



Rapport de l'Indice de santé mentale par TELUS Santé (auparavant LifeWorks).

Canada | Février 2023



Table des matières

1. Ce que vous devez retenir concernant février 2023	3	
2. Indice de santé mentale et Indice de mieux-être financier	5	
Score à l'ISM par fourchette de scores à l'IMF.....	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	
Données démographiques	13	
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. Indice de mieux-être financier	17	
Scores secondaires.....	17	
Données démographiques	17	
Emploi.....	17	
6. Pleins feux sur.....	19	
Avenir financier	19	
Dettes	20	
Placement et planification de la retraite.....	23	
Facteurs considérés dans le choix d'un employeur	26	
Épargne accumulée durant la pandémie.....	30	
Contrecoups d'une récession antérieure.	32	
Économie des petits boulots.	33	
7. Aperçu de l'Indice de santé mentale par TELUS Santé	34	
Methodologie	34	
Calculs	34	
Données et analyses supplémentaires.....	34	

Ce que vous devez retenir concernant février 2023.

1. Après avoir augmenté pendant deux mois, le score de santé mentale des travailleurs canadiens a chuté drastiquement pour atteindre son plus bas niveau depuis plus de deux ans.

- Le score de santé mentale des travailleurs a diminué de près de deux points par rapport à janvier 2023, pour s'établir à 62,9.
- 35 pour cent des travailleurs canadiens présentent un risque élevé de problème de santé mentale, 43 pour cent présentent un risque modéré et 22 pour cent ont un faible risque de souffrir d'un problème de santé mentale.
- Tous les scores secondaires de santé mentale ont baissé entre janvier et février 2023, dont le score secondaire lié au risque financier qui a chuté de trois points par rapport à janvier 2023.
- Les scores de santé mentale ont baissé dans toutes les provinces, à l'exception de l'Alberta, le Manitoba ayant connu la chute la plus importante (-4,8 points).
- Le score de santé mentale des gestionnaires est supérieur à celui des non-gestionnaires ainsi qu'à la moyenne nationale.

2. L'Indice de mieux-être financier a diminué de près de trois points par rapport à l'été 2022 pour atteindre son plus bas niveau depuis le lancement de l'Indice en janvier 2021.

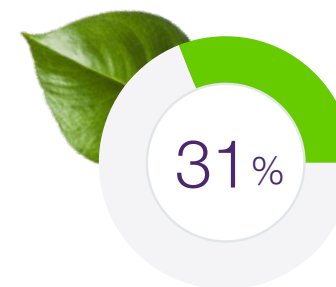
- Tous les scores secondaires liés au mieux-être financier sont en déclin par rapport à l'été 2022.
- La perception de la situation financière est le score secondaire ayant le plus diminué (-3,1 points) comparativement à l'été 2022.
- Les femmes, les parents et les jeunes ont des scores de mieux-être financier inférieurs à celui des autres groupes.
- Il y a une forte corrélation entre le mieux-être financier et le mieux-être mental. Ainsi, lorsque le score de mieux-être financier augmente, le score de santé mentale augmente aussi.



se sont sentis **accablés** par leurs dettes.



sont **inquiets ou incertains** de leur avenir financier.



doivent puiser dans leur **épargne** pour maintenir leur niveau de vie.



affirment que faire appel à des services de conseils financiers ou d'accompagnement pour gérer leurs dettes **les rend mal à l'aise**.

3. Près de la moitié des travailleurs au Canada se sont sentis accablés par leurs dettes.

- 61 pour cent n'ont pas fait appel à des services de conseils financiers ou d'accompagnement pour gérer leurs dettes, et ce groupe affiche des scores de santé mentale et de mieux-être financier grandement inférieurs aux moyennes nationales.
- 21 pour cent affirment ne pas avoir fait appel à des services de conseils financiers ou d'accompagnement pour gérer leurs dettes parce qu'ils se sentent mal à l'aise de le faire, et ce groupe affiche des scores de santé mentale et de mieux-être financier d'au moins 20 points en dessous des moyennes nationales.
- 11 pour cent des travailleurs qui ont consulté un conseiller financier indépendant présentent des scores de santé mentale et de bien-être financier supérieurs à ceux qui n'ont pas demandé d'aide.

4. La moitié des travailleurs n'ont pas reçu de conseils financiers en matière de placements ou de planification de la retraite.

- 40 pour cent des travailleurs affirment qu'un régime d'épargne ou de placement automatique serait l'élément qui leur serait le plus utile s'il était offert par leur employeur.
- 36 pour cent quitteraient leur employeur actuel pour un autre qui offre un régime de retraite à revenu garanti.
- Chez les travailleurs qui n'ont pas sollicité de conseils financiers en matière de placements ou de planification de la retraite, 20 pour cent n'ont pas d'argent à investir ou à épargner en vue de la retraite.
- Les hommes sont 50 pour cent plus susceptibles que les femmes d'affirmer ne pas avoir besoin d'aide pour la planification de la retraite ou les placements.
- Les travailleurs mal à l'aise à l'idée de demander des conseils financiers affichent des scores de santé mentale et de mieux-être financier de plus de 20 points en dessous des moyennes nationales.

5. Plus de deux travailleurs sur cinq sont inquiets de leur avenir financier ou ressentent de l'incertitude à ce sujet.

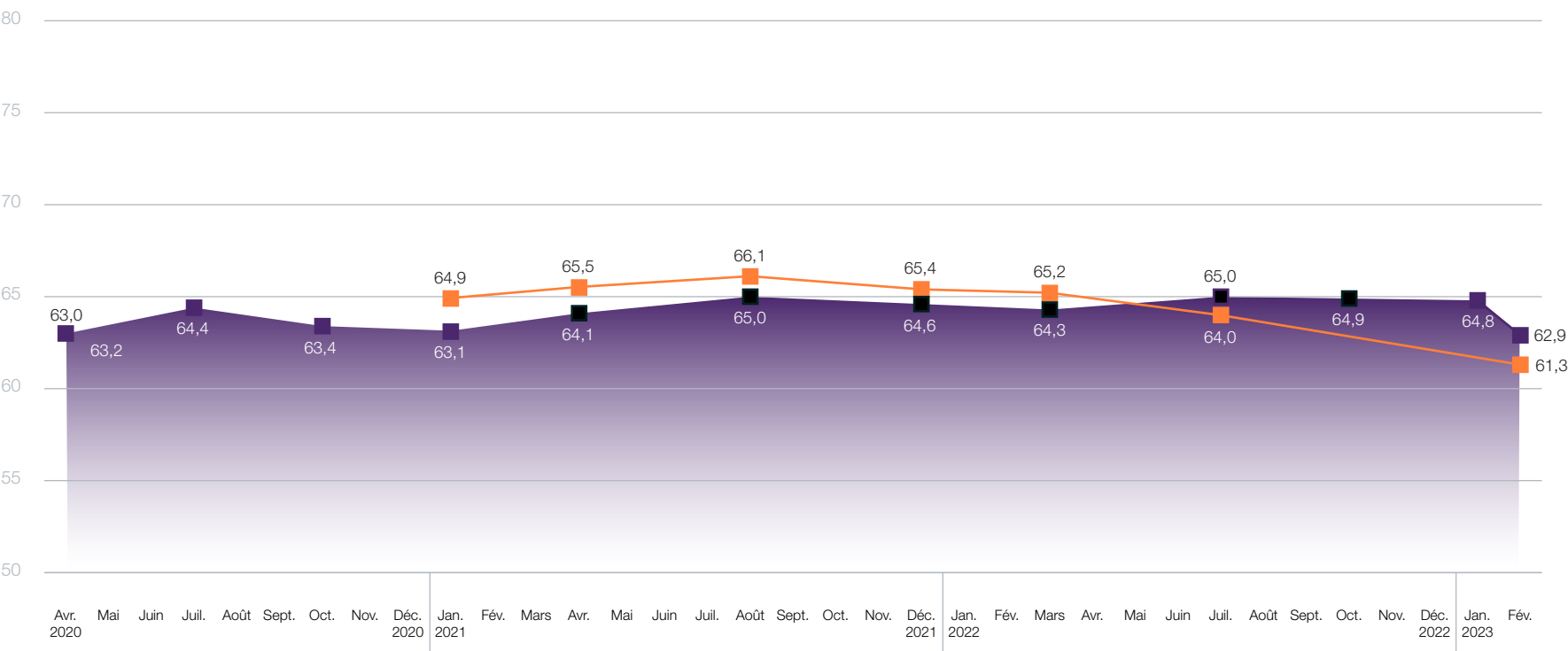
- 24 pour cent ressentent de l'incertitude à l'égard de leur avenir financier.
- 12 pour cent croient qu'ils auront des difficultés à certains moments.
- 5 pour cent croient qu'ils seront dans une situation financière très difficile.
- 31 pour cent des travailleurs qui ont accumulé de l'épargne durant la pandémie doivent maintenant puiser dans cette épargne pour maintenir leur niveau de vie.
- Les parents sont presque deux fois plus nombreux que les personnes qui n'ont pas d'enfants à devoir puiser dans leur épargne en surplus pour maintenir leur niveau de vie.



Indice de santé mentale et Indice de mieux-être financier.

En février 2023, l'Indice de santé mentale (ISM) global s'établit à 62,9, ce qui représente une forte diminution par rapport au moins précédent.

En février 2023, l'Indice de mieux-être financier (IMF) global s'établit à 61,3. Le mieux-être financier des travailleurs canadiens a donc baissé de 2,7 points depuis juillet 2022¹.



