agriculture, foresterie, pêche et chasse	57,0	60,9	-3,9
Extraction minière, exploitation en carrière et extraction pétrolière et gazière	63,5	67,5	-4,0
Services financiers et assurances	62,0	66,1	-4,1
Commerce de détail	59,5	63,7	-4,2
Construction	61,5	65,9	-4,4
Autres services (sauf les administrations publiques)	59,5	64,1	-4,6
Médias et télécommunications	57,9	63,3	-5,4
Commerce de gros	57,7	64,1	-6,4
Administration publique	64,2	70,8	-6,6
Automobile	63,3	70,4	-7,1
Information et culture	56,2	64,3	-8,1
Hébergement	59,9	71,1	-11,2
Restauration	52,3	65,8	-13,5

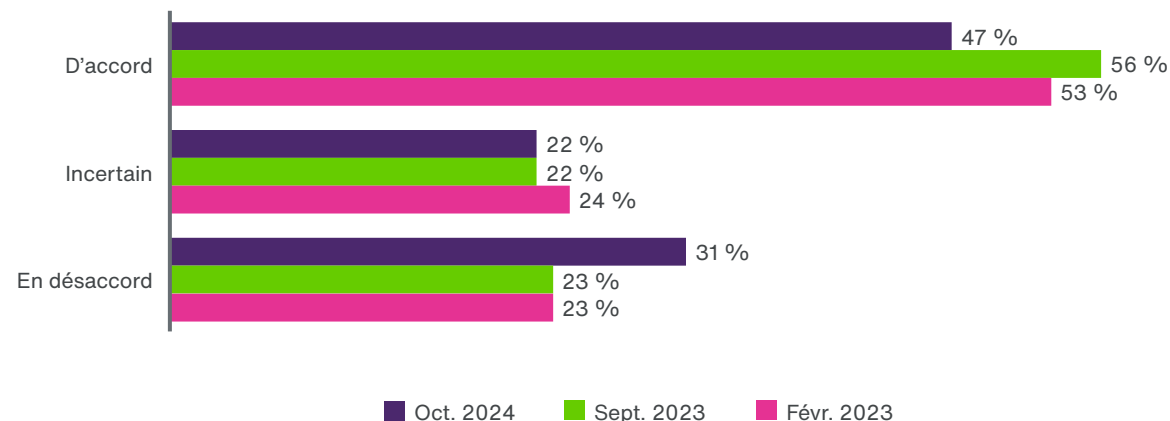
Pleins feux sur...

La perception de la situation financière.

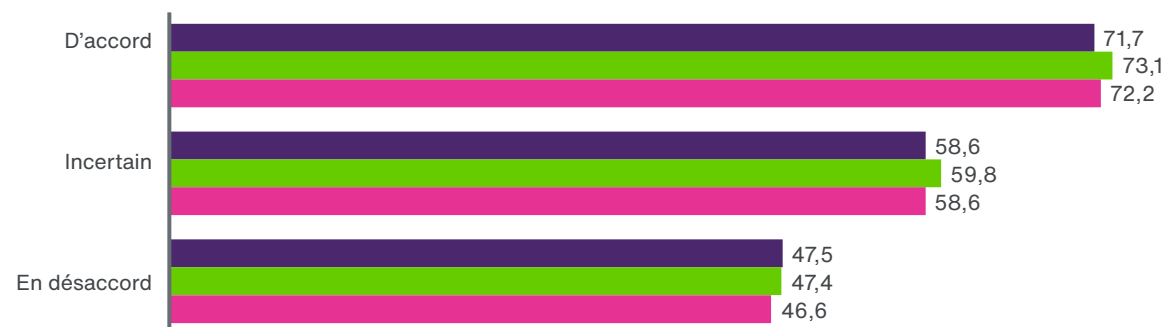
Moins de la moitié des travailleurs déclarent être dans une bonne situation financière; ce pourcentage a baissé de presque 10 pour cent depuis l'an dernier.

- Moins de travailleurs affirment être dans une bonne situation financière (47 pour cent) comparativement à septembre 2023 (56 pour cent) et à février 2023 (53 pour cent)
- Les 31 pour cent de travailleurs qui disent ne pas être dans une bonne situation financière ont le pire score de santé mentale (47,5), soit plus de 24 points en dessous de celui des travailleurs qui répondent être dans une bonne situation financière (71,7) et près de 14 points en dessous de la moyenne nationale (61,3)
- Les travailleurs sans fonds d'urgence sont 50 pour cent plus susceptibles que les travailleurs avec un fonds d'urgence de dire qu'ils ne sont pas dans une bonne situation financière
- Près de la moitié (47 pour cent) des travailleurs indiquent être dans une bonne situation financière; ce groupe affiche le meilleur score de santé mentale (71,7), soit plus de 10 points au-dessus de la moyenne nationale (61,3)
- Les travailleurs dont le revenu annuel du ménage est supérieur à 100 000 \$ sont 80 pour cent plus susceptibles que les travailleurs dont le revenu annuel du ménage est inférieur à 100 000 \$ de dire qu'ils sont dans une bonne situation financière

J'ai le sentiment d'être dans une bonne situation financière



Score de l'IMS selon l'énoncé « J'ai le sentiment d'être dans une bonne situation financière »

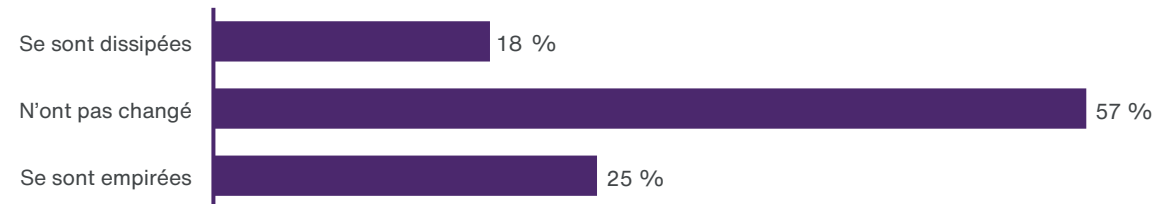


Un travailleur sur quatre signale que ses préoccupations concernant ses finances ou sa situation financière se sont empirées au cours de la dernière année.

