



Indice de santé mentale TELUS.

Canada | Août 2023

Table des matières

1. Ce que vous devez retenir pour août 2023.....	3
2. Indice de santé mentale	5
Risque pour la santé mentale	6
Scores secondaires de l'Indice de santé mentale ...	7
Anxiété	8
Isolement	9
Productivité	10
Questionnaires et non-questionnaires.....	11
Santé mentale par sexe et par âge	12
Santé mentale par situation d'emploi.....	12
Fonds d'urgence	12
3. Indice de santé mentale par province	13
4. Indice de santé mentale par secteur d'activité.....	15
5. Pleins feux sur	16
Soutien en santé mentale	16
Programme d'aide aux employés (et à la famille) (PAE/PAEF)	17
Aidants naturels.....	20
Vacances	24
6. Aperçu de l'Indice de santé mentale TELUS.....	30
Méthodologie	30
Calculs	30
Données et analyses supplémentaires	30

Ce que vous devez retenir pour août 2023.

1. Après avoir atteint un sommet en juillet, le score de santé mentale des travailleurs canadiens a subi une baisse en août 2023.

- S'établissant à 64,6, le score de santé mentale des travailleurs canadiens a perdu plus d'un demi-point par rapport au mois précédent
- 33 pour cent des travailleurs présentent un risque élevé de problème de santé mentale, 43 pour cent présentent un risque modéré et 24 pour cent ont un faible risque d'éprouver un problème de santé mentale
- Tous les scores secondaires de santé mentale ont baissé entre juillet et août, et l'anxiété et l'isolement restent les plus bas pour le 16^e mois consécutif
- Par rapport à juillet 2023, les scores de santé mentale ont diminué en Alberta, au Manitoba, en Ontario et au Québec, tandis qu'ils ont augmenté dans les autres provinces
- Les gestionnaires continuent d'afficher un score de santé mentale plus élevé que celui des non-gestionnaires et que la moyenne nationale
- Les ouvriers affichent un score de santé mentale plus bas (62,4) que celui des travailleurs de bureau (64,9) et des travailleurs du secteur des services (65,3)

2. Le tiers des travailleurs indique que le coût est un obstacle qui les empêche d'obtenir un soutien en santé mentale.

- Les travailleurs de moins de 40 ans et les parents sont plus nombreux à considérer que le coût est une barrière à l'obtention d'un soutien en santé mentale
- 16 pour cent affirment que le manque de soins disponibles et les longs délais sont un obstacle
- 12 pour cent ne savent pas où obtenir de l'aide
- Les scores de santé mentale des travailleurs qui mentionnent le coût ou l'abordabilité comme obstacle à l'obtention d'un soutien en santé mentale sont inférieurs de plus de 23 points à ceux des travailleurs qui ne signalent aucun obstacle ou qui n'ont pas besoin de soutien



des personnes qui savent ce qu'est un programme d'aide aux employés **l'utiliseraient en cas de nécessité**



ne savent pas ce qu'est un programme d'aide aux employés



déclarent que **le coût est un obstacle** à l'obtention d'un soutien en santé mentale



des aidants naturels **signalent des problèmes de santé mentale**



croient que les appels liés au travail pendant les vacances ne sont jamais nécessaires

3. 40 pour cent des travailleurs ne savent pas ce qu'est un programme d'aide aux employés (PAE) et 26 pour cent en ont entendu parler, mais ne savent pas ce qu'il offre.

- 37 pour cent des travailleurs pensent avoir accès à un PAE. Ce groupe obtient un score de santé mentale qui est supérieur à la moyenne nationale et au score des répondants qui ne savent pas ce qu'est un PAE
- 64 pour cent des travailleurs qui savent ce qu'est un PAE et ce qu'il comprend l'utiliseraient, soit 10 pour cent de plus que les 54 pour cent de travailleurs qui ont entendu parler du PAE, mais qui ne savent pas ce qu'il comprend
- Parmi les travailleurs qui n'auraient pas recours au PAE ou qui ne savent pas s'ils l'utiliseraient, 34 pour cent indiquent qu'ils ne savent pas ce qu'il comprend, 27 pour cent sont préoccupés par le coût, 23 pour cent sont préoccupés par la confidentialité et 21 pour cent ne savent pas comment accéder au service

4. Les aidants naturels ont une moins bonne santé mentale et une productivité réduite, mais ils font preuve d'un plus grand optimisme.

- 15 pour cent des travailleurs sont des aidants naturels d'enfants ou d'adultes ayant des besoins particuliers ou ayant besoin de soutien
- 50 pour cent des aidants naturels font état de fatigue ou d'épuisement
- 31 pour cent des aidants naturels font état de difficultés financières
- 27 pour cent des aidants naturels signalent des problèmes de santé mentale
- Un horaire de travail flexible, un régime de soins médicaux pour la personne dont ils s'occupent et un soutien en santé mentale sont les aspects qui aident ou aideraient le plus les aidants naturels

5. Plus de la moitié des travailleurs affirment qu'on les a déjà appelés pour régler des problèmes au travail pendant leurs vacances.

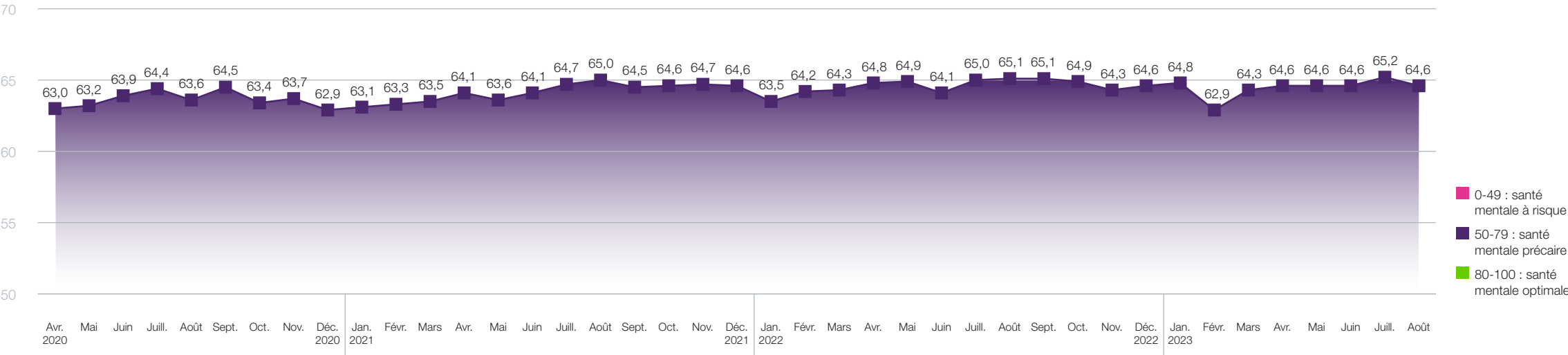
- 52 pour cent pensent que de tels appels sont parfois nécessaires, en fonction de la situation, 22 pour cent croient que ces appels sont appropriés et qu'ils peuvent les gérer et 26 pour cent pensent qu'ils ne sont jamais nécessaires, peu importe la situation
- Les travailleurs de plus de 50 ans sont 70 pour cent plus susceptibles que les travailleurs de moins de 40 ans de penser que ces appels sont appropriés, tandis que les non-gestionnaires sont 50 pour cent plus susceptibles que les gestionnaires de penser qu'ils ne sont jamais nécessaires, peu importe la situation
- 40 pour cent des travailleurs pensent que des vacances d'une semaine sont la formule la plus utile pour refaire le plein d'énergie; 35 pour cent pensent que des vacances de deux semaines ou plus sont plus utiles
- Près de la moitié des répondants (48 pour cent) indiquent que leur organisation a une politique officielle pour s'assurer que les employés prennent des congés payés/vacances. Le score de santé mentale de ce groupe est plus élevé que celui des travailleurs dont l'employeur n'a aucune politique de ce genre

¹ Trente-sept pour cent des employés pensent avoir un PAE, malgré le fait que 79 pour cent des employeurs canadiens en offrent un (*Mental health and substance use disorder benefits: Survey results 2021*. Auteur : Held, J. International Foundation of Employee Benefit Plans. 2021); le PAE est un service confidentiel et facultatif qui propose une gamme de services de counseling et d'autres formes de soutien et qui est mis gratuitement à la disposition des employés et des membres de leur famille immédiate.

Indice de santé mentale.