ISM : mois actuel Février 2023	Janvier 2023
62,9	64,8

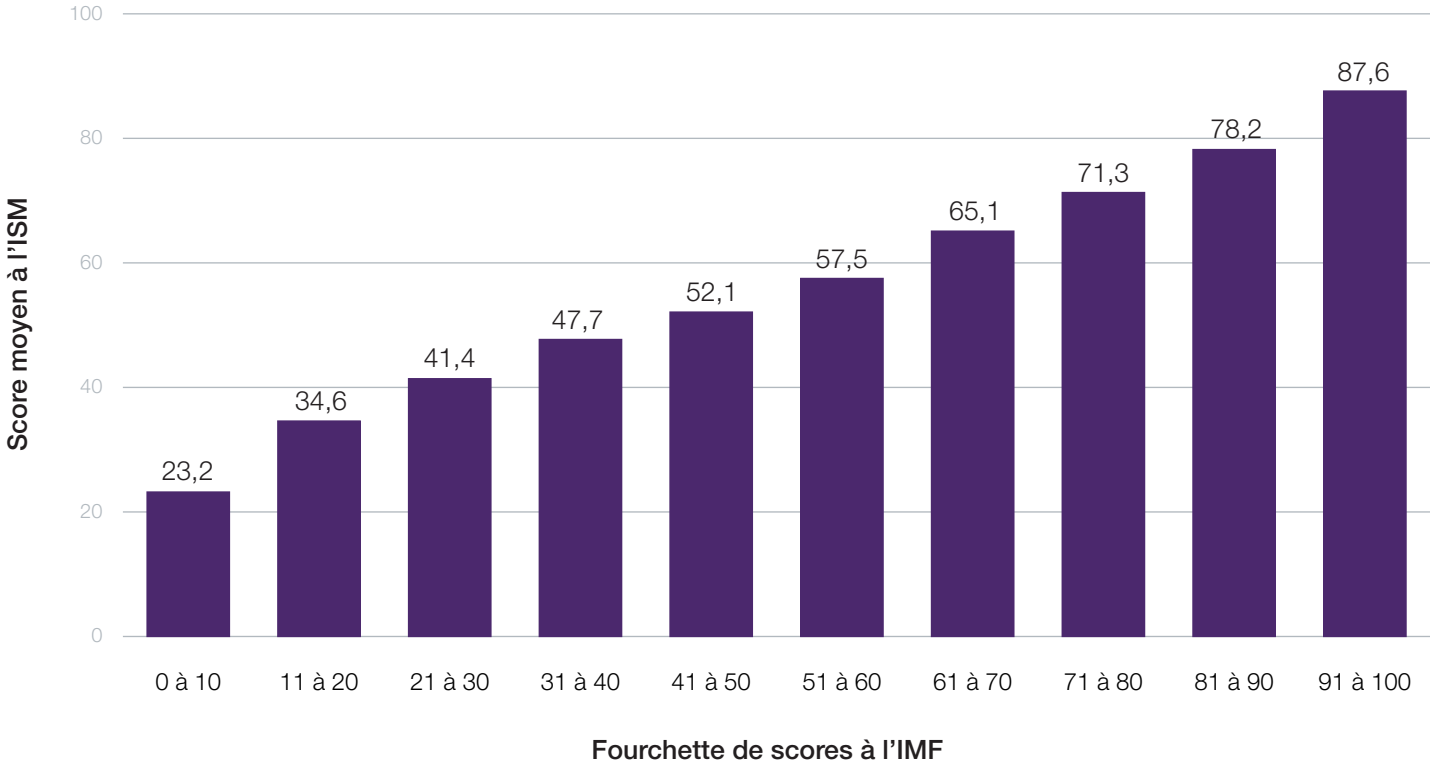
IMF : mois actuel Février 2023	Juillet 2022
61,3	64,0

- 0-49 : santé mentale à risque
- 50-79 : santé mentale précaire
- 80-100 : santé mentale optimale

1 Les réductions des scores de santé mentale et de mieux-être financier observées étaient semblables dans toutes les régions sondées en février.

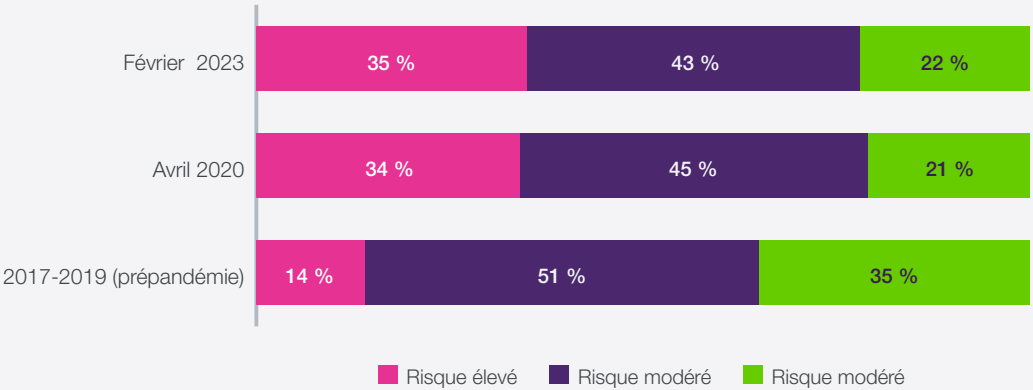
Score à l'ISM par fourchette de scores à l'IMF.

Il y a une forte corrélation entre le mieux-être financier et le mieux-être mental. Ainsi, lorsque le score de mieux-être financier augmente, le score de santé mentale augmente aussi.



Risque pour la santé mentale.

En février 2023, 35 pour cent des travailleurs canadiens 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. À titre comparatif, en avril 2020, au lancement de l'Indice et vers le début de la pandémie de COVID-19, 34 pour cent des travailleurs au Canada présentaient un risque élevé de problème de santé mentale, 45 pour cent présentaient un risque modéré et 21 pour cent avaient un faible risque d'éprouver un problème de santé mentale.



Le pourcentage de répondants ayant reçu un diagnostic d'anxiété ou de dépression est d'environ 30 pour cent dans le groupe présentant un risque élevé, de 7 pour cent dans celui présentant un risque modéré, et de 1 pour cent dans celui présentant un risque faible.

Scores secondaires de l'Indice de santé mentale.

Pour le dixième mois consécutif, le score secondaire de l'Indice de santé mentale le plus faible correspond à la mesure du risque d'anxiété (55,7). Il est suivi des scores secondaires liés à l'isolement (59,1), à la productivité (60,5), à la dépression (61,2), à l'optimisme (65,3) et au risque financier (66,7). La santé psychologique générale (70,5) demeure le score de santé mentale le plus favorable en février 2023.

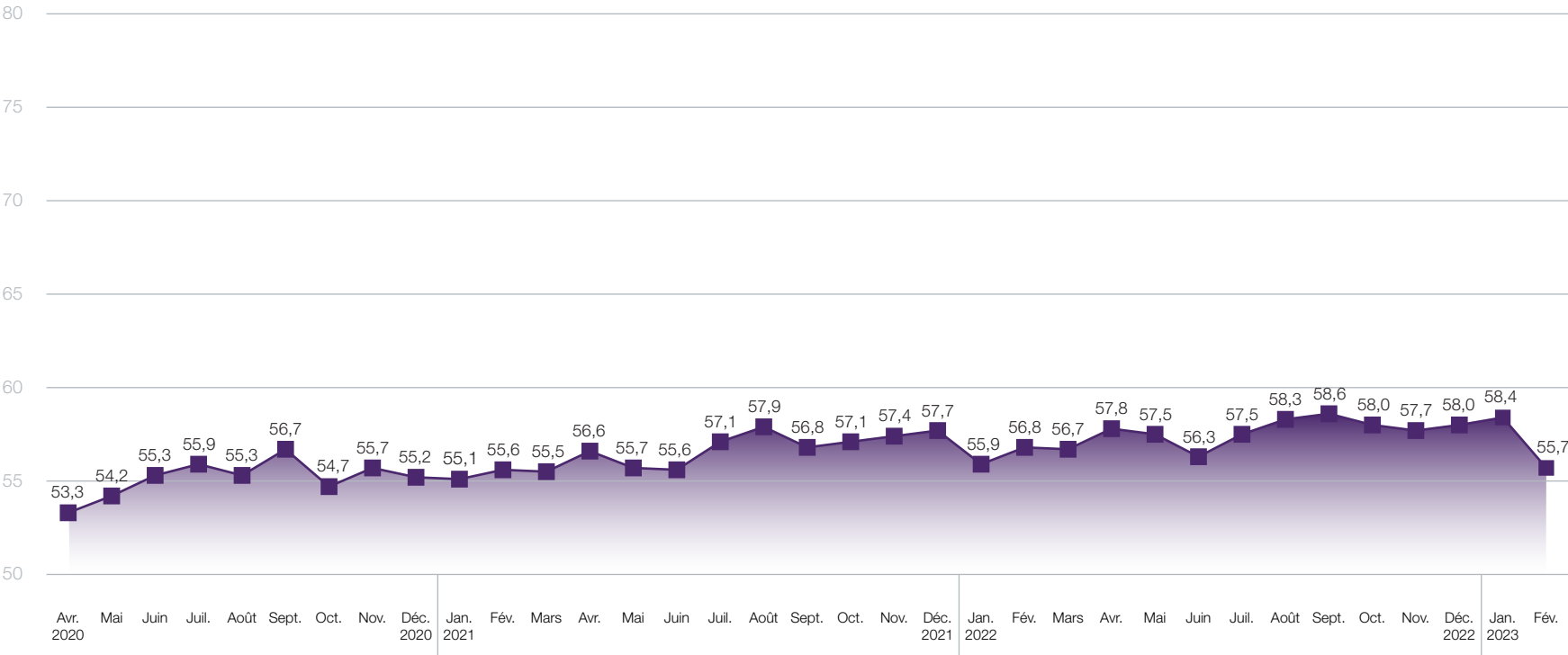
- Pour le dixième mois consécutif, l'anxiété, l'isolement et la productivité correspondent aux scores secondaires les plus bas.
- Tous les scores secondaires de santé mentale ont chuté par rapport à janvier 2023.
- Le score secondaire lié au risque financier a baissé de trois points par rapport au mois précédent, ce qui marque le déclin le plus important parmi tous les scores secondaires de santé mentale.

Scores secondaires de l'Indice de santé mentale	Février 2023	Janvier 2023
Anxiété	55,7	58,4
Isolement	59,1	61,0
Productivité	60,5	62,8
Dépression	61,2	63,0
Optimisme	65,3	65,9
Risque financier	66,7	69,7
Santé psychologique	70,5	71,8