- Près de trois travailleurs sur cinq (57 pour cent) répondent que leurs préoccupations au sujet de leurs finances ou de leur situation financière n'ont pas changé au cours de la dernière année; le score de santé mentale (65,5) de ce groupe est supérieur de plus de quatre points à la moyenne nationale (61,3)
- Les 18 pour cent de travailleurs ayant déclaré que leurs préoccupations au sujet de leurs finances ou de leur situation financière se sont dissipées au cours de la dernière année ont le meilleur score de santé mentale (67,9), soit près de sept points de plus que la moyenne nationale (61,3)
- Les travailleurs qui n'ont pas de fonds d'urgence sont 70 pour cent plus susceptibles que les travailleurs qui en ont un d'affirmer que leurs préoccupations financières ont empiré au cours de la dernière année
- Les travailleurs de moins de 40 ans sont 70 pour cent plus susceptibles que ceux de plus de 50 ans d'affirmer que leurs préoccupations au sujet de leurs finances ou de leur situation financière se sont dissipées au cours de la dernière année



Au cours de la dernière année, mes préoccupations au sujet de mes finances ou de ma situation financière...



- Le quart des travailleurs (25 pour cent) déclarent que leurs préoccupations concernant leurs finances ou leur situation financière ont empiré au cours de la dernière année; ce groupe affiche le pire score de santé mentale (46,6), soit plus de 21 points en dessous de celui des travailleurs faisant état d'une amélioration (67,9) et près de 15 points en dessous de la moyenne nationale (61,3)
- Les gestionnaires sont 60 pour cent plus susceptibles que les non-gestionnaires d'indiquer que leurs préoccupations au sujet de leurs finances ou leur situation financière se sont dissipées au cours de la dernière année



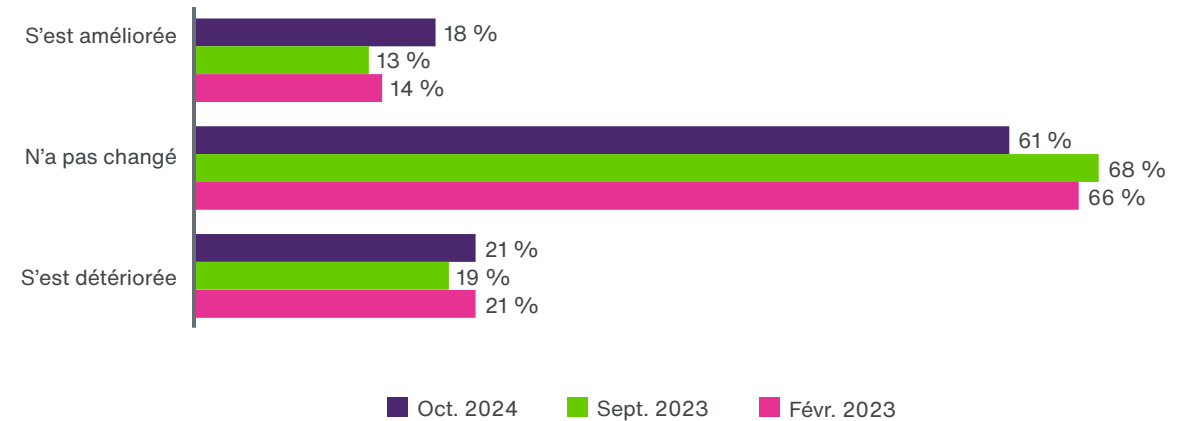
Score de l'ISM selon l'énoncé « Au cours de la dernière année, mes préoccupations au sujet de mes finances ou de ma situation financière... »



Plus d'un travailleur sur cinq signale une détérioration de sa situation financière au cours des trois derniers mois; les jeunes travailleurs (moins de 40 ans) et les gestionnaires sont plus susceptibles de faire état d'une amélioration de leur situation financière.

- Plus de trois travailleurs sur cinq (61 pour cent) affirment que leur situation financière n'a pas changé au cours des trois derniers mois; le score de santé mentale (64,5) de ce groupe est supérieur de plus de trois points à la moyenne nationale (61,3)
- Bien que les travailleurs soient plus nombreux à faire état d'une amélioration de leur situation financière par rapport à février 2023 et à septembre 2023, ils sont moins nombreux à penser qu'ils sont dans une bonne situation financière
- Près d'un travailleur sur cinq (18 pour cent) signale une amélioration de sa situation financière au cours des trois derniers mois; ce groupe affiche le meilleur score de santé mentale (67,8), soit plus de six points au-dessus de la moyenne nationale (61,3)