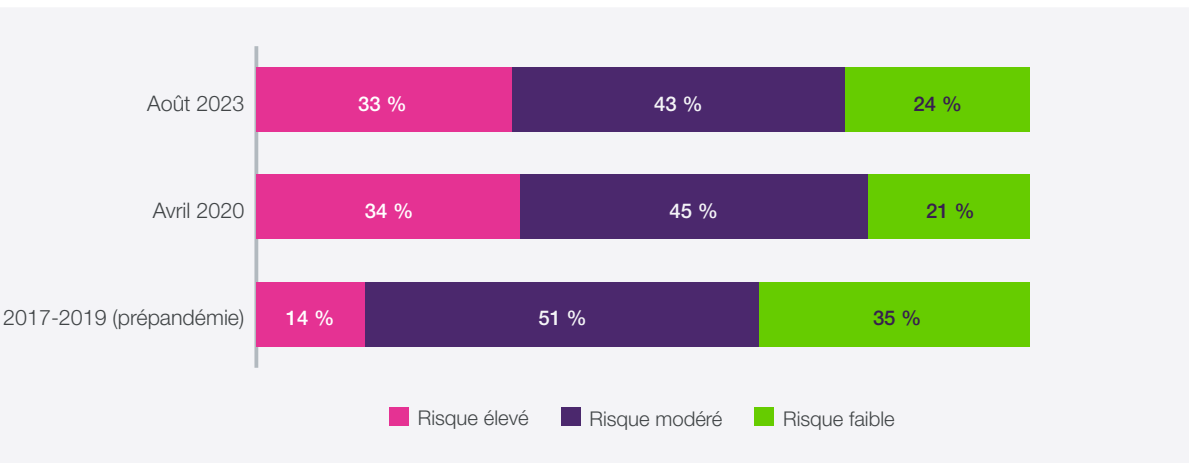
L'Indice de santé mentale (ISM) global pour août 2023 s'établit à 64,6. Le score de santé mentale des travailleurs au Canada a baissé de 0,6 point, revenant au niveau observé entre avril et juin 2023.

ISM : mois actuel Août 2023	Juillet 2023
64,6	65,2



Risque pour la santé mentale.

En août 2023, 33 pour cent des travailleurs canadiens présentent un risque élevé de problème de santé mentale, 43 pour cent présentent un risque modéré et 24 pour cent ont un faible risque d’éprouver un problème de santé mentale. Plus de trois ans après le lancement de l’Indice en avril 2020, il n’y a pratiquement pas eu de réduction (un pour cent) des travailleurs à risque élevé et il y a eu une augmentation de trois pour cent des travailleurs à faible risque.



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.

Depuis plus d'un an, l'anxiété (58,2) demeure le score secondaire de l'Indice de santé mentale le plus faible. Il est suivi des scores secondaires liés à l'isolement (60,6), à la dépression (63,3), à la productivité (63,6), à l'optimisme (66,1) et au risque financier (68,1). La santé psychologique générale (72,1) demeure le score de santé mentale le plus favorable en août 2023.

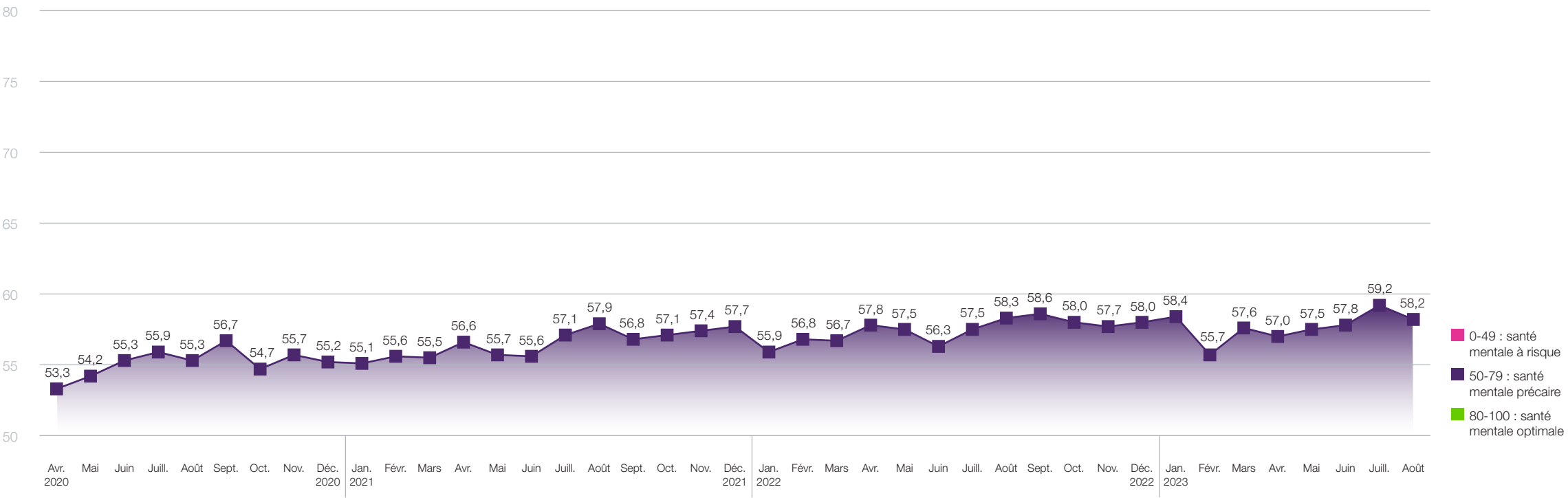
- Pour le seizième mois consécutif, l'anxiété et l'isolement correspondent aux scores secondaires de santé mentale les plus bas
- Tous les scores secondaires de santé mentale ont diminué par rapport au mois précédent
- C'est le score lié au risque financier qui a subi la plus forte baisse (1,7 point) par rapport à juillet 2023

Scores secondaires de l'Indice de santé mentale	Août 2023	Juillet 2023
Anxiété	58,2	59,2
Isolement	60,6	60,9
Dépression	63,3	63,6
Productivité	63,6	63,7
Optimisme	66,1	66,5
Risque financier	68,1	69,8
Santé psychologique	72,1	72,5



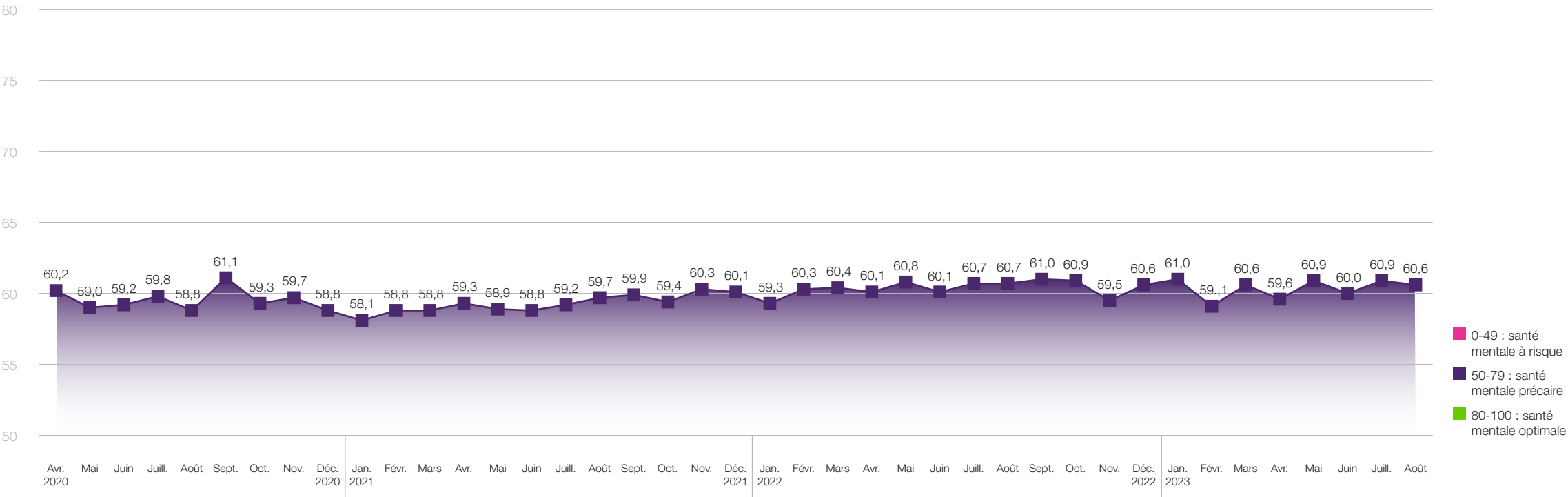
Anxiété

Le score secondaire relatif à l'anxiété a fluctué depuis le lancement de l'Indice en avril 2020, bien qu'il y ait une tendance générale à l'amélioration. En juillet 2023, le score relatif à l'anxiété (59,2) a atteint un sommet, même s'il s'agissait du score secondaire le plus faible. En août 2023, il a reculé d'un point et il demeure le plus bas de tous les scores secondaires de santé mentale pour le 16^e mois consécutif.