Anxiété

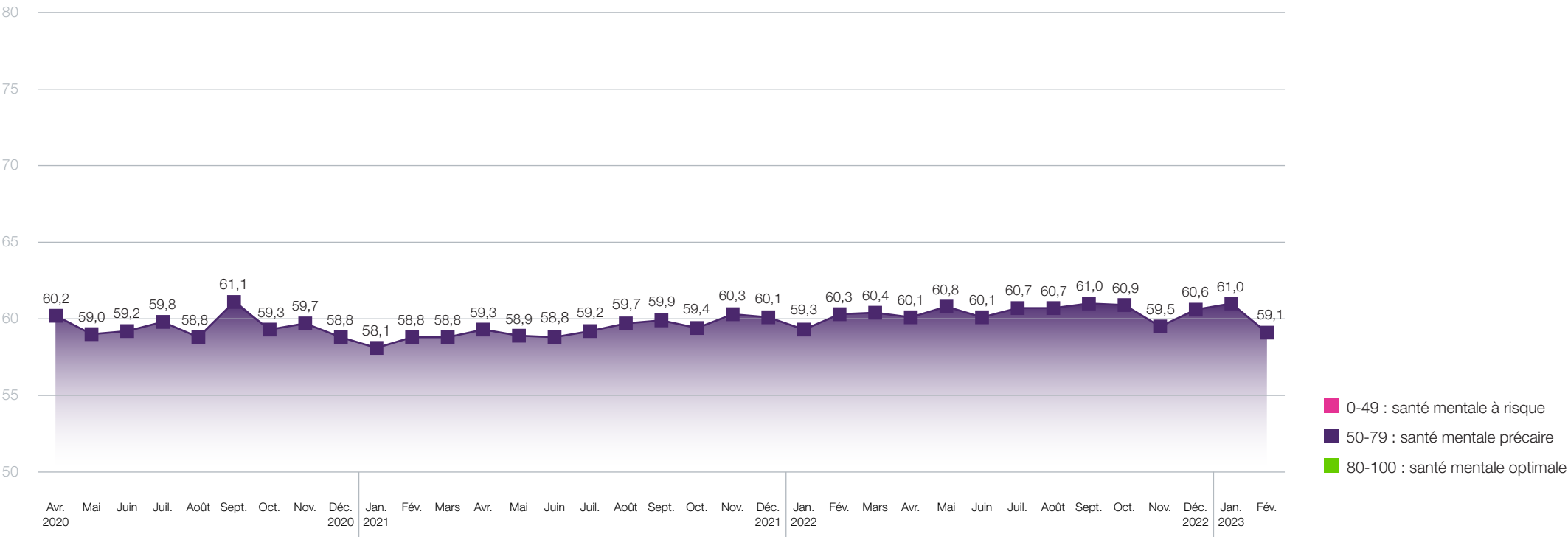
Le score secondaire lié à l'anxiété fluctue depuis le lancement de l'Indice en avril 2020. Après avoir atteint un sommet en septembre 2022, le score relatif à l'anxiété a fléchi jusqu'en novembre 2022. Après deux mois d'améliorations modestes, le score secondaire lié à l'anxiété a perdu 2,7 points en février 2023 pour atteindre son niveau le plus bas depuis juin 2021. Le score secondaire lié à l'anxiété demeure le plus faible de tous les scores secondaires de santé mentale pour le dixième mois de suite.



- 0-49 : santé mentale à risque
- 50-79 : santé mentale précaire
- 80-100 : santé mentale optimale

Isolement

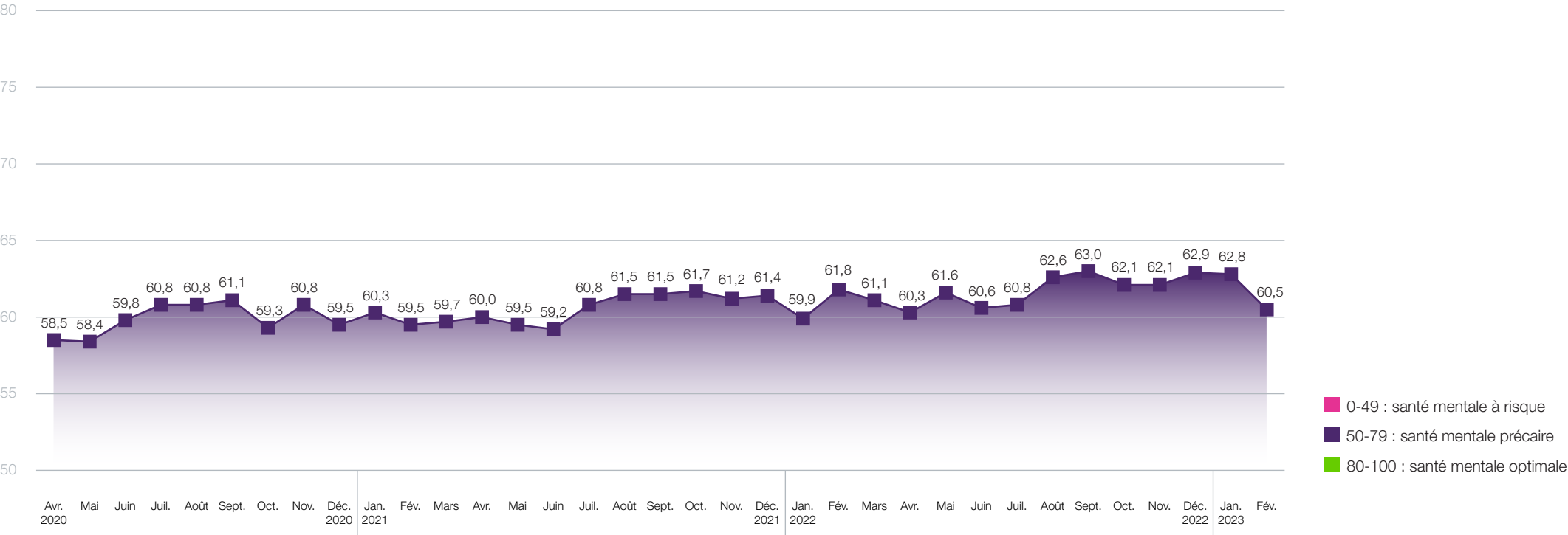
Bien qu’il s’améliore graduellement, le score secondaire relatif à l’isolement a connu une seule augmentation notable en septembre 2020. Après une baisse d’un point en novembre 2022, ce score secondaire a connu un rebond jusqu’en janvier 2023. Une forte baisse de 1,9 point est toutefois observée par rapport au mois précédent, ce qui donne lieu à un score secondaire lié à l’isolement comparable à certains des scores les plus bas observés depuis le lancement de l’Indice en avril 2020, au début de la pandémie.



Productivité

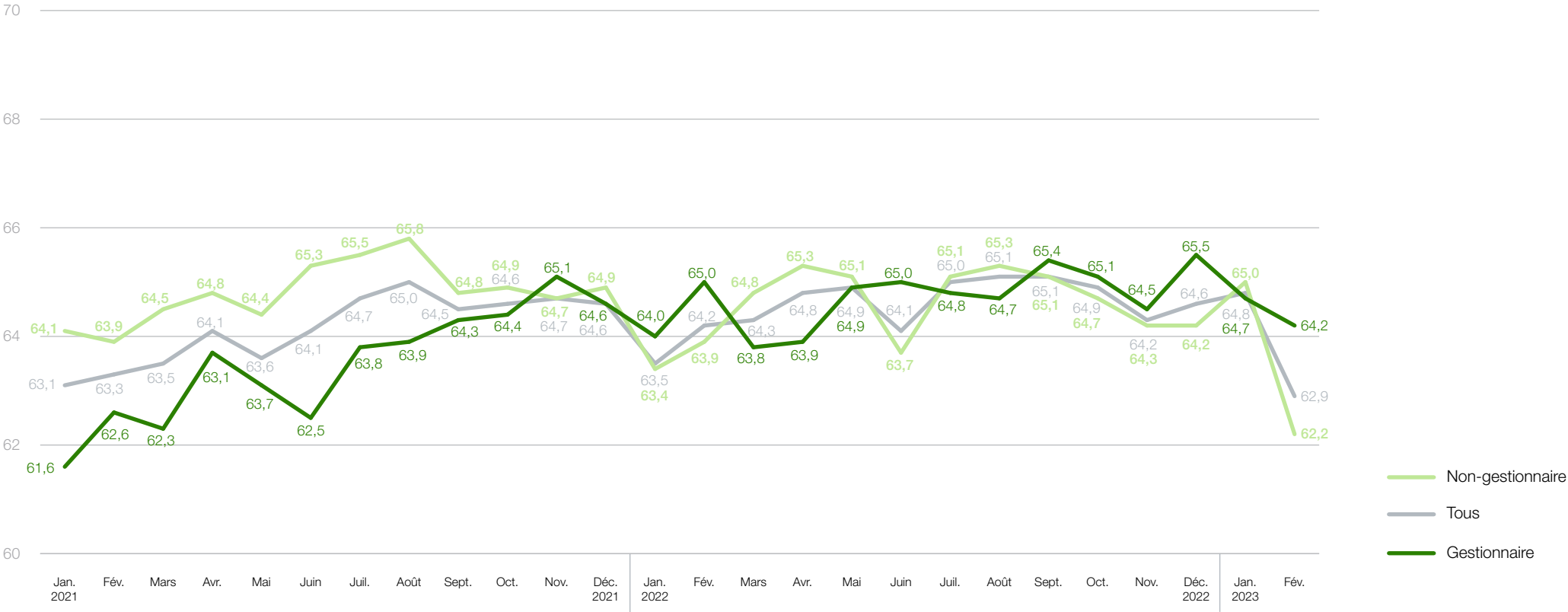
Le score secondaire relatif à la productivité mesure l'incidence de la santé mentale sur la productivité et l'atteinte des objectifs professionnels.

Il est instable depuis le lancement de l'ISM en avril 2020, ayant connu plusieurs périodes d'amélioration qui ont été suivies de déclin. Après avoir stagné pendant deux mois, le score secondaire lié à la productivité a augmenté de près d'un point en décembre 2022 et il est demeuré stable en janvier 2023. En février 2023, on observe une baisse de 2,3 points du score lié à la productivité, qui est à son plus bas niveau depuis huit mois.



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. La tendance s’est renversée en novembre 2021, les gestionnaires affichant un score de santé mentale moyen légèrement plus élevé que celui des non-gestionnaires. De mars à mai 2022, les gestionnaires affichaient de nouveau un score de santé mentale plus bas que celui des non-gestionnaires, mais cette tendance s’est une fois de plus inversée en juin 2022. Depuis juillet 2022, les gestionnaires et les non-gestionnaires présentent des scores de santé mentale similaires. En février 2023, la santé mentale des gestionnaires et des non-gestionnaires a diminué. Les gestionnaires présentent un score de santé mentale de 64,2, comparativement à 62,2 pour les non-gestionnaires et à une moyenne nationale de 62,9.



Données démographiques

- Depuis le lancement de l'ISM, les femmes affichent des scores de santé mentale nettement inférieurs à ceux des hommes. En février 2023, le score de santé mentale des femmes est de 60,3, comparativement à 65,3 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 personnes avec et sans enfants depuis le lancement de l'Indice, en avril 2020. Près de trois ans plus tard, ce phénomène se poursuit alors que les participants qui ont au moins un enfant obtiennent un score plus bas (60,5) que ceux qui n'en ont pas (64,1).

Emploi

- Dans l'ensemble, 4 pour cent des participants sont sans emploi² et 10 pour cent signalent une réduction de leur salaire ou de leurs heures de travail.
- Les participants dont les heures de travail ont été réduites par rapport au mois précédent ont le plus faible score de santé mentale (51,9), suivis de ceux dont le salaire a été réduit (54,2), puis de ceux présentement sans emploi (60,1) et de ceux dont le salaire ou les heures n'ont connu aucun changement (64,2).
- Les travailleurs canadiens qui ont des petits boulots affichent des scores de santé mentale inférieurs à ceux des travailleurs qui n'ont pas de petits boulots.
- Les gestionnaires ont un score de santé mentale supérieur (64,2) à celui des non-gestionnaires (62,2).
- Les participants qui travaillent pour des entreprises comptant entre 101 et 500 employés affichent le score de santé mentale le plus élevé (65,1).
- Les répondants qui travaillent pour des entreprises comptant entre 5001 et 10000 employés affichent le score de santé mentale le plus faible (60,0).