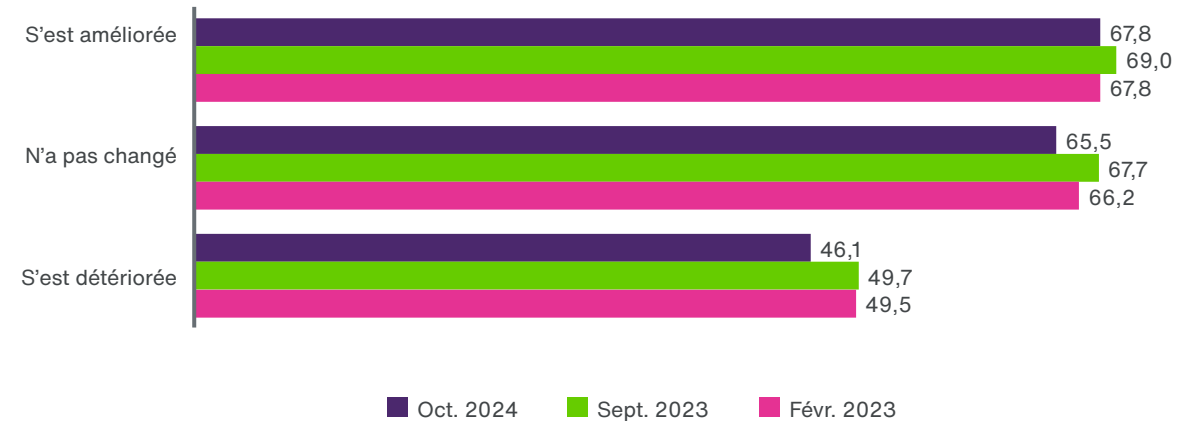
Au cours des trois derniers mois, ma situation financière...





- Plus d'un répondant sur cinq (21 pour cent) déclare que sa situation financière s'est détériorée au cours des trois derniers mois; ce groupe enregistre le pire score de santé mentale (46,1), soit près de 22 points en dessous de celui des travailleurs faisant état d'amélioration (67,8) et plus de 15 points en dessous de la moyenne nationale (61,3)
- Les travailleurs qui n'ont pas de fonds d'urgence sont 80 pour cent plus susceptibles que les travailleurs qui en ont un de signaler une détérioration de leur situation financière au cours des trois derniers mois
- Les travailleurs de moins de 40 ans sont 70 pour cent plus susceptibles que ceux de plus de 50 ans de constater une amélioration de leur situation financière au cours des trois derniers mois
- Les gestionnaires sont 60 pour cent plus susceptibles que les non-gestionnaires d'observer une amélioration de leur situation financière au cours des trois derniers mois

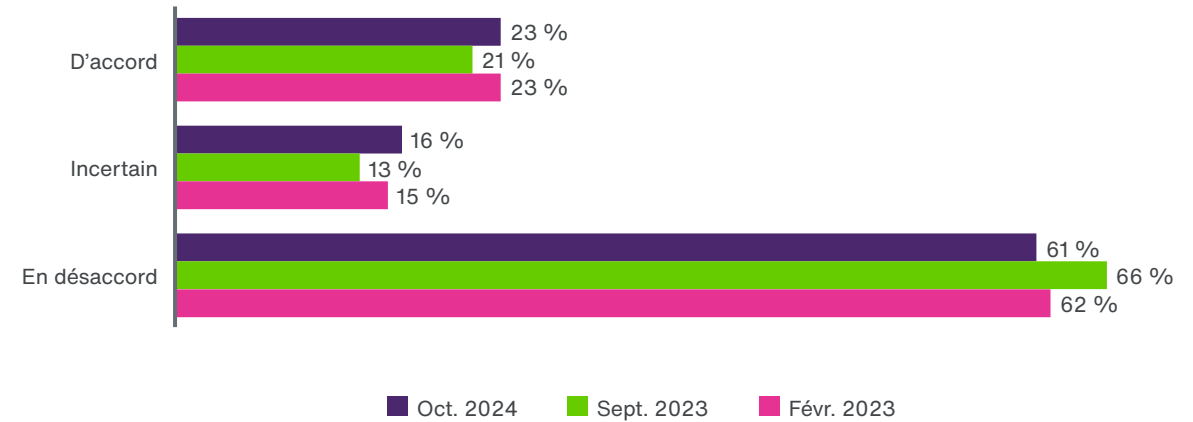
Score de l'ISM selon l'énoncé « Au cours des trois derniers mois, ma situation financière... »



Près du quart des travailleurs déclarent que leur situation financière a nui à leur productivité au cours des trois derniers mois.

- Plus de trois travailleurs sur cinq (61 pour cent) affirment que leur situation financière personnelle n'a pas eu d'impact négatif sur leur productivité au cours des trois derniers mois; ce groupe enregistre le meilleur score de santé mentale (69,7), soit plus de huit points au-dessus de la moyenne nationale (61,3)
- Près du quart (23 pour cent) disent que leur situation financière personnelle a eu un impact négatif sur leur productivité au cours des trois derniers mois; ce groupe a le pire score de santé mentale (46,1), soit près de 24 points en dessous de celui des travailleurs qui ne sont pas d'accord avec l'énoncé (69,7), et plus de 15 points en dessous de la moyenne nationale (61,3)
- Les travailleurs sans fonds d'urgence sont cinq fois plus susceptibles que les travailleurs qui en ont un d'affirmer que leur situation financière a eu un impact négatif sur leur productivité au cours des trois derniers mois
- Les travailleurs de moins de 40 ans sont plus de trois fois plus susceptibles que les travailleurs de plus de 50 ans de dire que leur situation financière a eu un impact négatif sur leur productivité au cours des trois derniers mois
- Les parents sont 50 pour cent plus susceptibles que les personnes sans enfant de déclarer que leur situation financière a eu un impact négatif sur leur productivité au cours des trois derniers mois