Isolement

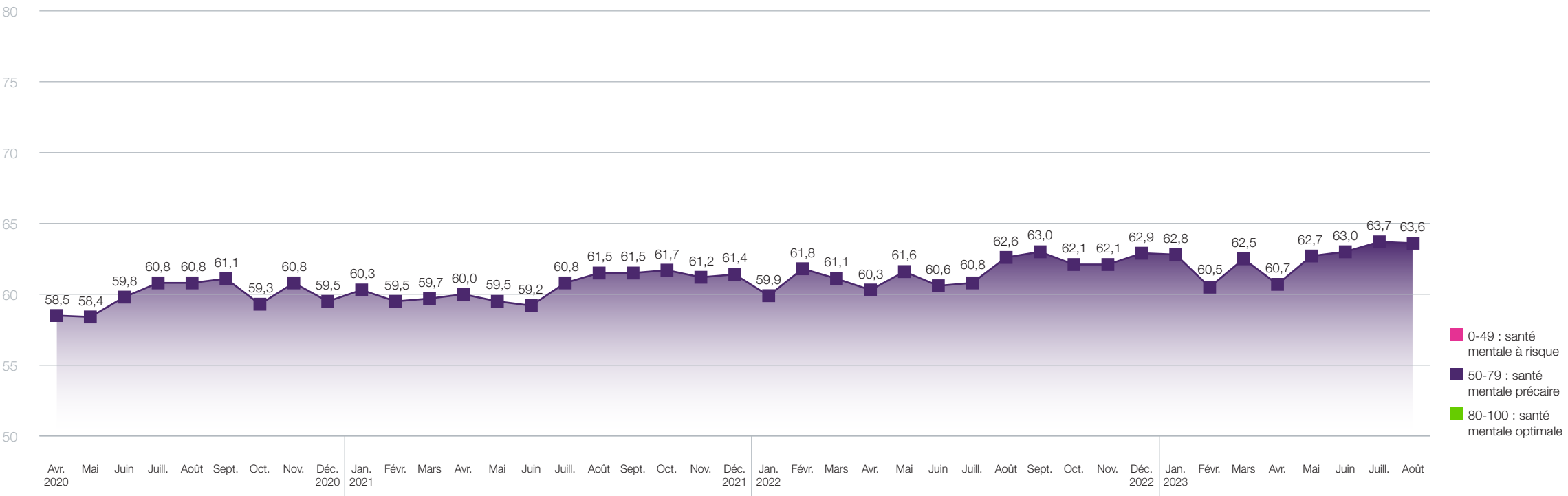
Après avoir atteint son point le plus bas en janvier 2021, le score secondaire lié à l'isolement a progressivement augmenté jusqu'en septembre 2022. Depuis, les scores relatifs à l'isolement ont fluctué, accusant des baisses marquées, suivies de fortes augmentations. En août 2023, le score lié à l'isolement a glissé, passant de 60,9 à 60,6.



Productivité

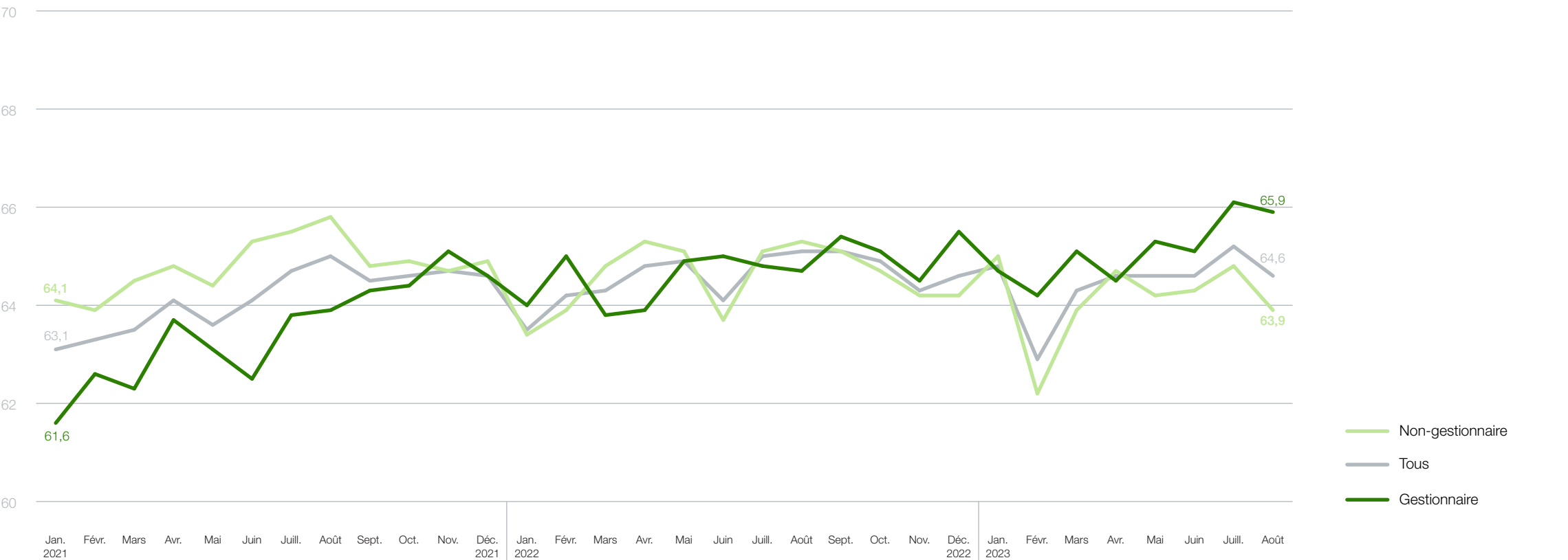
Le score secondaire relatif à la productivité mesure l'incidence négative de la santé mentale sur la productivité et l'atteinte des objectifs professionnels.

Dans l'ensemble, l'incidence de la santé mentale sur la productivité diminue lentement depuis la pandémie. Le score relatif à la productivité a atteint son maximum en juillet 2023, mais il a connu une baisse en août, à l'instar des autres scores secondaires.



Gestionnaires et non-gestionnaires.

De janvier à octobre 2021, les scores de santé mentale des gestionnaires étaient plus faibles que ceux des non-gestionnaires et inférieurs à la moyenne canadienne. De novembre 2021 à janvier 2023, les gestionnaires et les non-gestionnaires ont obtenu des scores de santé mentale similaires; toutefois, en février 2023, on a observé une forte baisse des scores de santé mentale des non-gestionnaires. Depuis février 2023, les scores de santé mentale des gestionnaires sont généralement plus élevés que ceux des non-gestionnaires. En août 2023, les scores de santé mentale des gestionnaires et des non-gestionnaires ont diminué par rapport au mois précédent.



Santé mentale par sexe et par âge.

- Depuis le lancement de l'ISM, le score de santé mentale des femmes est beaucoup plus bas que celui des hommes. En août 2023, le score de santé mentale des femmes se situe à 62,1 comparativement à 66,7 pour 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 enfants depuis le lancement de l'Indice, en avril 2020. Plus de trois ans plus tard, ce phénomène se poursuit alors que les travailleurs qui ont au moins un enfant obtiennent un score plus bas (62,1) que ceux qui n'en ont pas (65,7)

Santé mentale par situation d'emploi.

- Dans l'ensemble, quatre pour cent des participants sont sans emploi² et huit pour cent signalent une réduction de leur salaire ou de leurs heures de travail.
- Les participants dont le salaire a été réduit par rapport au mois précédent ont le plus faible score de santé mentale (52,1), suivis de ceux dont les heures ont été réduites (55,4), de ceux présentement sans emploi (63,3) et de ceux dont le salaire ou les heures n'ont connu aucun changement (65,5).
- Les gestionnaires ont un score de santé mentale supérieur (65,9) à celui des non-gestionnaires (63,9).
- Les ouvriers affichent un score de santé mentale plus bas (62,4) que les travailleurs de bureau (64,9) et les travailleurs du secteur des services (65,3).
- Les participants qui se décrivent comme travailleurs autonomes ou propriétaires uniques ont le score de santé mentale le plus élevé (66,5).
- Ce sont les répondants travaillant pour une entreprise ayant entre 51 et 100 employés qui affichent le score de santé mentale le plus bas (61,4).



Fonds d'urgence

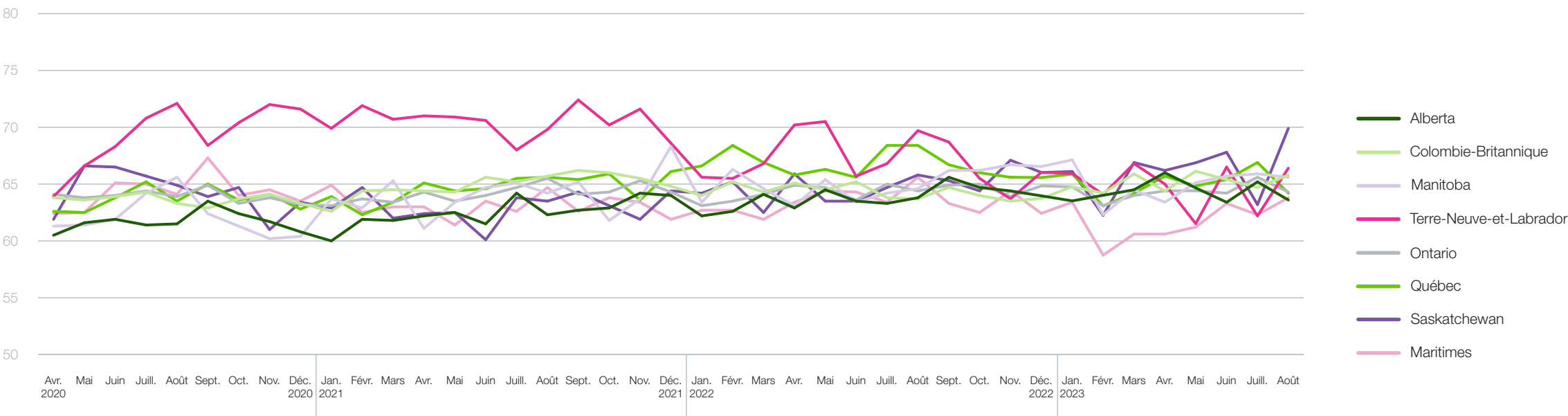
- Les travailleurs qui n'ont pas de fonds d'urgence obtiennent de nouveau un score de santé mentale plus faible (49,0) que l'ensemble du groupe (64,6). Les travailleurs qui ont un fonds d'urgence obtiennent un score de santé mentale de 70,2

2 Les participants à l'ISM qui ont été à l'emploi dans les 6 derniers mois sont inclus dans l'enquête.

Indice de santé mentale par province.