Fonds d'urgence

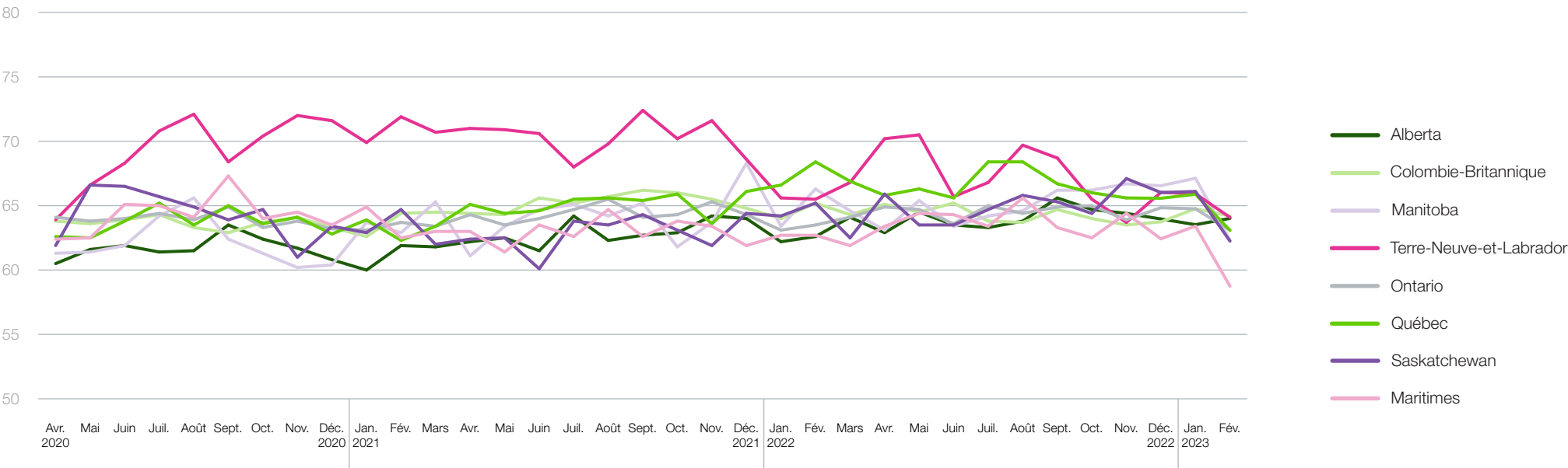
- Les personnes n'ayant pas de fonds d'urgence continuent d'obtenir un score de santé mentale plus faible (42,6) que l'ensemble du groupe (62,9). Ceux qui ont un fonds d'urgence obtiennent un score de santé mentale de 73,5.

² 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).

Depuis avril 2020, les scores de santé mentale provinciaux ont fluctué. À l'exception de Terre-Neuve-et-Labrador, ces fluctuations ont été similaires dans les provinces jusqu'en juillet 2021. Depuis septembre 2022, on observe un déclin des scores de santé mentale en Alberta, au Québec et à Terre-Neuve-et-Labrador, alors que les scores en Saskatchewan et au Manitoba ont augmenté légèrement. En février 2023, toutes les provinces à part l'Alberta ont vu leur score de santé mentale diminuer.

- Le Manitoba est la province qui a connu la plus grande diminution de son score de santé mentale (-4,8 points) par rapport à janvier 2023.
- Les Maritimes continuent d'afficher le score de santé mentale le plus bas (58,7), après une baisse de 4,7 points par rapport au mois précédent.



Situation d'emploi	Fév. 2023	Jan. 2023
En emploi (aucun changement d'heures ou de salaire)	64,2	65,8
En emploi (moins d'heures que le mois dernier)	51,9	56,2
En emploi (salaire réduit par rapport au mois dernier)	54,2	50,1
Présentement sans emploi	60,1	62,9

Groupe d'âge	Fév. 2023	Jan. 2023
20 à 29 ans	52,8	55,1
30 à 39 ans	59,1	59,1
40 à 49 ans	60,6	62,6
50 à 59 ans	65,2	65,5
60 à 69 ans	70,3	71,7

Nombre d'enfants	Fév. 2023	Jan. 2023
Aucun	64,1	65,8
1 enfant	61,0	62,6
2 enfants	61,1	62,2
3 enfants ou plus	54,4	60,6

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

Province	Fév. 2023	Jan. 2023
Alberta	64,0	63,5
Colombie-Britannique	64,2	64,8
Manitoba	62,3	67,1
Terre-Neuve-et-Labrador	64,1	65,9
Maritimes	58,7	63,4
Québec	63,1	65,9
Ontario	63,1	64,8
Saskatchewan	62,2	66,1

Sexe	Fév. 2023	Jan. 2023
Homme	65,3	67,2
Femme	60,8	62,4

Revenu	Fév. 2023	Jan. 2023
Moins de 30 k\$/année	52,0	56,0
30 k\$ à <60 k\$/année	58,7	61,3
60 k\$ à <100 k\$/année	62,3	63,3
100 k\$ à <150 k\$/année	65,4	67,6
150 k\$ ou plus	70,0	70,1

Taille de l'effectif	Fév. 2023	Jan. 2023
Travailleur autonome/propriétaire unique	64,9	67,2
2 à 50 employés	61,9	64,8
51 à 100 employés	60,8	63,5
101 à 500 employés	65,1	64,1
501 à 1 000 employés	60,7	63,0
1 001 à 5 000 employés	64,9	66,6
5 001 à 10 000 employés	60,0	64,5
Plus de 10 000 employés	63,5	65,1

Gestionnaire	Fév. 2023	Jan. 2023
Gestionnaire	64,2	64,7
Non-gestionnaire	62,2	65,0

Économie des petits boulots	Fév. 2023
N'a pas de petits boulots	64,9
Complément de revenus provenant d'un emploi stable	57,6
Pigiste à temps plein	58,6
Pigiste à temps partiel	61,5
Cumule les petits boulots à temps partiel	53,8
Essaie de se trouver des petits boulots, mais ne réussit pas	50,2

Indice de santé mentale (par secteur d'activité).

En février 2023, les participants qui travaillent dans le secteur des services d'administration et de soutien présentent le score de santé mentale le plus faible (54,7), suivis de ceux qui travaillent en restauration (55,9) et en agriculture, foresterie, pêche et chasse (60,3).

Les répondants qui travaillent dans les secteurs de l'extraction minière, l'exploitation en carrière et l'extraction pétrolière et gazière (71,1), du transport (68,8) et des services professionnels, scientifiques et techniques (68,5) 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	Février 2023	Janvier 2023	Variation
Extraction minière, exploitation en carrière et extraction pétrolière et gazière	71,1	67,9	3,3
Hébergement	63,6	61,9	1,7
Services financiers et assurances	64,3	63,6	0,7
Administrations publiques	67,0	66,4	0,6
Services d'enseignement	64,3	64,0	0,3
Arts, spectacles et loisirs	62,4	62,3	0,1
Transport	68,8	69,0	-0,1
Médias et télécommunications	65,3	65,6	-0,3
Soins de santé et assistance sociale	61,7	62,5	-0,7
Agriculture, foresterie, pêche et chasse	60,3	61,1	-0,9
Fabrication	64,6	65,6	-1,0
Automobile	65,9	67,0	-1,1
Autre	61,4	63,1	-1,8
Commerce de gros	63,9	65,8	-1,9
Restauration	55,9	57,8	-1,9
Services publics	64,3	66,3	-2,0
Services professionnels, scientifiques et techniques	68,5	70,5	-2,0
Technologie	61,8	63,8	-2,1
Services immobiliers, de location et de location à bail	62,4	64,9	-2,5
Entreposage	66,2	69,2	-3,0
Commerce de détail	61,2	64,6	-3,4
Construction	63,2	66,9	-3,7
Gestion de sociétés et d'entreprises	62,0	66,1	-4,1
Autres services (sauf les administrations publiques)	61,6	66,6	-5,0
Services d'administration et de soutien	54,7	65,1	-10,4

Indice de mieux-être financier.

Scores secondaires

Les pires scores secondaires liés au mieux-être financier sont, dans l'ordre, les scores de la perception de la situation financière, des connaissances, de l'incidence sur la productivité et des comportements.

- Tous les scores secondaires liés au mieux-être financier sont en déclin depuis l'été 2022.
- Le score secondaire lié à la perception de la situation financière a baissé de 3,1 points par rapport à l'été 2022, ce qui est le déclin le plus important parmi tous les scores secondaires de mieux-être financier.

Données démographiques

- Les femmes obtiennent un score de mieux-être financier (58,6) inférieur à celui des hommes (64,3).
- Les scores de mieux-être financier s'améliorent avec l'âge.
- Le score de mieux-être financier des ménages avec enfants est inférieur à celui des ménages sans enfants.

Scores secondaires de l'Indice de mieux-être financier	Février 2023	Juillet 2022
Perception	53,6	56,7
Connaissances	63,4	64,9
Incidence sur la productivité	64,5	67,5
Comportements	68,5	71,2

Emploi

- Les participants dont le salaire a été réduit par rapport au mois précédent ont le plus faible score de mieux-être financier (47,4), suivis de ceux dont les heures de travail ont été réduites (51,3), puis de ceux présentement sans emploi (56,7) et de ceux dont le salaire ou les heures n'ont connu aucun changement (62,7).
- Les gestionnaires obtiennent un score de mieux-être financier (64,3) supérieur à celui des non-gestionnaires (63,9).
- Les travailleurs canadiens qui n'ont pas de petits boulots obtiennent un meilleur score de mieux-être financier que ceux ayant des petits boulots.
- Les participants qui travaillent pour des entreprises comptant plus de 10 000 employés obtiennent le score de mieux-être financier le plus élevé (65,0).
- Les répondants qui travaillent pour des entreprises comptant entre 501 et 1 000 employés affichent le score de mieux-être financier le plus faible (58,1).