Au cours des trois derniers mois, ma situation financière personnelle a eu un impact négatif sur ma productivité au travail



Score de l'ISM selon l'énoncé « Au cours des trois derniers mois, ma situation financière personnelle a eu un impact négatif sur ma productivité au travail »

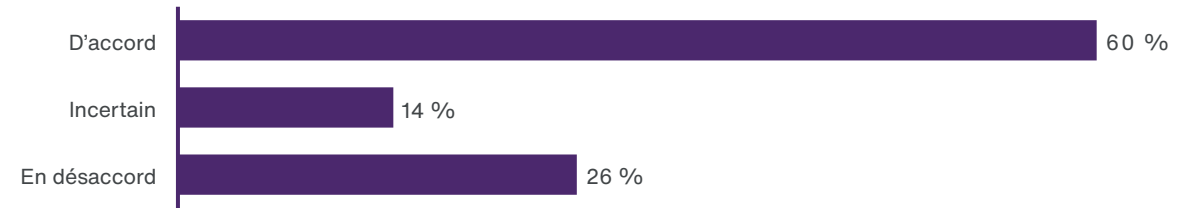


Trois travailleurs sur cinq estiment que les pressions liées au coût de la vie ont nui à leur bien-être financier.

- Trois travailleurs sur cinq (60 pour cent) affirment que les pressions liées au coût de la vie ont nui à leur bien-être financier. Ce groupe affiche le pire score de santé mentale (53,7), soit près de 24 points en dessous de celui des travailleurs qui sont en mesure de préserver leur bien être financier malgré les pressions liées au coût de la vie (77,3) et près de huit points en dessous de la moyenne nationale (61,3)
- Les travailleurs qui n'ont pas de fonds d'urgence sont 50 pour cent plus susceptibles que ceux qui en ont un de ressentir les pressions liées au coût de la vie sur leur bien-être financier
- Plus du quart (26 pour cent) des répondants arrivent à préserver leur bien-être financier malgré les pressions liées au coût de la vie; ce groupe enregistre le meilleur score en santé mentale (77,3), soit 16 points au-dessus de la moyenne nationale (61,3)
- Les travailleurs de plus de 50 ans sont deux fois plus susceptibles que ceux de moins de 40 ans de dire que les pressions exercées par le coût de la vie n'ont pas nui à leur bien-être financier
- Les personnes sans enfant sont 50 pour cent plus susceptibles que les parents de dire que les pressions liées au coût de la vie n'ont pas nui à leur bien-être financier



Au cours des trois derniers mois, les pressions liées au coût de la vie ont nui à mon bien-être financier



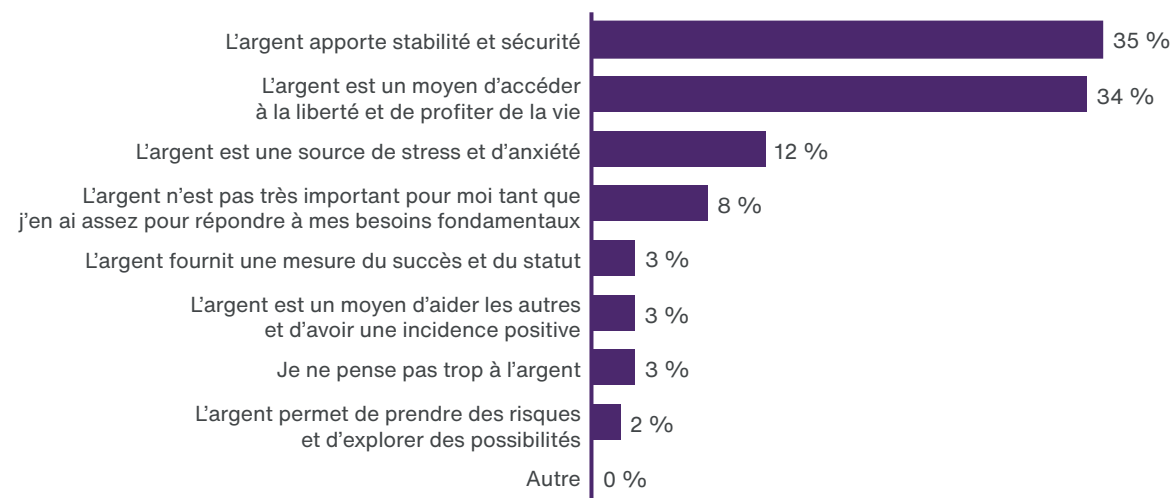
Score de l'ISM selon l'énoncé « Au cours des trois derniers mois, les pressions liées au coût de la vie ont nui à mon bien-être financier »