Depuis avril 2020, les scores de santé mentale provinciaux ont fluctué. Sauf à Terre-Neuve-et-Labrador et dans les Maritimes, les courbes de fluctuation des provinces se ressemblent. Entre juillet et août 2023, les scores de santé mentale ont diminué en Alberta, au Manitoba, en Ontario et au Québec, tandis qu'ils ont augmenté dans les autres provinces.

- La plus grande amélioration du score de santé mentale a été constatée en Saskatchewan, avec une hausse de près de sept points par rapport au mois précédent
- Avec une baisse de 2,1 points, l'Alberta obtient le score de santé mentale le plus bas (63,6) en août 2023



Situation d'emploi	Août 2023	Juill. 2023
En emploi (aucun changement d'heures ou de salaire)	65,5	66,1
En emploi (moins d'heures que le mois dernier)	55,4	56,3
En emploi (salaire réduit par rapport au mois dernier)	52,1	53,6
Présentement sans emploi	63,3	64,9
Groupe d'âge	Août 2023	Juill. 2023
20 à 29 ans	55,3	53,8
30 à 39 ans	59,0	59,8
40 à 49 ans	62,5	62,2
50 à 59 ans	65,9	66,9
60 à 69 ans	71,6	72,9
Nombre d'enfants	Août 2023	Juill. 2023
Aucun	65,7	66,2
1 enfant	62,1	62,7
2 enfants	62,1	63,2
3 enfants ou plus	59,4	60,3

Province	Août 2023	Juill. 2023
Alberta	63,6	65,2
Colombie-Britannique	65,8	64,7
Manitoba	65,6	65,9
Terre-Neuve-et-Labrador	66,4	62,2
Maritimes	63,8	62,3
Québec	64,2	66,9
Ontario	64,3	65,6
Saskatchewan	69,9	63,2
Sexe	Août 2023	Juill. 2023
Homme	66,7	68,0
Femme	62,1	62,5
Revenu	Août 2023	Juill. 2023
Moins de 30 k\$/année	54,0	54,7
30 k\$ à <60 k\$/année	60,1	61,1
60 k\$ à <100 k\$/année	64,0	63,9
100 k\$ à <150 k\$/année	67,6	67,6
150 k\$ ou plus	69,9	71,8

Taille de l'effectif	Août 2023	Juill. 2023
Travailleur autonome/propriétaire unique	66,5	68,2
2 à 50 employés	64,2	66,6
51 à 100 employés	61,4	62,9
101 à 500 employés	65,6	64,2
501 à 1 000 employés	63,5	62,9
1 001 à 5 000 employés	66,3	66,7
5 001 à 10 000 employés	65,1	64,3
Plus de 10 000 employés	64,9	65,2
Gestionnaire	Août 2023	Juill. 2023
Gestionnaire	65,9	66,1
Non-gestionnaire	63,9	64,8
Environnement de travail	Août 2023	Juill. 2023
Secteur ouvrier	62,4	63,2
Bureau	64,9	65,5
Services	65,3	65,8

Les chiffres surlignés en **magenta** sont les pires scores du groupe.
 Les chiffres surlignés en **vert** sont les meilleurs scores du groupe.

Indice de santé mentale par secteur d'activité.

En août 2023, les employés qui travaillent dans le secteur de l'hébergement obtiennent le score de santé mentale le plus faible (56,0), suivis des personnes qui travaillent dans les secteurs de l'entreposage (56,8) et des médias et des télécommunications (57,1).

Les répondants qui travaillent dans les secteurs de l'extraction minière, l'exploitation en carrière et l'extraction pétrolière et gazière (70,0), du transport (68,9) et des services professionnels, scientifiques et techniques (68,9) obtiennent les scores de santé mentale les plus élevés ce mois-ci.

Les changements par rapport au mois précédent sont indiqués dans le tableau.



Secteur d'activité	Août 2023	Juillet 2023	Variation
Information et culture	63,5	58,5	5,0
Agriculture, foresterie, pêche et chasse	65,4	60,5	4,9
Services publics	64,2	60,0	4,2
Technologie	67,2	64,7	2,6
Transport	68,9	66,9	2,0
Commerce de gros	67,9	66,2	1,7
Restauration	60,6	59,1	1,5
Arts, spectacles et loisirs	64,8	63,6	1,2
Services d'enseignement	66,8	65,9	0,9
Extraction minière, exploitation en carrière et extraction pétrolière et gazière	70,0	69,2	0,8
Services professionnels, scientifiques et techniques	68,9	68,8	0,1
Services financiers et assurances	64,4	64,7	-0,3
Soins de santé et assistance sociale	61,8	62,5	-0,7
Administrations publiques	67,3	68,1	-0,8
Fabrication	66,3	67,4	-1,1
Services d'administration et de soutien	57,1	58,3	-1,2
Construction	66,1	67,4	-1,3
Autre	63,8	65,2	-1,4
Autres services (sauf les administrations publiques)	65,9	67,9	-2,0
Services immobiliers, de location et de location à bail	64,8	67,3	-2,5
Médias et télécommunications	57,1	59,8	-2,7
Commerce de détail	62,1	64,9	-2,8
Entreposage	56,8	61,4	-4,5
Automobile	65,9	72,3	-6,3
Hébergement	56,0	68,6	-12,6

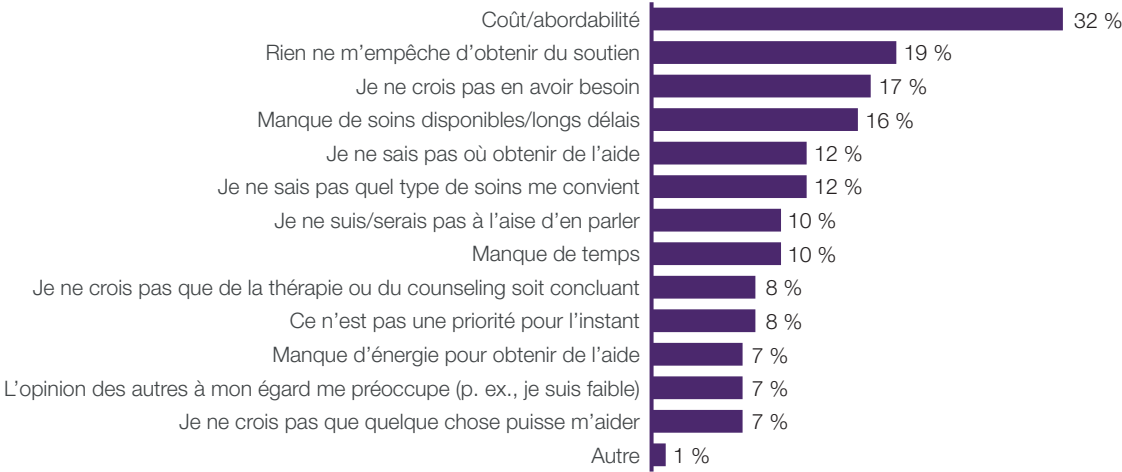
Pleins feux sur...

Soutien en santé mentale.

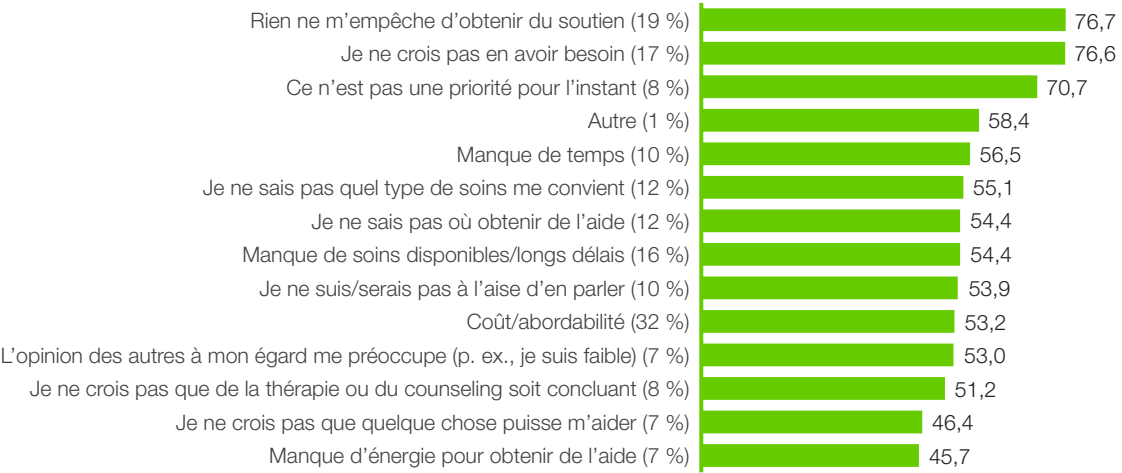
On a demandé aux travailleurs ce qui les empêcherait d’obtenir un soutien en santé mentale s’ils en avaient besoin.