Situation d'emploi	Fév. 2023
En emploi (aucun changement d'heures ou de salaire)	62,7
En emploi (moins d'heures que le mois dernier)	51,3
En emploi (salaire réduit par rapport au mois dernier)	47,4
Présentement sans emploi	56,7

Groupe d'âge	Fév. 2023
20 à 29 ans	53,3
30 à 39 ans	57,6
40 à 49 ans	57,7
50 à 59 ans	64,0
60 à 69 ans	68,6

Nombre d'enfants	Fév. 2023
Aucun	63,7
1 enfant	57,7
2 enfants	56,0
3 enfants ou plus	49,0

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

Province	Fév. 2023
Alberta	59,5
Colombie-Britannique	61,9
Manitoba	59,6
Terre-Neuve-et-Labrador	57,4
Maritimes	57,2
Québec	62,1
Ontario	62,5
Saskatchewan	62,4

Sexe	Fév. 2023
Homme	64,3
Femme	58,6

Revenu	Fév. 2023
Moins de 30 k\$/année	48,4
30 k\$ à <60 k\$/année	55,3
60 k\$ à <100 k\$/année	60,1
100 k\$ à <150 k\$/année	64,6
150 k\$ ou plus	70,9

Taille de l'effectif	Fév. 2023
Travailleur autonome/propriétaire unique	61,9
2 à 50 employés	59,2
51 à 100 employés	58,7
101 à 500 employés	62,7
501 à 1 000 employés	58,1
1 001 à 5 000 employés	63,1
5 001 à 10 000 employés	61,0
Plus de 10 000 employés	65,0

Gestionnaire	Fév. 2023
Gestionnaire	64,3
Non-gestionnaire	63,9

Économie des petits boulots	Fév. 2023
N'a pas de petits boulots	63,5
Complément de revenus provenant d'un emploi stable	56,3
Pigiste à temps plein	55,6
Pigiste à temps partiel	58,4
Cumule les petits boulots à temps partiel	50,6
Essaie de se trouver des petits boulots, mais ne réussit pas	46,6

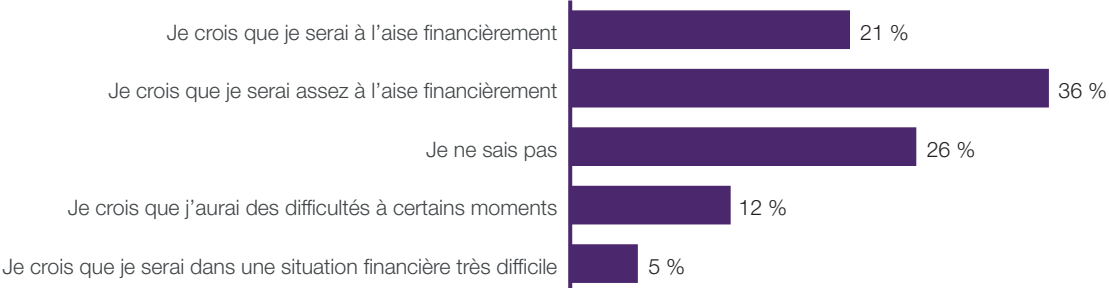
Pleins feux sur...

Avenir financier

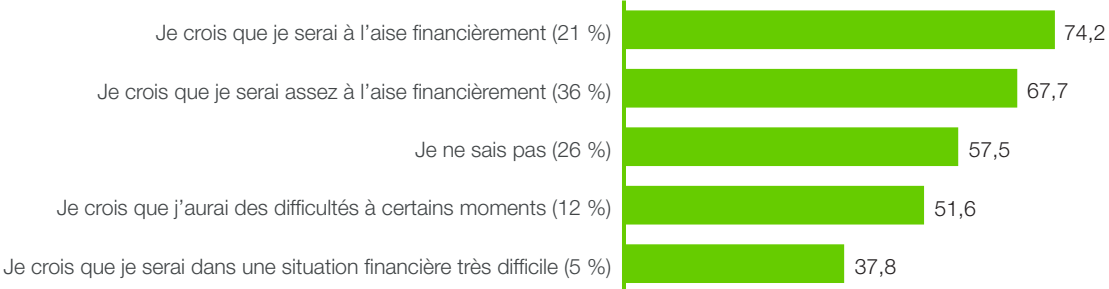
On a demandé aux travailleurs canadiens comment ils envisagent leur avenir financier (au cours des 10 prochaines années).

- Plus du tiers (36 pour cent) croient qu'ils seront assez à l'aise financièrement, 26 pour cent ne savent pas et 21 pour cent croient qu'ils seront à l'aise financièrement.
- Les répondants qui croient qu'ils seront à l'aise financièrement (21 pour cent) obtiennent les meilleurs scores de santé mentale (74,2) et de mieux-être financier (75,0).
- Les répondants qui croient qu'ils seront dans une situation financière très difficile (5 pour cent) obtiennent les pires scores de santé mentale (37,8) et de mieux-être financier (33,5).
- Les personnes qui n'ont pas de fonds d'urgence sont près de trois fois plus susceptibles que celles qui en ont un à croire qu'elles se trouveront dans une situation financière très difficile.
- Les répondants dont le revenu familial annuel dépasse 100 000 \$ sont 60 pour cent plus susceptibles que les personnes dont le revenu familial annuel n'atteint pas ce seuil à croire qu'ils seront à l'aise financièrement.

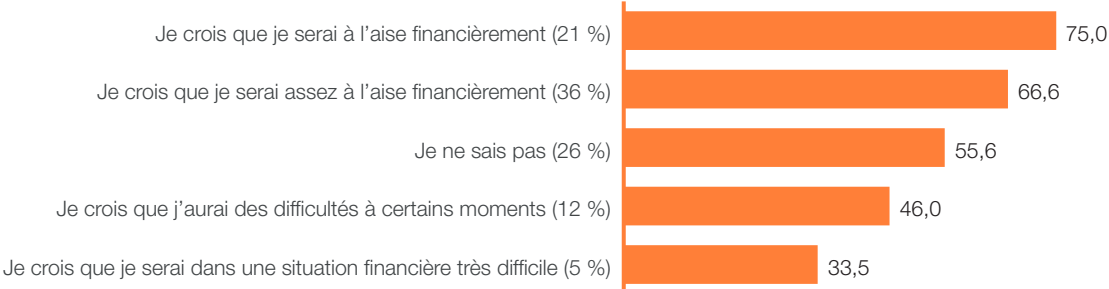
Comment envisagez-vous votre avenir financier?



Score de l'ISM selon « Comment envisagez-vous votre avenir financier? »



Score de l'IMF selon « Comment envisagez-vous votre avenir financier? »



Dettes

On a demandé aux travailleurs canadiens s'ils se sont déjà sentis accablés par leurs dettes.

- Plus de la moitié (55 pour cent) ne se sont jamais sentis accablés par leurs dettes, et ce groupe obtient les meilleurs scores de santé mentale (70,8) et de mieux-être financier (72,2).
- Près de la moitié (45 pour cent) se sont déjà sentis accablés par leurs dettes, et ce groupe affiche les pires scores de santé mentale (53,4) et de mieux-être financier (48,1).
- Les répondants sans fonds d'urgence sont près de 70 pour cent plus susceptibles que ceux qui en ont un à se sentir accablés par leurs dettes.
- Les répondants qui ont des petits boulots sont 20 pour cent plus susceptibles d'affirmer s'être déjà sentis accablés par leurs dettes que ceux qui n'ont pas de petits boulots.



Vous êtes-vous déjà senti accablé par vos dettes?



Score de l'ISM selon l'énoncé « Vous êtes-vous déjà senti accablé par vos dettes? »



Score de l'IMF selon l'énoncé « Vous êtes-vous déjà senti accablé par vos dettes? »

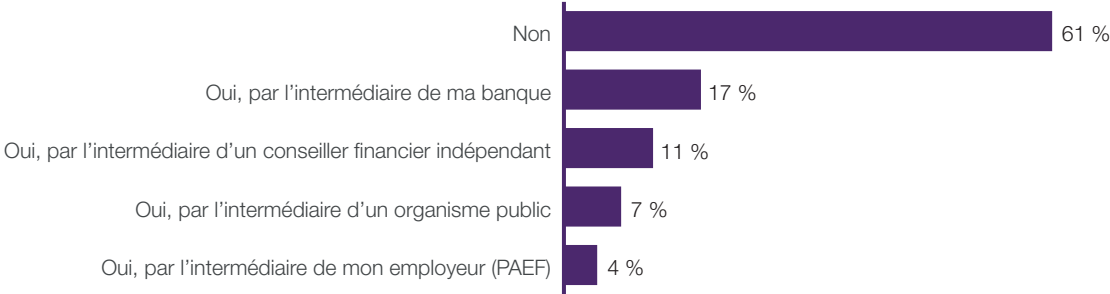


On a demandé aux travailleurs canadiens qui se sont déjà sentis accablés par leurs dettes s'ils ont déjà fait appel à des services de conseils financiers ou d'accompagnement.

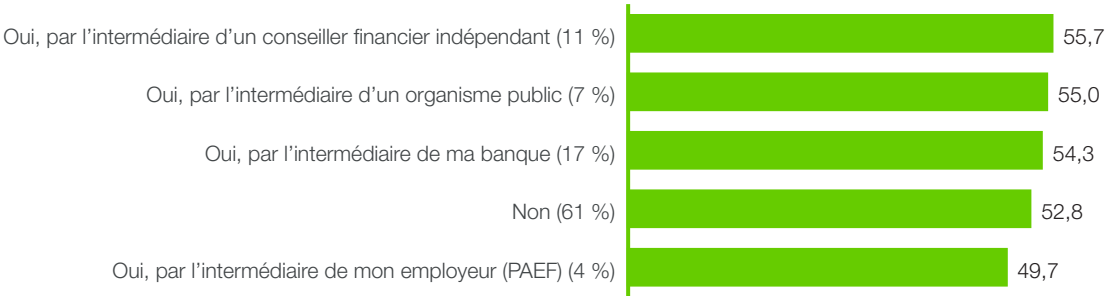
- Plus de trois sur cinq (61 pour cent) n'ont pas fait appel à des services de conseils financiers ou d'accompagnement pour gérer leurs dettes, et ce groupe affiche des scores de santé mentale (52,8) et de mieux-être financier (47,0) en dessous des moyennes nationales.
- Plus d'un sur dix (11 pour cent) a fait appel à des services de conseils financiers ou d'accompagnement par l'intermédiaire d'un conseiller financier indépendant. Ce groupe obtient les meilleurs scores de santé mentale (55,7) et de mieux-être financier (52,2), mais ces scores sont bien en dessous des moyennes nationales.
- Les personnes qui ont des petits boulots et qui se sont déjà senties accablées par leurs dettes sont 70 pour cent plus susceptibles de faire appel à des services de conseils financiers par l'intermédiaire de leur banque et sept fois plus susceptibles d'accéder à des conseils financiers par l'intermédiaire de leur employeur (PAEF*) que celles qui n'ont pas de petits boulots.

* programme d'aide aux employés et à la famille

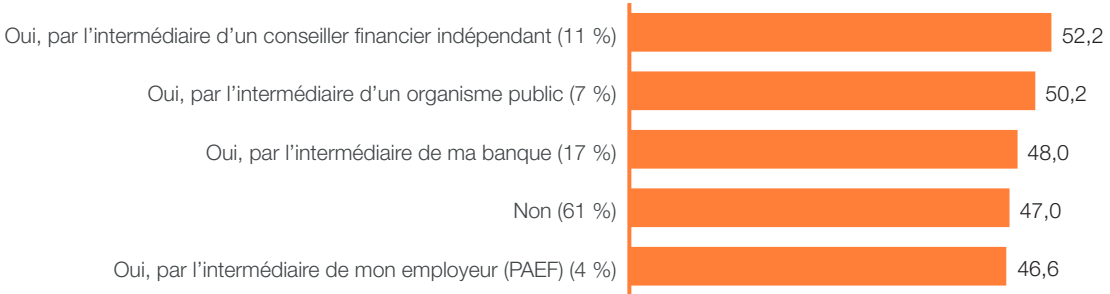
Avez-vous fait appel à des services de conseils financiers ou d'accompagnement pour gérer vos dettes?