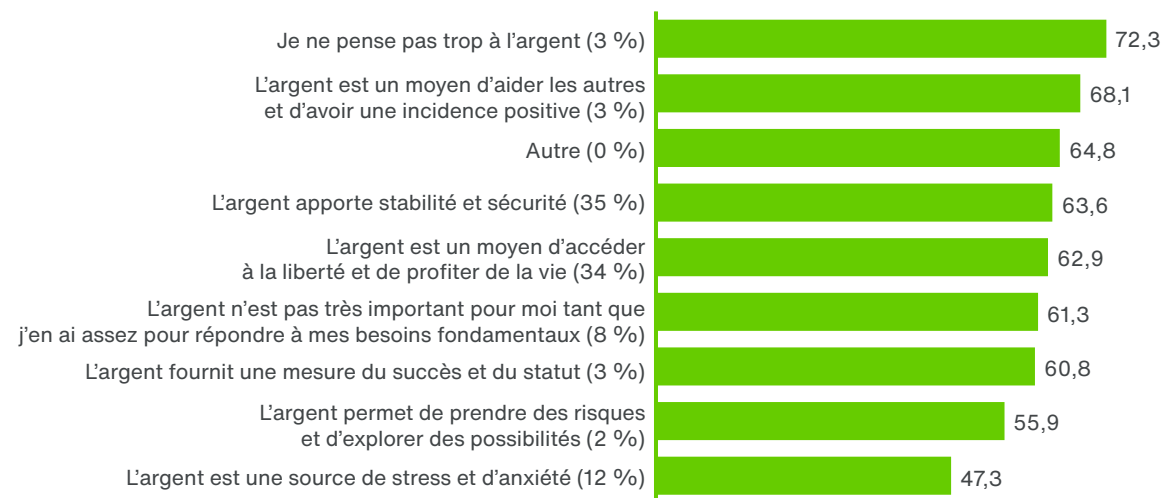
Les jeunes travailleurs (moins de 40 ans), les parents et les travailleurs sans fonds d'urgence sont plus susceptibles de percevoir l'argent comme une source de stress et d'anxiété.

- Plus du tiers (35 pour cent) des travailleurs considèrent que l'argent est une source de stabilité et de sécurité, et 34 pour cent perçoivent l'argent comme un moyen d'accéder à la liberté et de profiter de la vie
- Les 12 pour cent de travailleurs qui voient l'argent comme une source de stress et d'anxiété ont le pire score de santé mentale (47,3), soit 14 points en dessous de la moyenne nationale (61,3)
- Les travailleurs sans fonds d'urgence sont près de deux fois plus susceptibles que les travailleurs qui en ont un de percevoir l'argent comme une source de stress et d'anxiété
- Les travailleurs de moins de 40 ans sont 60 pour cent plus susceptibles que ceux de plus de 50 ans de percevoir l'argent comme une source de stress et d'anxiété
- Les parents sont 50 pour cent plus susceptibles que les personnes sans enfant de percevoir l'argent comme une source de stress et d'anxiété

Lequel des énoncés suivants décrit le mieux votre perception générale de l'argent?



Score de l'ISM selon la question « Lequel des énoncés suivants décrit le mieux votre perception générale de l'argent? »



Anxiété financière

Plus des trois quarts des travailleurs sont anxieux au sujet de leur situation financière.

- Deux travailleurs sur cinq (40 pour cent) se sentent toujours ou souvent inquiets ou anxieux à propos de leur situation financière; ce groupe enregistre le pire score de santé mentale (49,6), soit plus de 33 points en dessous de celui des travailleurs qui se sentent rarement ou jamais inquiets ou anxieux au sujet de leur situation financière (80,1) et plus de 14 points en dessous de la moyenne nationale (61,3)
- Les travailleurs sans fonds d'urgence sont deux fois plus susceptibles que ceux qui disposent d'un fonds d'urgence de se sentir toujours ou souvent inquiets ou anxieux au sujet de leur situation financière
- Les travailleurs de moins de 40 ans sont 80 pour cent plus susceptibles que les travailleurs de plus de 50 ans de se sentir toujours ou souvent inquiets ou anxieux au sujet de leur situation financière



À quelle fréquence vous sentez-vous inquiet ou anxieux au sujet de votre situation financière?



- Les travailleurs dont le revenu annuel du ménage est inférieur à 100 000 \$ sont 60 pour cent plus susceptibles que les travailleurs dont le revenu annuel du ménage est supérieur à 100 000 \$ de se sentir toujours ou souvent inquiets ou anxieux au sujet de leur situation financière
- Près du quart des répondants (24 pour cent) se sentent rarement ou jamais inquiets ou anxieux au sujet de leur situation financière; ce groupe a le meilleur score de santé mentale (80,1), soit près de 19 points au-dessus de la moyenne nationale (61,3)
- Les personnes sans enfant sont 60 pour cent plus susceptibles que les parents de se sentir rarement ou jamais inquiètes ou anxieuses au sujet de leur situation financière

Score de l'ISM selon la question « À quelle fréquence vous sentez-vous inquiet ou anxieux au sujet de votre situation financière? »

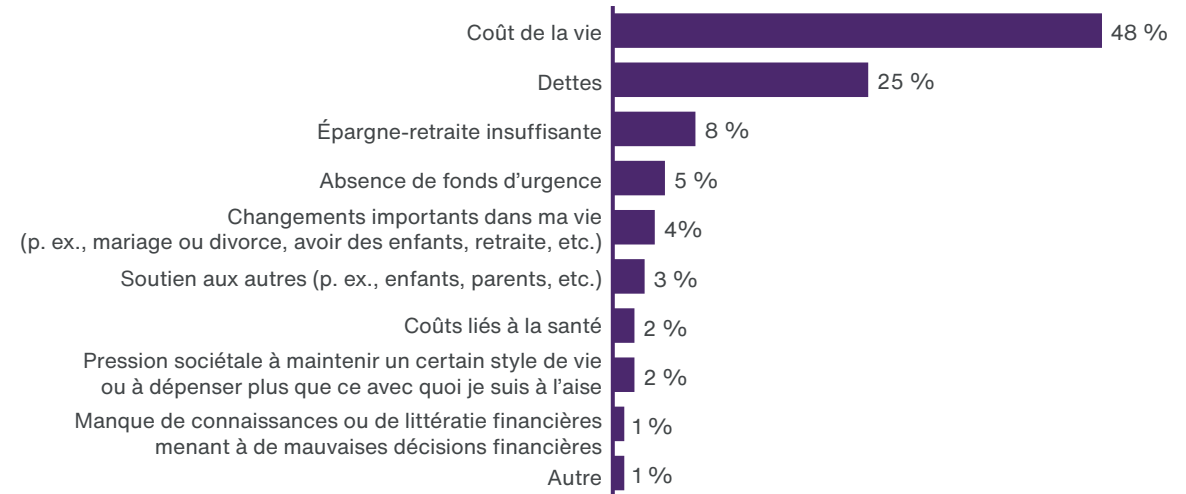


Le coût de la vie et l'endettement contribuent à l'anxiété financière.