- Près du tiers (32 pour cent) affirment que le coût ou l’abordabilité du soutien est un obstacle à l’obtention d’un soutien en santé mentale, 16 pour cent mentionnent le manque de soins disponibles ou les longs délais, 12 pour cent ne savent pas où obtenir de l’aide et 12 pour cent ne savent pas quel type de soins leur convient
- Les travailleurs de moins de 40 ans sont 80 pour cent plus nombreux que ceux de plus de 50 ans à indiquer que le coût ou l’abordabilité est une barrière à l’obtention d’un soutien en santé mentale
- Les parents sont 40 pour cent plus enclins que les personnes sans enfants à signaler que le coût ou l’abordabilité est une barrière à l’obtention d’un soutien en santé mentale
- Les scores de santé mentale des travailleurs qui mentionnent le coût ou l’abordabilité comme obstacle à l’obtention d’un soutien en santé mentale sont inférieurs de plus de 23 points à ceux des travailleurs qui ne signalent aucun obstacle ou qui n’ont pas besoin de soutien
- Les travailleurs de plus de 50 ans et les gens qui n’ont pas d’enfants sont au moins deux fois plus susceptibles que ceux de moins de 50 ans et les parents à ne pas faire face à des obstacles pour obtenir du soutien en santé mentale

Qu’est-ce qui vous empêcherait d’obtenir du soutien en santé mentale?



Score de l’ISM selon la réponse à la question « Qu’est-ce qui vous empêcherait d’obtenir du soutien en santé mentale? »



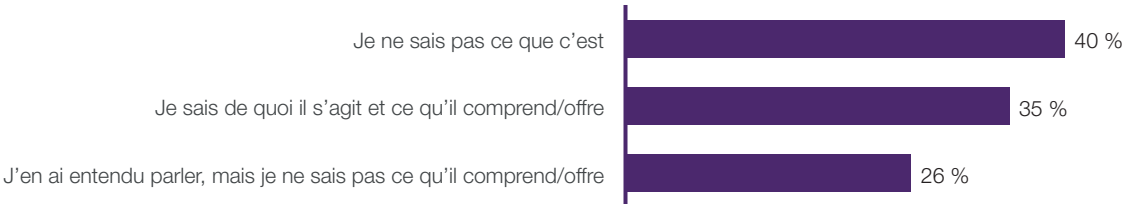
Programme d'aide aux employés (et à la famille) (PAE/PAEF).

On a demandé aux travailleurs s'ils savaient ce qu'est un programme d'aide aux employés (et à la famille) (PAE/PAEF).

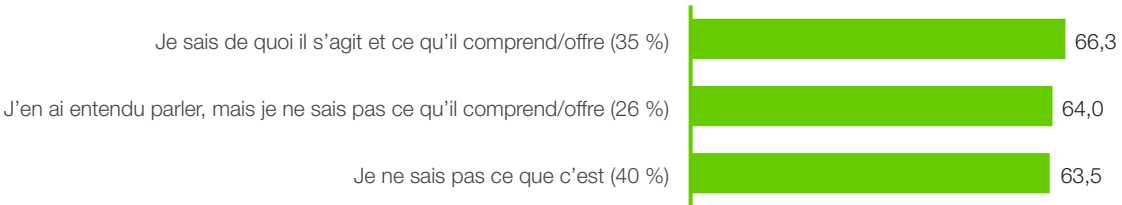
- Deux répondants sur cinq (40 pour cent) ne savent pas ce qu'est un PAE/PAEF, contre 35 pour cent qui le savent, et 26 pour cent qui en ont entendu parler, mais qui ne savent pas ce qu'il comprend/offre
- Les travailleurs qui savent ce qu'est un PAE/PAEF et ce qu'il comprend/offre obtiennent le score de santé mentale le plus élevé (66,3), qui est près de trois points de plus que le score des travailleurs qui ne savent pas ce qu'est un PAE/PAEF (63,5) et près de deux points de plus que la moyenne nationale (64,6)



Savez-vous ce qu'est un PAE/PAEF?



Score de l'ISM selon la réponse à la question « Savez-vous ce qu'est un PAE/PAEF? »

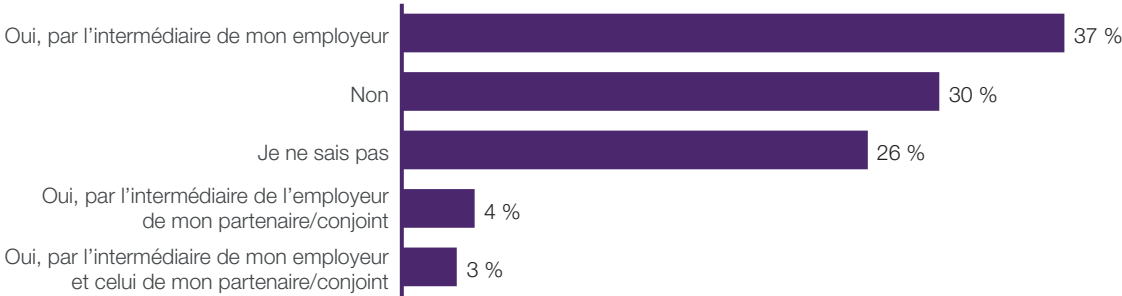


On a demandé aux travailleurs s'ils ont accès à un programme d'aide aux employés (et à la famille) (PAE/PAEF).

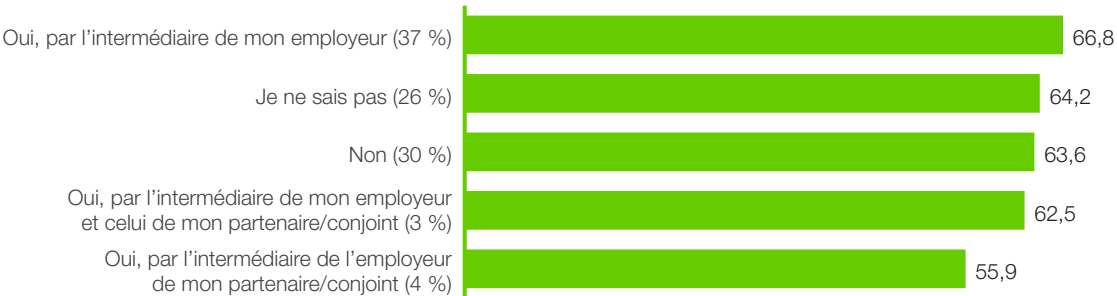
- Plus de la moitié (56 pour cent) ne savent pas s'ils ont accès à un PAE/PAEF ou n'y ont pas accès
- Près de deux répondants sur cinq (37 pour cent) pensent avoir accès à un PAE/PAEF par l'intermédiaire de leur employeur. Ce groupe affiche le score de santé mentale le plus élevé (66,8), qui est plus de trois points au-dessus du score des travailleurs qui n'ont pas accès à un PAE/PAEF et deux points de plus que la moyenne nationale (64,6)³
- Les parents sont plus susceptibles de déclarer avoir accès à un PAE/PAEF que les personnes sans enfants



Avez-vous accès à un PAE/PAEF?



Score de l'ISM selon la réponse à la question « Avez-vous accès à un PAE/PAEF? »



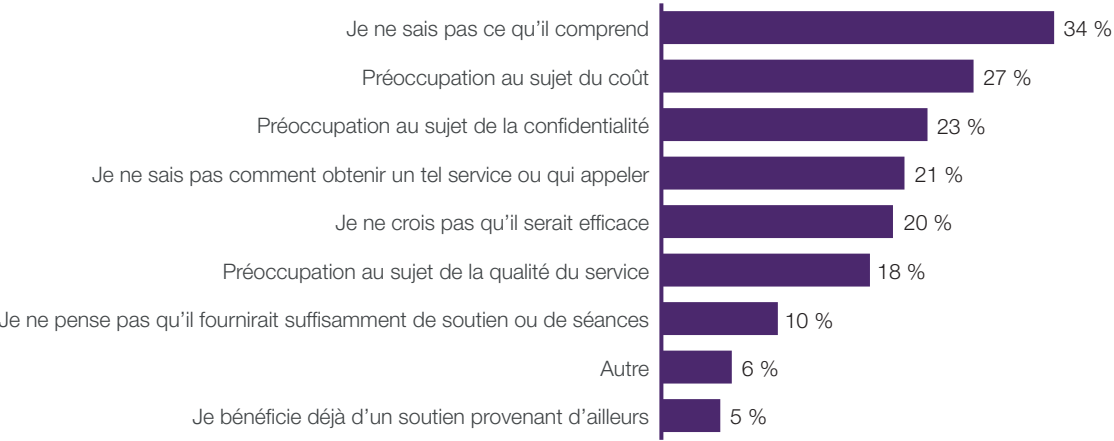
3 Trente-sept pour cent des employés pensent avoir un PAE malgré le fait que 79 pour cent des employeurs canadiens en offrent un (*Mental health and substance use disorder benefits: Survey results 2021*. Auteur : Held, J. International Foundation of Employee Benefit Plans. 2021).

On a demandé aux cinquante et un pour cent des travailleurs qui n’auraient pas recours au PAE/PAEF ou qui ne savent pas s’ils y auraient recours pourquoi ils ne l’utiliseraient pas.