Score de l'ISM selon l'énoncé « Avez-vous fait appel à des services de conseils financiers ou d'accompagnement pour gérer vos dettes? »

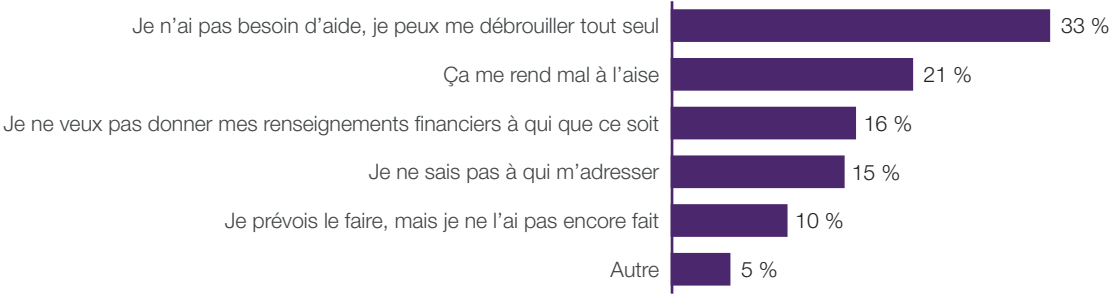


Score de l'IMF selon l'énoncé « Avez-vous fait appel à des services de conseils financiers ou d'accompagnement pour gérer vos dettes? »

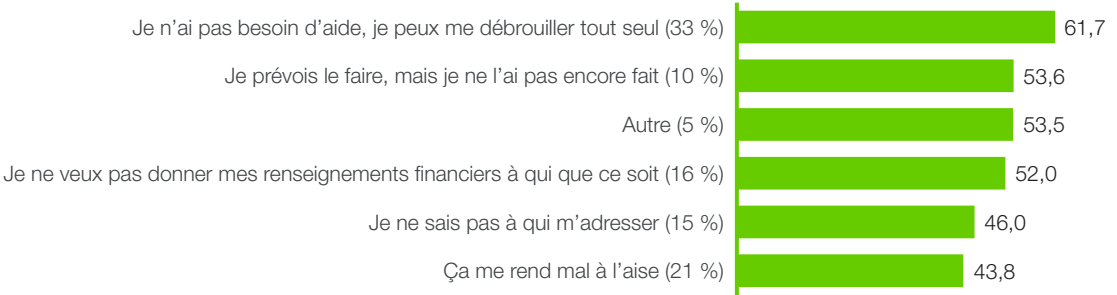


- On a demandé aux Canadiens qui n’ont pas fait appel à des services de conseils financiers ou d’accompagnement pour gérer leurs dettes d’en indiquer la raison.
- Le tiers (33 pour cent) ont indiqué qu’ils se débrouillent tout seuls, et ce groupe obtient les meilleurs scores de santé mentale (61,7) et de mieux-être financier (58,9).
 - Plus d’un répondant sur cinq (21 pour cent) affirme que faire appel à des services de conseils financiers ou d’accompagnement pour gérer ses dettes le rend mal à l’aise. Ce groupe affiche les pires scores de santé mentale (43,8) et de mieux-être financier (37,6).
 - Les répondants de moins de 40 ans sont 50 pour cent plus susceptibles que ceux de 50 ans et plus à affirmer que s’ils ne font pas appel à des services de conseils financiers ou d’encadrement pour gérer leurs dettes, c’est parce qu’ils sont mal à l’aise de le faire.
 - Les personnes qui n’ont pas de fonds d’urgence sont 60 pour cent plus susceptibles que celles qui en ont un à affirmer qu’elles sont mal à l’aise de faire appel à des services de conseils financiers ou d’encadrement pour gérer leurs dettes.
 - Les personnes qui ont un fonds d’urgence sont 70 pour cent plus susceptibles que celles qui n’en ont pas à affirmer qu’elles peuvent se débrouiller seules.

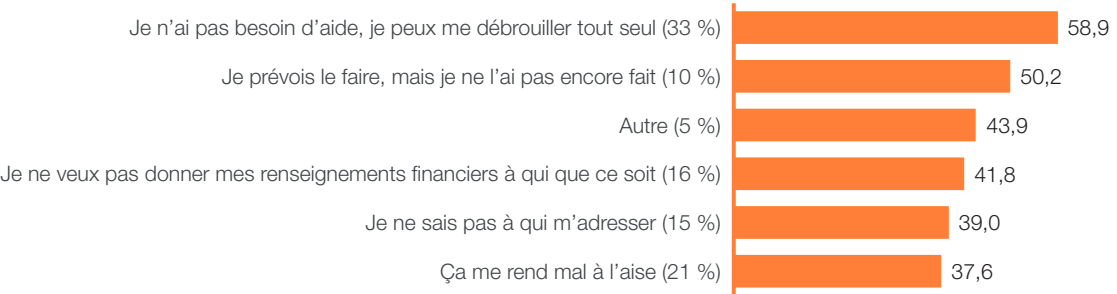
Raisons de ne pas faire appel à des services de conseils financiers ou d’accompagnement pour gérer les dettes



Score de l’ISM selon « les raisons de ne pas faire appel à des services de conseils financiers ou d’accompagnement pour gérer les dettes »



Score de l’IMF selon « les raisons de ne pas faire appel à des services de conseils financiers ou d’accompagnement pour gérer les dettes »



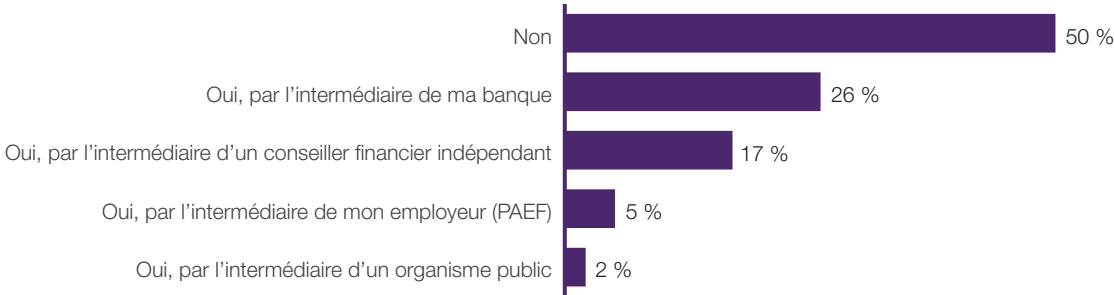
Placement et planification de la retraite.

On a demandé aux travailleurs canadiens s'ils ont sollicité des conseils financiers en matière de placement ou de planification de la retraite.

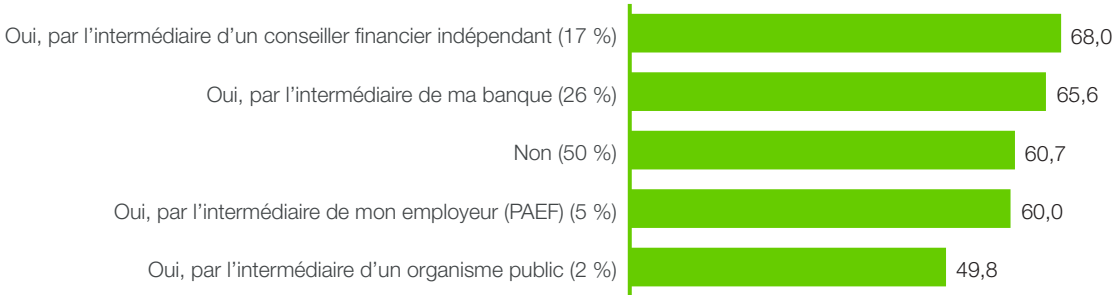
- La moitié des participants (50 pour cent) n'ont pas sollicité de conseils financiers en matière de placement ou de planification de la retraite, et ce groupe obtient des scores de santé mentale (60,7) et de mieux-être financier (57,4) inférieurs aux moyennes nationales.
- Près d'un répondant sur cinq (17 pour cent) a obtenu des conseils financiers par l'intermédiaire d'un conseiller financier indépendant. Ce groupe obtient les scores de santé mentale (68,0) et de mieux-être financier (69,4) les plus élevés, bien au-dessus des moyennes nationales.
- Les participants qui ont des petits boulots sont huit fois plus susceptibles de solliciter des conseils financiers en matière de placement et de planification de la retraite par l'intermédiaire d'un organisme public et trois fois plus susceptibles de solliciter ce genre de conseils par l'intermédiaire de leur employeur (PAEF) que ceux qui n'ont pas de petits boulots.



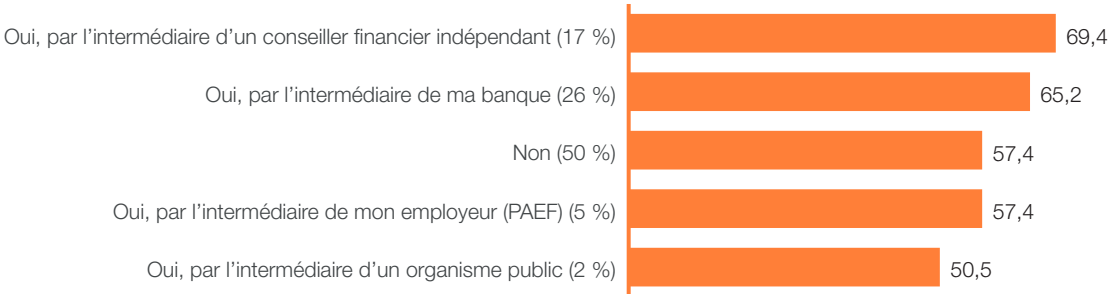
Avez-vous sollicité des conseils financiers en matière de placement ou de planification de la retraite?