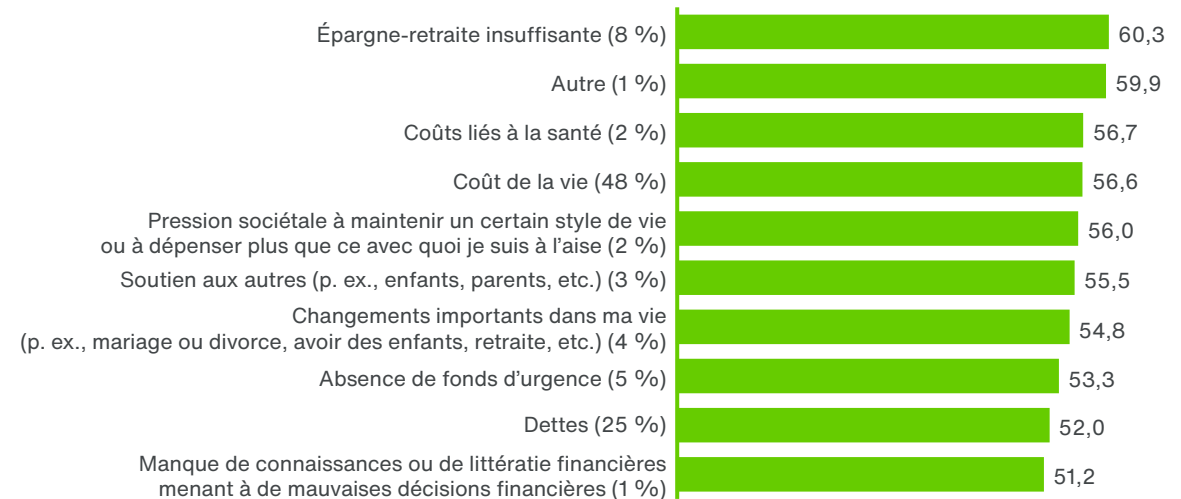
- Parmi les travailleurs qui se sentent anxieux à l'égard de leur avenir financier, près de la moitié (48 pour cent) déclarent que le coût de la vie leur cause le plus d'anxiété financière, 25 pour cent disent que leurs dettes leur causent le plus d'anxiété financière et huit pour cent répondent qu'une épargne-retraite insuffisante leur cause le plus d'anxiété financière
- Les travailleurs de plus de 50 ans et les personnes sans enfant sont plus susceptibles de dire qu'une épargne-retraite insuffisante leur cause le plus d'anxiété financière



Lequel des aspects suivants vous cause le plus d'anxiété financière?



Score de l'ISM selon la question « Lequel des aspects suivants vous cause le plus d'anxiété financière? »



Dettes

Les deux tiers des travailleurs ont des dettes; les travailleurs dont le revenu annuel du ménage est inférieur à 100 000 \$ et ceux qui n'ont pas de fonds d'urgence sont plus susceptibles d'avoir des dettes importantes.

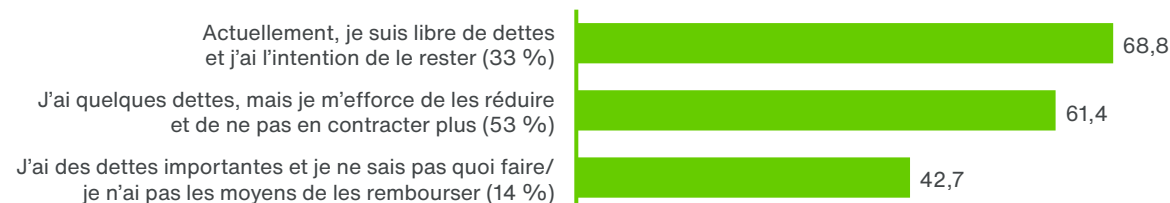
- Plus de la moitié (53 pour cent) des travailleurs ont des dettes et s'efforcent de les réduire; ce groupe affiche un score de santé mentale (61,4) qui correspond à la moyenne nationale (61,3)
- Le tiers des travailleurs sont libres de dettes et ont l'intention de le rester; ce groupe a le meilleur score de santé mentale (68,8), soit plus de sept points au-dessus de la moyenne nationale (61,3)
- Les personnes sans enfant sont 60 pour cent plus susceptibles que les parents à ne pas avoir de dettes
- Les 14 pour cent de travailleurs qui ont des dettes importantes et ne savent pas quoi faire ou n'ont pas les moyens de les rembourser ont le pire score de santé mentale (42,7), soit plus de 26 points de moins que les travailleurs libres de dettes (68,8) et près de 19 points en dessous de la moyenne nationale (61,3)
- Les travailleurs sans fonds d'urgence sont deux fois plus susceptibles d'avoir des dettes importantes que ceux qui disposent d'un fonds d'urgence
- Les travailleurs dont le revenu annuel du ménage est inférieur à 100 000 \$ sont 70 pour cent plus susceptibles que ceux dont le revenu annuel du ménage est supérieur à 100 000 \$ d'avoir des dettes importantes



Quel énoncé décrit le mieux le niveau de votre dette financière?