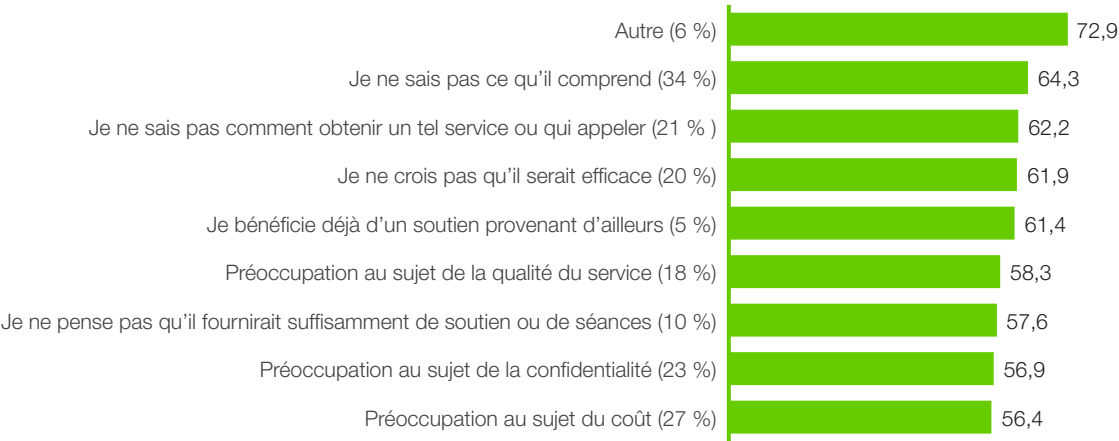
- Plus du tiers (34 pour cent) ne savent pas ce que comprend un PAE/PAEF, 27 pour cent sont préoccupés par le coût, 23 pour cent ont des préoccupations liées à la confidentialité et 21 pour cent ne savent pas comment accéder au service
- Ce sont les 27 pour cent des travailleurs qui sont préoccupés par le coût d’un PAE/PAEF qui obtiennent le score de santé mentale le plus bas (56,4), qui est plus de huit points de moins que la moyenne nationale (64,6)
- Les travailleurs dont le revenu annuel du ménage est inférieur à 100 000 \$ sont 75 pour cent plus susceptibles que les travailleurs dont le revenu annuel du ménage est supérieur à 100 000 \$ de déclarer qu’ils n’utilisent pas le PAE/PAEF en raison du coût



Raison du non-recours à un PAE/PAEF



Score de l’ISM selon la raison du non-recours à un PAE/PAEF



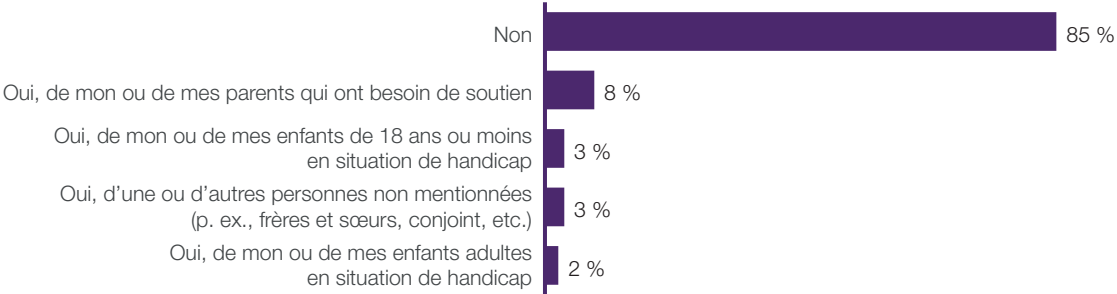
Aidants naturels

On a demandé aux travailleurs s'ils sont un aidant naturel pour un enfant ou un adulte en situation de handicap ou ayant besoin de soutien.

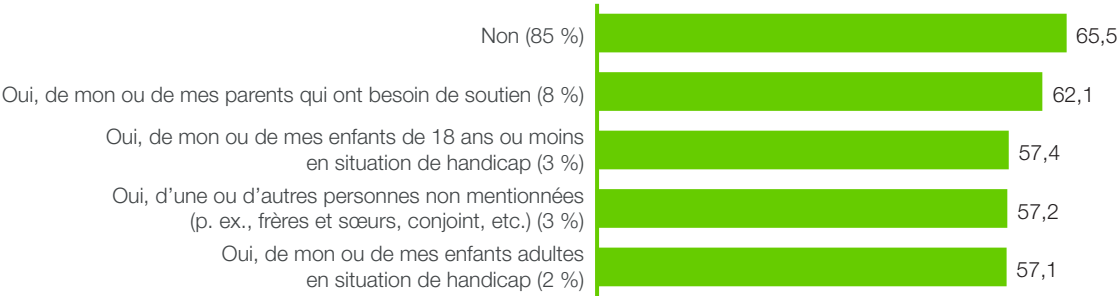
- Quinze pour cent des travailleurs sont des aidants naturels. Les scores de santé mentale des aidants naturels sont moins élevés que ceux des personnes qui ne jouent pas ce rôle et que la moyenne nationale
- Quatre-vingt-cinq pour cent des travailleurs ne sont pas des aidants naturels. Le score de santé mentale de ce groupe (65,5) est plus élevé que les scores de santé mentale de tous les types d'aidants naturels et que la moyenne nationale (64,6)



Êtes-vous un aidant naturel non rémunéré pour un enfant ou un adulte en situation de handicap ou ayant besoin de soutien?



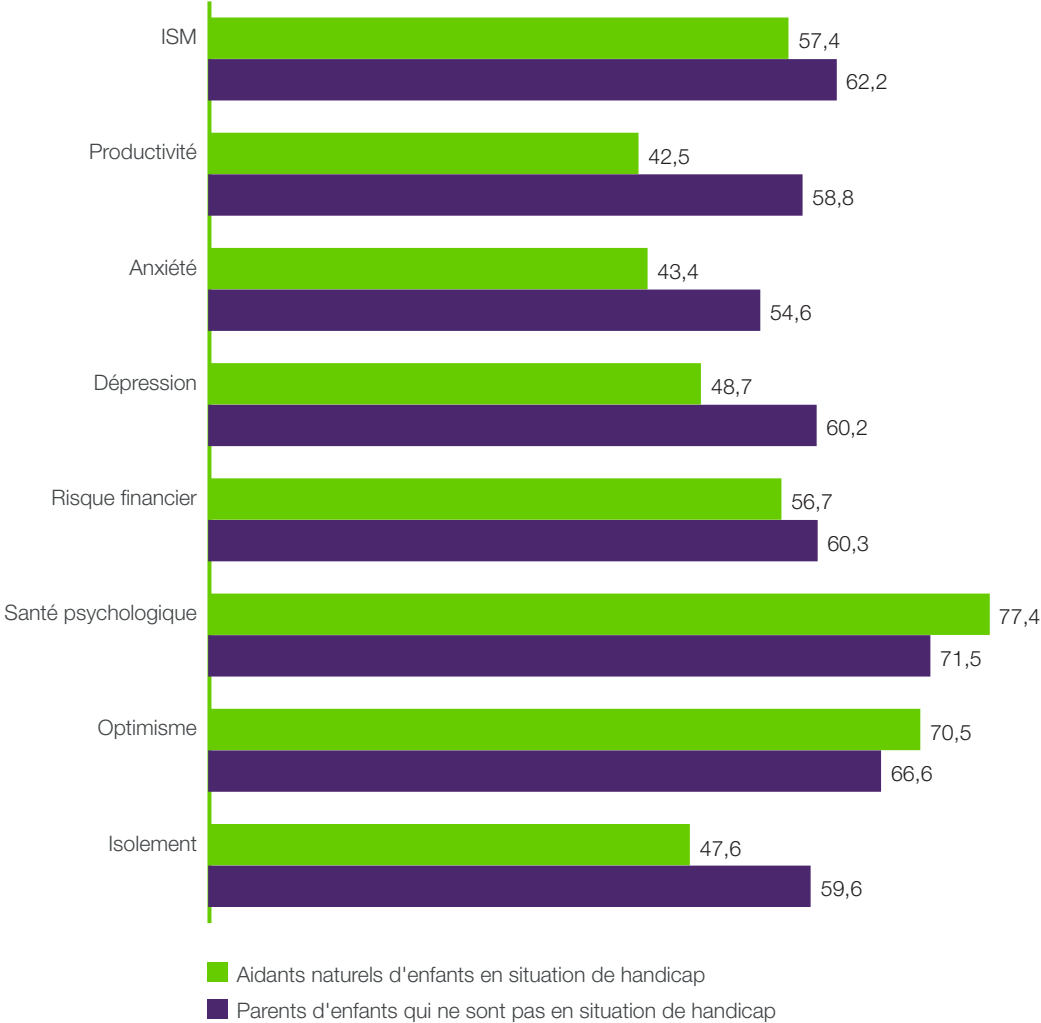
Score de l'ISM selon la réponse à la question « Êtes-vous un aidant naturel non rémunéré pour un enfant ou un adulte en situation de handicap ou ayant besoin de soutien? »



- Les aidants naturels d'enfants de 18 ans ou moins en situation de handicap obtiennent des scores de santé mentale et des scores relatifs à la productivité, à l'anxiété, à la dépression, au risque financier et à l'isolement beaucoup plus bas que ceux des parents d'enfants qui ne sont pas en situation de handicap, mais leurs scores relatifs à l'optimisme et à la santé psychologique générale sont meilleurs
- Les aidants naturels d'enfants adultes en situation de handicap sont quatre fois plus nombreux que les autres travailleurs à déclarer travailler moins d'heures tandis que les aidants naturels d'enfants de 18 ans ou moins en situation de handicap sont presque deux fois plus nombreux à faire état d'heures de travail moins nombreuses



Comparaison entre les aidants naturels d'enfants en situation de handicap et les parents d'enfants qui ne sont pas en situation de handicap