Score de l'ISM selon l'énoncé « Avez-vous sollicité des conseils financiers en matière de placement ou de planification de la retraite? »



Score de l'IMF selon l'énoncé « Avez-vous sollicité des conseils financiers en matière de placement ou de planification de la retraite? »

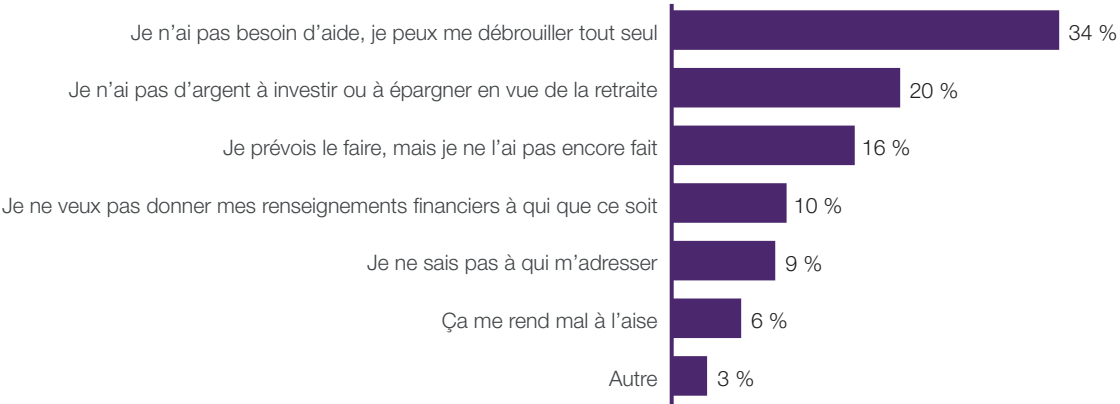


On a demandé aux travailleurs canadiens qui n'ont pas sollicité de conseils financiers en matière de placement ou de planification de la retraite d'en indiquer la raison.

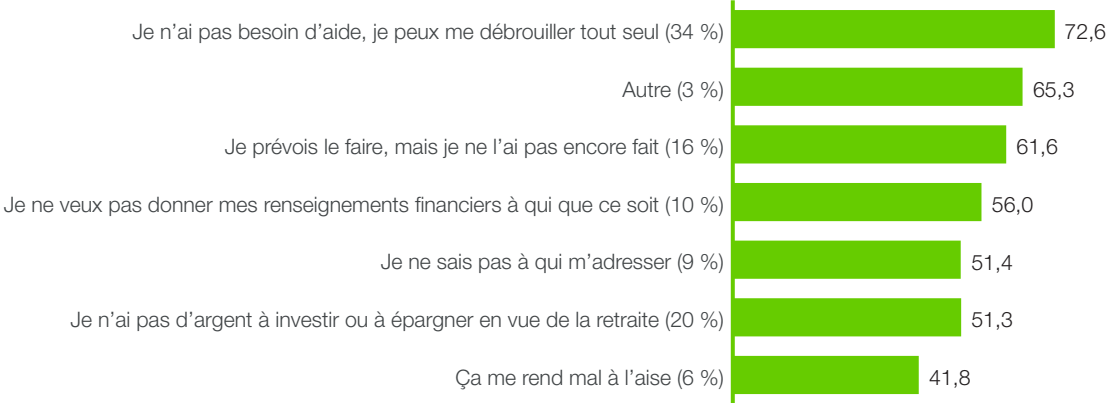
- Plus du tiers (34 pour cent) affirment pouvoir se débrouiller seuls, et ce groupe affiche les scores de santé mentale (72,6) et de mieux-être financier (73,9) les plus élevés, bien au-dessus des moyennes nationales.
- Six pour cent affirment se sentir mal à l'aise de solliciter des conseils financiers. Ce groupe affiche les scores de santé mentale (41,8) et de mieux-être financier (38,0) les plus bas.
- Les hommes sont 50 pour cent plus susceptibles que les femmes d'affirmer qu'ils peuvent se débrouiller seuls.



Raisons de ne pas solliciter de conseils financiers en matière de placement ou de planification de la retraite

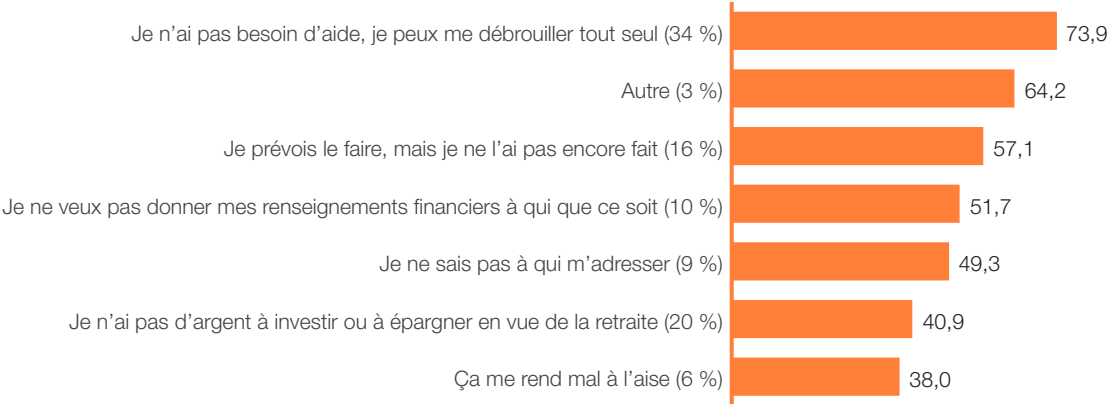


Score de l'ISM selon « les raisons de ne pas solliciter de conseils financiers en matière de placement ou de planification de la retraite »



- Les personnes qui n’ont pas de fonds d’urgence sont trois fois plus susceptibles que celles qui en ont un d’affirmer qu’elles se sentent mal à l’aise de solliciter des conseils financiers.
- Les personnes qui ont un fonds d’urgence sont deux fois et demie plus susceptibles que celles qui n’en ont pas d’affirmer qu’elles peuvent se débrouiller seules.

Score de l’IMF selon « les raisons de ne pas solliciter de conseils financiers en matière de placement ou de planification de la retraite »

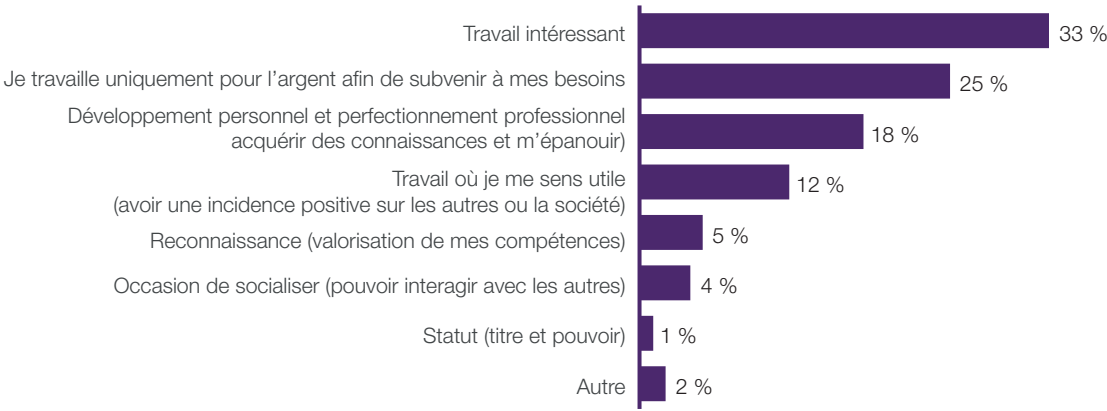


Facteurs considérés dans le choix d'un employeur.

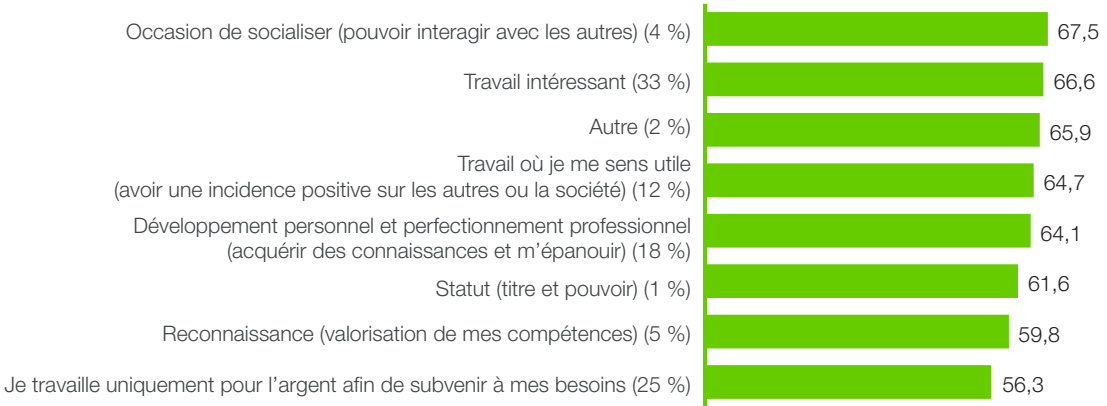
On a demandé aux travailleurs canadiens d'indiquer ce qui les motive le plus dans le choix de leur carrière ou de leur emploi, outre le revenu.

- Le tiers (33 pour cent) indiquent qu'outre le revenu, un travail intéressant est le premier facteur de motivation dans le choix de leur carrière ou de leur emploi, 25 pour cent affirment travailler uniquement pour l'argent afin de subvenir à leurs besoins, 18 pour cent évoquent le développement personnel et le perfectionnement professionnel, et 12 pour cent veulent un travail où ils se sentent utiles.
- Les 25 pour cent des répondants qui travaillent uniquement pour l'argent afin de subvenir à leurs besoins obtiennent les pires scores de santé mentale (56,3) et de mieux-être financier (55,1).
- Les personnes qui citent l'occasion de socialiser comme principal facteur de motivation dans le choix de leur carrière ou de leur emploi (quatre pour cent) obtiennent les meilleurs scores de santé mentale (67,5) et de mieux-être financier (65,9).

Qu'est-ce qui vous motive dans le choix de votre carrière ou de votre emploi?



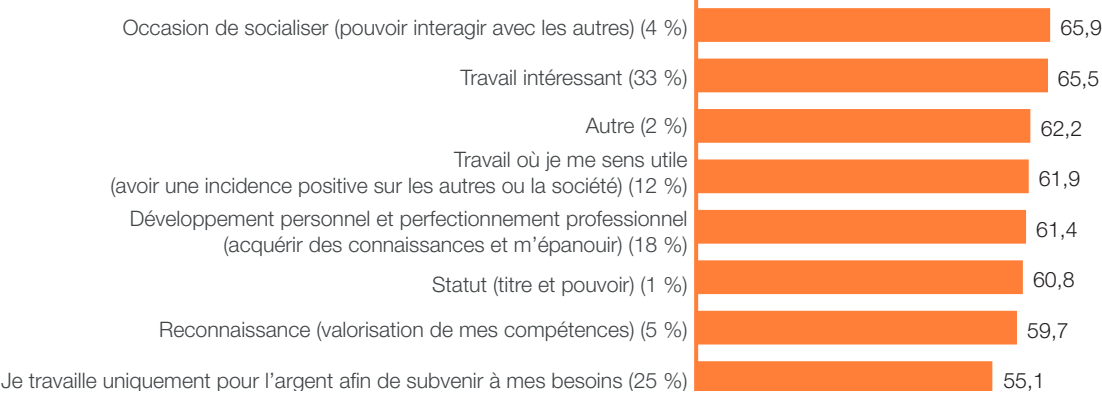
Score de l'ISM selon « Qu'est-ce qui vous motive dans le choix de votre carrière ou de votre emploi? »





- Les gestionnaires sont 50 pour cent plus susceptibles que les non-gestionnaires de déclarer que le développement personnel et le perfectionnement professionnel sont le facteur qui les motive le plus dans le choix de leur carrière ou de leur emploi.
- Les personnes dont le revenu familial annuel est inférieur à 100 000 \$ sont 50 pour cent plus susceptibles que celles dont le revenu familial annuel dépasse 100 000 \$ d'affirmer qu'elles travaillent uniquement pour l'argent afin de subvenir à leurs besoins.