Score de l'ISM selon la question « Quel énoncé décrit le mieux le niveau de votre dette financière? »

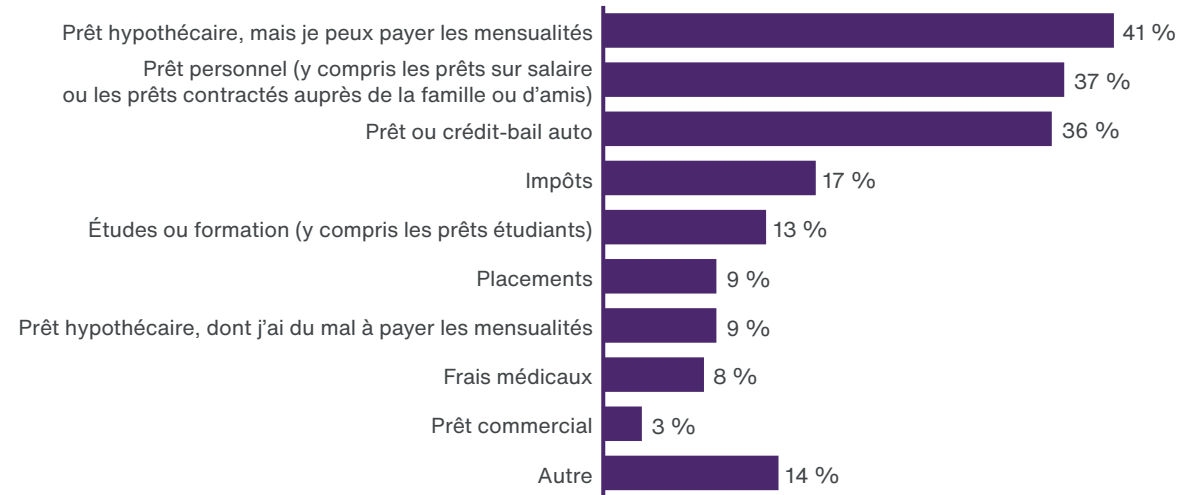


Les prêts hypothécaires, les prêts personnels et les prêts-auto sont les principales sources d'endettement des travailleurs canadiens.

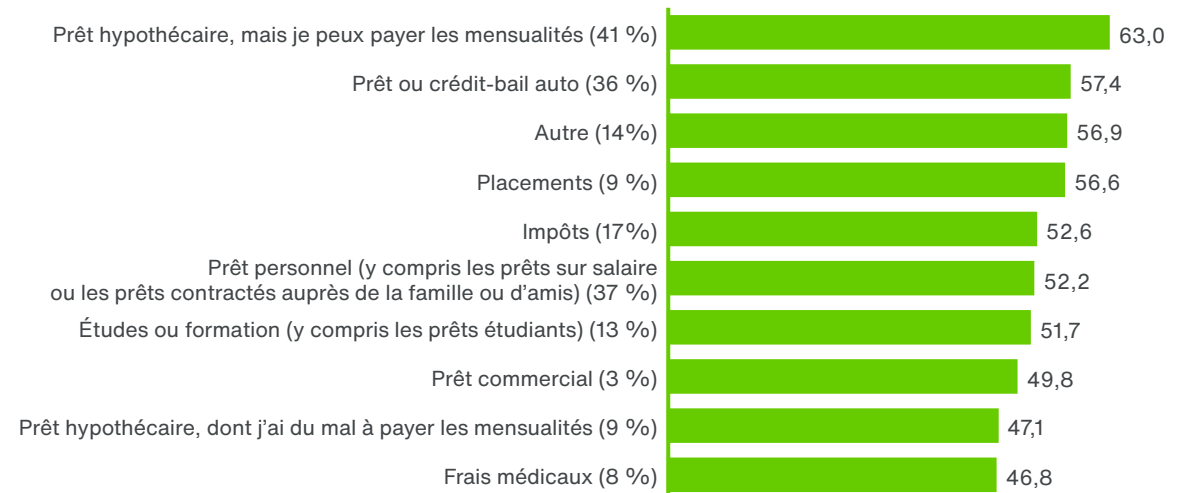
- La moitié des travailleurs (50 pour cent) disant avoir des dettes ont un prêt hypothécaire; 41 pour cent de ceux-ci sont en mesure de payer leurs mensualités, mais neuf pour cent ont du mal à le faire. Trente-sept pour cent des travailleurs endettés ont un prêt personnel, 36 pour cent ont un prêt ou un crédit-bail auto, 17 pour cent doivent de l'impôt et 13 pour cent ont un prêt d'études ou de formation
- Les huit pour cent des travailleurs endettés en raison de frais médicaux affichent le pire score de santé mentale (46,8), soit plus de 14 points en dessous de la moyenne nationale (61,3)



Quelle est votre plus grande source de stress en ce moment?