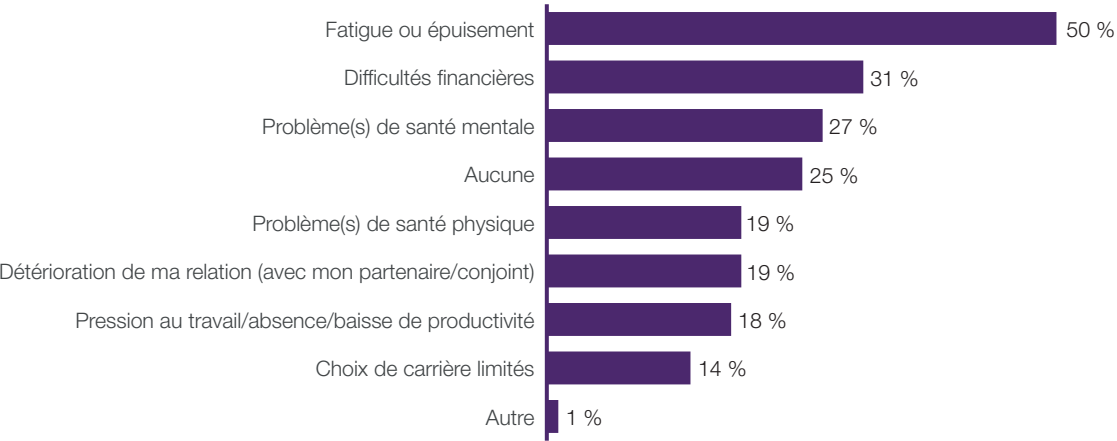


Les aidants naturels ont été interrogés sur les répercussions de ce rôle sur leur vie.

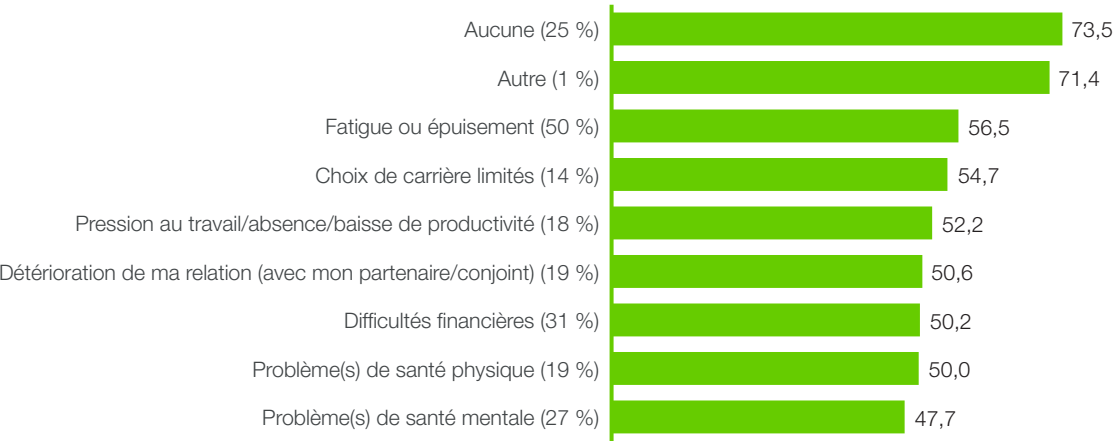
- La moitié (50 pour cent) font état de fatigue ou d'épuisement, 31 pour cent de difficultés financières et 27 pour cent de problèmes de santé mentale.
- Les 27 pour cent qui font état de problèmes de santé mentale obtiennent le score de santé mentale le plus bas (47,7), qui est 26 points de moins que celui des aidants naturels qui ne signalent aucune répercussion négative (73,5), et 17 points de moins que la moyenne nationale (64,6).
- Les parents sont quatre fois plus susceptibles que les personnes sans enfants de déclarer que la fatigue/l'épuisement et des problèmes de santé physique ou mentale sont des répercussions de leur rôle d'aidant naturel.



Quelles répercussions votre rôle d'aidant a-t-il sur votre vie?



Score de l'ISM selon la réponse à la question « Quelles répercussions votre rôle d'aidant a-t-il sur votre vie? »

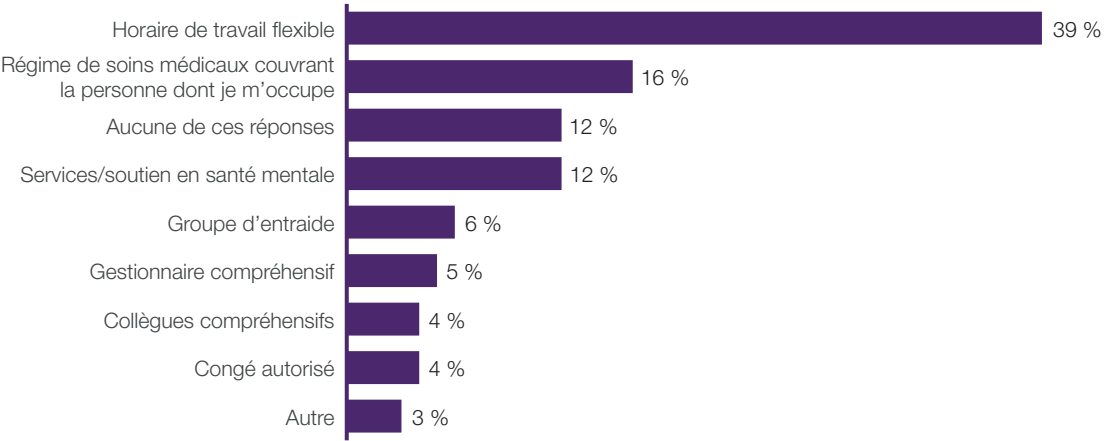


On a demandé aux aidants naturels ce qui les aiderait le plus.

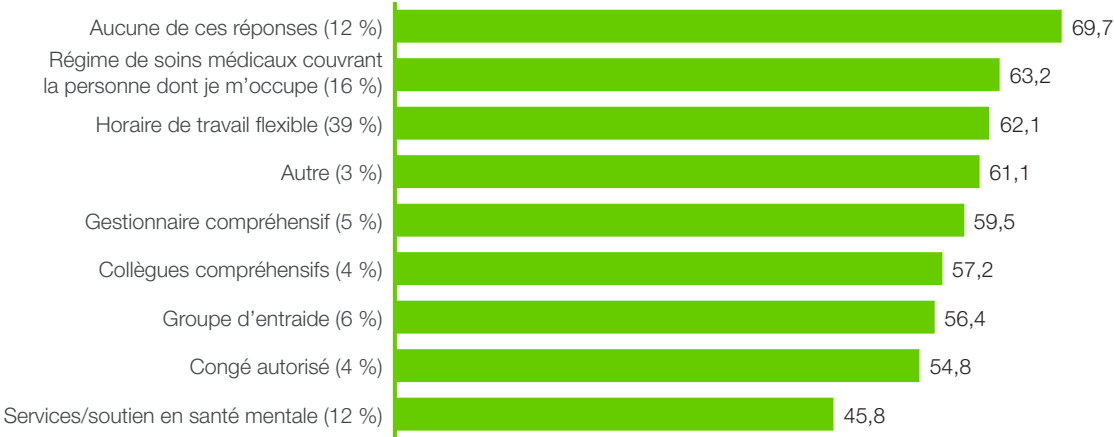
- Près de deux personnes sur cinq (39 pour cent) déclarent qu'un horaire de travail flexible est ce qui les aiderait le plus
- Le score de santé mentale des 12 pour cent qui affirment que des services ou un soutien en santé mentale seraient les plus utiles (45,8) est inférieur de 19 points à la moyenne nationale (64,6)



Qu'est-ce qui vous aide ou aiderait le plus en tant qu'aidant naturel?



Score de l'ISM selon la réponse à la question « Qu'est-ce qui vous aide ou aiderait le plus en tant qu'aidant naturel? »



Vacances

On a demandé aux travailleurs s'ils se faisaient appeler pour régler des problèmes au travail pendant leurs vacances.

- Plus de la moitié des personnes interrogées indiquent qu'on les appelle pour régler des problèmes au travail pendant leurs vacances; 38 pour cent affirment que cela se produit rarement et 13 pour cent disent que ça arrive souvent
- Le score de santé mentale des 13 pour cent de travailleurs qu'on appelle souvent pendant leurs vacances (58,2) est inférieur de près de neuf points à celui des 49 pour cent de travailleurs qu'on n'appelle jamais pendant leurs vacances (66,9) et de six points à la moyenne nationale (64,6)
- Les gestionnaires sont trois fois plus susceptibles que les non-gestionnaires de déclarer qu'ils se font souvent appeler pendant leurs vacances



Vous appelle-t-on pour régler des problèmes au travail pendant vos vacances?



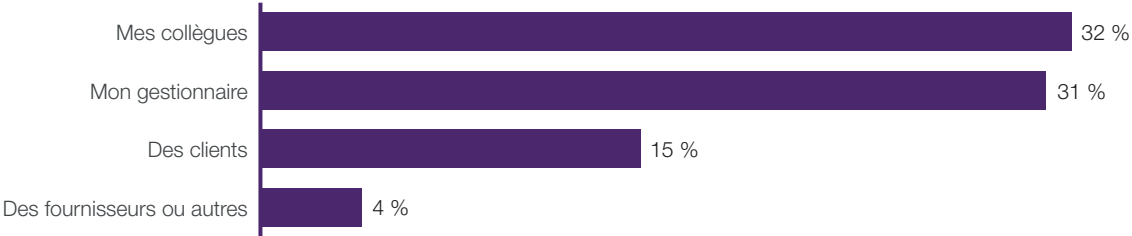
Score de l'ISM selon la réponse à la question « Vous appelle-t-on pour régler des problèmes au travail pendant vos vacances? »



- Près du tiers (32 pour cent) des travailleurs se font appeler par des collègues, 31 pour cent par leur supérieur et 15 pour cent par des clients
- Les gestionnaires sont plus de deux fois plus nombreux que les non-gestionnaires à se faire appeler par leur supérieur et près de deux fois plus nombreux que les non-gestionnaires à se faire appeler par des collègues pendant leurs vacances



Qui vous appelle lorsque vous êtes en vacances?



Score de l'ISM selon la réponse à la question « Qui vous appelle lorsque vous êtes en vacances? »



On a demandé aux travailleurs s'ils croient que ces appels sont nécessaires ou appropriés.

- Plus de la moitié des répondants (52 pour cent) pensent que de tels appels sont parfois nécessaires, selon la situation, 26 pour cent affirment qu'ils ne sont jamais nécessaires ni appropriés, peu importe la situation, et 22 pour cent croient que ces appels sont nécessaires, au besoin, ou qu'ils peuvent les gérer
- Les travailleurs de plus de 50 ans sont près de 70 pour cent plus susceptibles que les travailleurs de moins de 40 ans de penser que ces appels sont appropriés, au besoin
- Les non-gestionnaires sont près de 50 pour cent plus susceptibles que les gestionnaires de penser qu'ils ne sont jamais nécessaires, peu importe la situation



Croyez-vous que ces appels sont nécessaires ou appropriés?



Score de l'ISM selon la réponse à la question « Croyez-vous que ces appels sont nécessaires ou appropriés? »

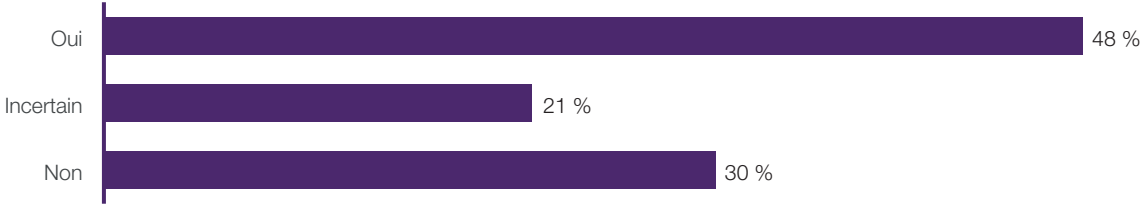


On a demandé aux travailleurs si leur organisation a une politique officielle pour s'assurer que les employés prennent des congés payés/vacances.

- Près de la moitié des répondants (48 %) indiquent que leur organisation a une politique officielle pour s'assurer que les employés prennent des congés payés/vacances. Le score de santé mentale de ce groupe (67,0) est supérieur de plus de deux points à celui des travailleurs qui affirment que leur employeur n'a aucune politique officielle de ce genre (64,6)



Votre organisation a-t-elle une politique officielle pour s'assurer que les employés prennent des congés payés/vacances?



Score de l'ISM selon la réponse à la question « Votre organisation a-t-elle une politique officielle pour s'assurer que les employés prennent des congés payés/vacances? »

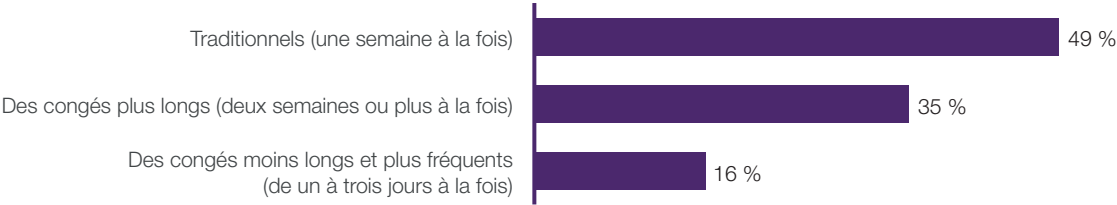


On a demandé aux travailleurs quel type de vacances ils préfèrent.

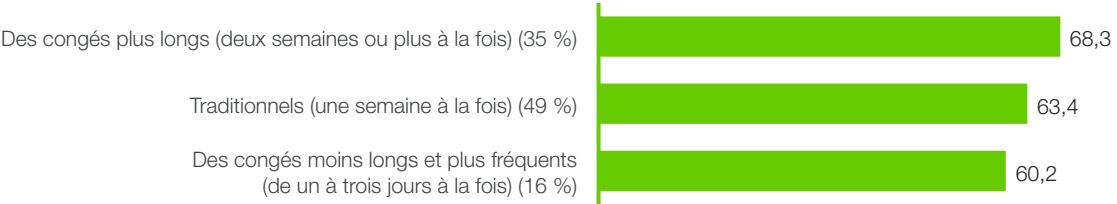
- Près de la moitié (49 pour cent) préfèrent prendre une semaine de vacances, 35 pour cent préfèrent prendre deux semaines ou plus et 16 pour cent préfèrent prendre un à trois jours de congé à la fois
- Les travailleurs qui préfèrent prendre des vacances de deux semaines ou plus obtiennent le meilleur score de santé mentale (68,3), qui est huit points au-dessus du score des travailleurs qui prennent entre un et trois jours de congé à la fois (60,2) et près de quatre points au-dessus de la moyenne nationale (64,6)



Quel type de vacances préférez-vous?



Score de l'ISM selon la réponse à la question « Quel type de vacances préférez-vous? »

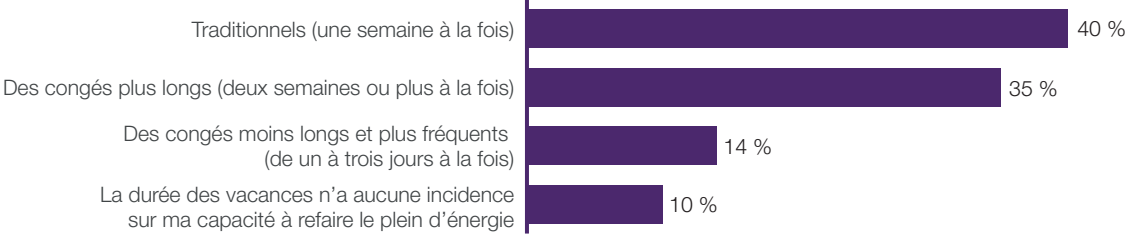


Les travailleurs ont été interrogés sur le type de vacances le plus utile pour refaire le plein d'énergie.

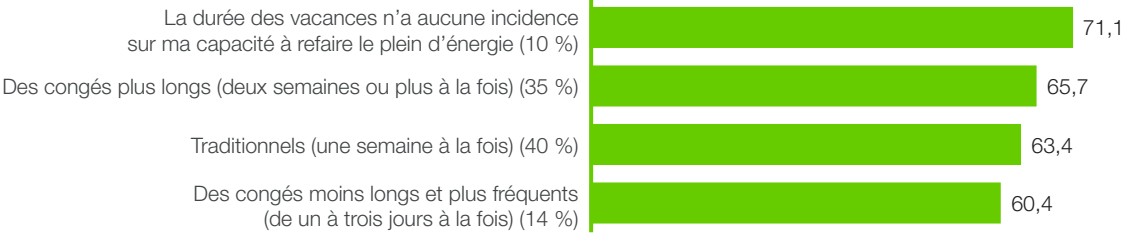
- Deux répondants sur cinq (40 pour cent) pensent que les vacances d'une semaine sont la formule la plus utile pour refaire le plein d'énergie et 35 pour cent croient que les vacances de deux semaines ou plus sont plus utiles
- Un travailleur sur sept (14 pour cent) croit que des vacances plus courtes et plus fréquentes (entre un et trois jours) sont la formule la plus utile pour refaire le plein d'énergie. Le score de santé mentale de ce groupe (60,4) est inférieur de près de 11 points à celui des travailleurs déclarant que la durée des vacances n'a aucune incidence sur leur capacité à refaire le plein d'énergie et de plus de quatre points à la moyenne nationale (64,6)
- Les ouvriers sont près de 60 pour cent plus nombreux que les travailleurs de bureau et du secteur des services à déclarer que des vacances plus courtes et plus fréquentes (entre un et trois jours) sont la formule la plus utile pour refaire le plein d'énergie
- Une personne sur dix (10 pour cent) ne pense pas que la durée des vacances ait une incidence sur leur capacité à refaire le plein d'énergie. Ce groupe obtient le score de santé mentale le plus élevé (71,1), qui est plus de six points au-dessus de la moyenne nationale (64,6)



Si votre objectif consiste à refaire le plein d'énergie, quel type de vacances serait le plus utile?



Score de l'ISM selon la réponse à la question « Si votre objectif consiste à refaire le plein d'énergie, quel type de vacances serait le plus utile? »



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 ont pour but de prédire les risques quant aux coûts et à la productivité, et d'indiquer 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 Canadiens 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 4 et le 18 août 2023.

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 :

À risque 0 à 49 **Précaire** 50 à 79 **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. Communiquez avec MHI@telushealth.com.





www.telussante.com