Score de l'ISM selon la question « Quelle est votre plus grande source de stress en ce moment? »



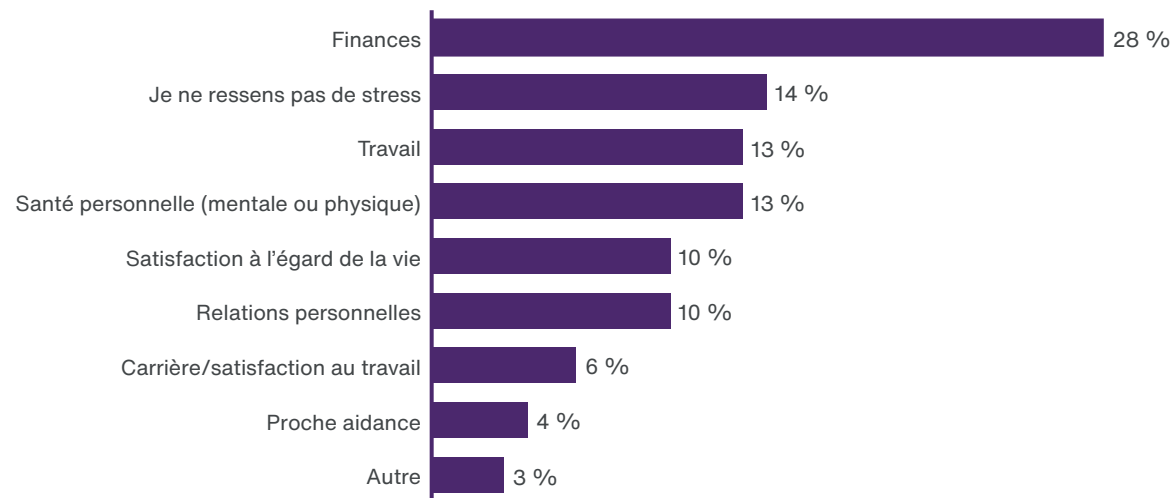
Stress

Plus du quart des travailleurs considèrent leurs finances comme leur plus grande source de stress; les parents sont les plus nombreux à identifier leurs finances comme leur principal facteur de stress.

- Plus du quart des travailleurs (28 pour cent) désignent leurs finances comme leur plus grande source de stress. Treize pour cent des répondants indiquent que c'est le travail et un autre 13 pour cent, la santé personnelle (mentale ou physique). Chez 10 pour cent des travailleurs, la satisfaction à l'égard de la vie leur cause le plus de stress, et chez un autre 10 pour cent, les relations personnelles
- Les personnes sans enfant sont 50 pour cent plus susceptibles que les parents d'indiquer que leur santé personnelle est leur plus grande source de stress.
- Les parents sont 40 pour cent plus nombreux que les personnes sans enfant à dire que leurs finances sont leur plus grande source de stress



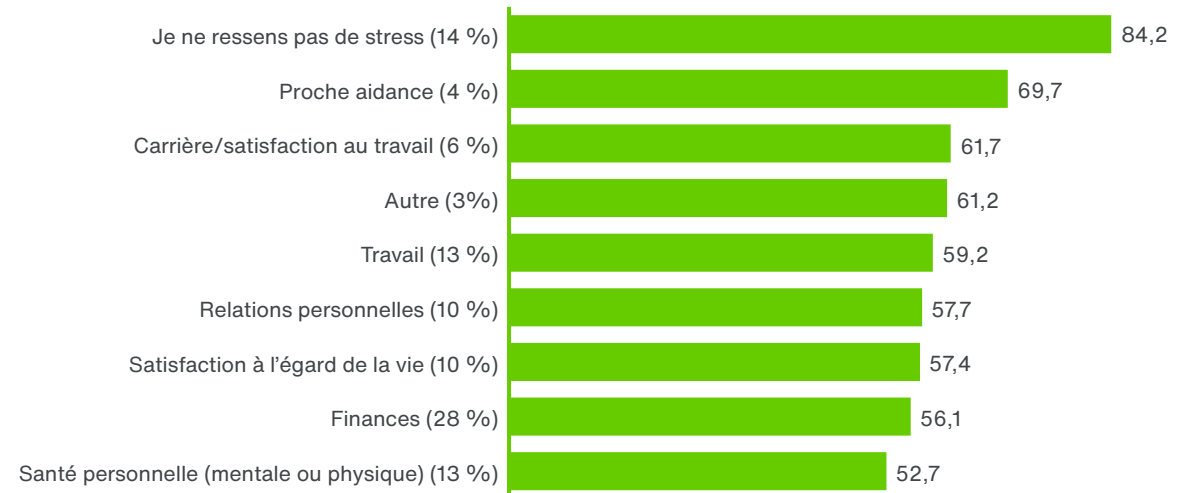
Quelle est votre plus grande source de stress en ce moment?



- Les 13 pour cent de travailleurs qui voient leur santé personnelle (mentale ou physique) comme leur plus grande source de stress obtiennent le pire score de santé mentale (52,7), soit plus de 31 points en dessous de celui des travailleurs qui ne ressentent pas de stress (84,2) et près de neuf points en dessous de la moyenne nationale (61,3)
- Un répondant sur sept (14 pour cent) déclare ne pas ressentir de stress; ce groupe a le meilleur score de santé mentale (84,2), soit 23 points au-dessus de la moyenne nationale (61,3)
- Les travailleurs qui ont un fonds d'urgence sont quatre fois plus susceptibles que ceux qui n'en ont pas d'affirmer ne pas ressentir de stress
- Les travailleurs de plus de 50 ans sont près de trois fois plus susceptibles que les travailleurs de moins de 40 ans de déclarer ne pas ressentir de stress



Score de l'ISM selon la question « Quelle est votre plus grande source de stress en ce moment? »



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 selon leur représentativité sur le plan de l'âge, du sexe, du secteur d'activité et de la répartition géographique au Canada. On leur a demandé de répondre à chaque question en pensant aux deux semaines précédentes. Les données ayant servi à préparer le présent rapport ont été recueillies entre le 15 et le 28 octobre 2024.

Calculs

Afin de créer l'Indice de santé mentale, la première étape a consisté à établir un système de notation convertissant les réponses individuelles à chaque question en valeur ponctuelle. 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