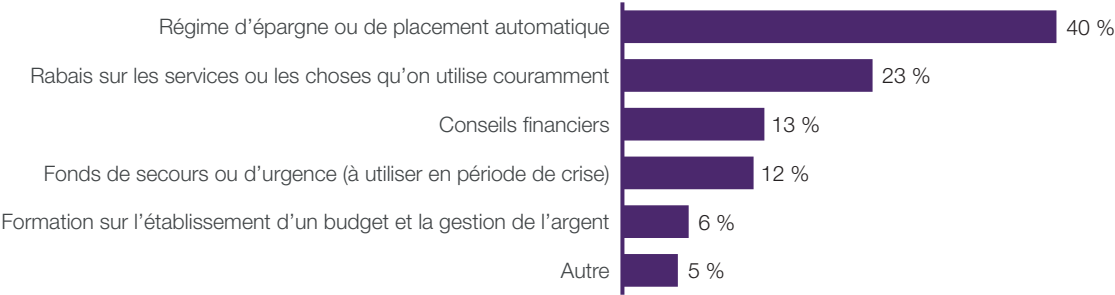
Score de l'IMF selon « Qu'est-ce qui vous motive dans le choix de votre carrière ou de votre emploi? »



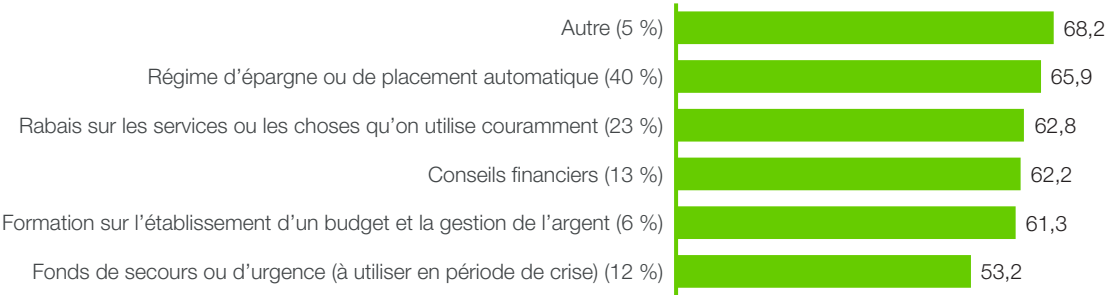
On a demandé aux travailleurs canadiens quel élément leur serait le plus utile s’il était offert par leur employeur, à part les régimes d’épargne-retraite ou les cotisations de contrepartie.

- Deux répondants sur cinq (40 pour cent) ont indiqué qu’un régime d’épargne ou de placement automatique serait l’élément le plus utile offert par leur employeur, et ce groupe arrive au deuxième rang des scores de santé mentale (65,9) et de mieux-être financier (64,5) les plus élevés.
- Plus d’un répondant sur dix (12 pour cent) a indiqué qu’un fonds de secours ou d’urgence serait l’élément le plus utile. Ce groupe obtient les scores de santé mentale (53,2) et de mieux-être financier (48,8) les plus bas, bien en dessous des moyennes nationales.
- Les personnes dont le revenu familial annuel est inférieur à 100 000 \$ sont 50 pour cent plus susceptibles que celles dont le revenu familial annuel dépasse 100 000 \$ d’affirmer qu’un fonds de secours ou d’urgence serait l’élément le plus utile.
- Les répondants sans fonds d’urgence sont 70 pour cent plus susceptibles que ceux qui en ont un d’affirmer qu’un fonds de secours ou d’urgence serait l’élément le plus utile.

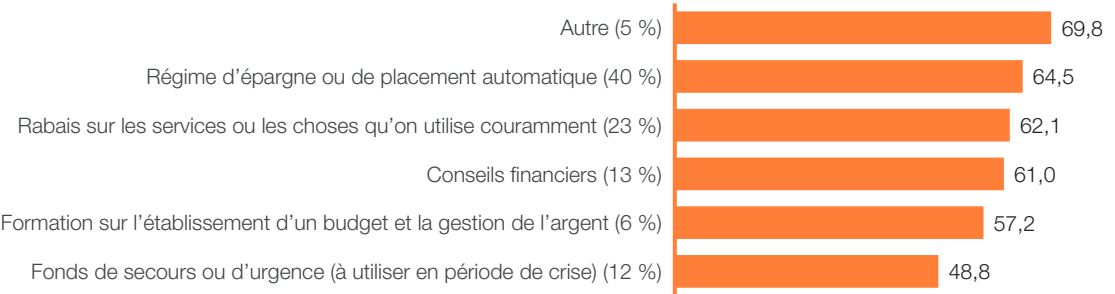
Élément qui serait le plus utile s’il était offert par l’employeur



Score de l’ISM selon « l’élément qui serait le plus utile s’il était offert par l’employeur »

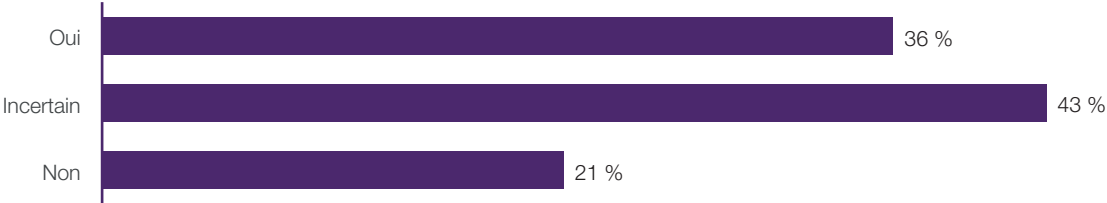


Score de l’IMF selon « l’élément qui serait le plus utile s’il était offert par l’employeur »



- On a demandé aux travailleurs canadiens s'ils quitteraient leur employeur pour un autre qui offre un régime de retraite à revenu garanti.
- Plus du tiers (36 pour cent) quitteraient leur employeur pour un autre qui offre un régime de retraite à revenu garanti, et ce groupe obtient les scores de santé mentale (59,2) et de mieux-être financier (57,7) les plus bas, bien en dessous des moyennes nationales.
 - Plus d'un travailleur sur cinq (21 pour cent) ne quitterait pas son employeur pour un autre qui offre un régime de retraite à revenu garanti, et ce groupe obtient les scores de santé mentale (70,2) et de mieux-être financier (68,9) les plus élevés.
 - Les répondants qui ont un fonds d'urgence sont 70 pour cent plus susceptibles que ceux qui n'en ont pas d'affirmer qu'ils ne quitteraient pas leur employeur pour un autre qui offre un régime de retraite à revenu garanti.
 - Les personnes qui n'ont pas de petits boulots sont 60 pour cent plus susceptibles que celles qui ont des petits boulots de déclarer qu'elles ne quitteraient pas leur employeur pour un autre qui offre un régime de retraite à revenu garanti.

Seriez-vous prêt à quitter votre employeur pour un autre qui offre un régime de retraite à revenu garanti?



Score de l'ISM selon l'énoncé « Seriez-vous prêt à quitter votre employeur pour un autre qui offre un régime de retraite à revenu garanti? »



Score de l'IMF selon l'énoncé « Seriez-vous prêt à quitter votre employeur pour un autre qui offre un régime de retraite à revenu garanti? »

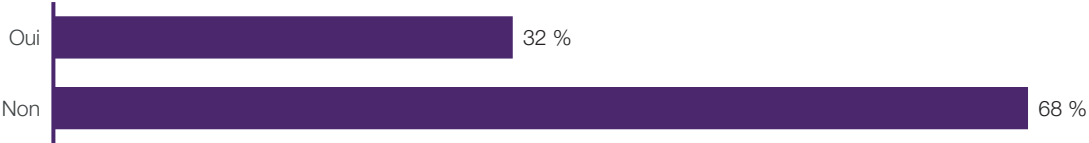


Épargne accumulée durant la pandémie.

On a demandé aux travailleurs canadiens s'ils ont accumulé de l'épargne en surplus durant la pandémie.

- Plus des deux tiers (68 pour cent) n'ont pas accumulé d'épargne en surplus pendant la pandémie, et ce groupe obtient les scores de santé mentale (59,9) et de mieux-être financier (56,1) les plus bas.
- Près du tiers (32 pour cent) ont accumulé de l'épargne en surplus durant la pandémie. Ce groupe obtient les scores de santé mentale (69,5) et de mieux-être financier (72,6) les plus élevés, nettement supérieurs aux moyennes nationales.
- Les personnes qui ont des petits boulots sont 20 pour cent plus susceptibles que celles qui n'ont pas de petits boulots d'avoir accumulé de l'épargne en surplus durant la pandémie.

Avez-vous accumulé de l'épargne en surplus durant la pandémie?



Score de l'ISM selon l'énoncé « Avez-vous accumulé de l'épargne en surplus durant la pandémie? »



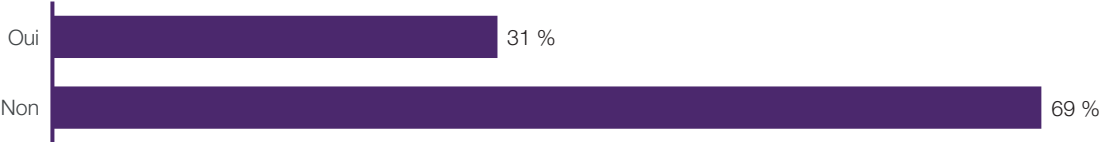
Score de l'IMF selon l'énoncé « Avez-vous accumulé de l'épargne en surplus durant la pandémie? »



On a demandé aux travailleurs canadiens qui ont accumulé de l'épargne en surplus durant la pandémie s'ils doivent maintenant puiser dans cette épargne pour maintenir leur niveau de vie.

- Près de sept répondants sur dix (69 pour cent) n'ont pas besoin de puiser dans leur épargne en surplus pour maintenir leur niveau de vie, et ce groupe affiche les scores de santé mentale (74,4) et de mieux-être financier (79,2) les plus élevés, bien au-dessus des moyennes nationales.
- Près du tiers (31 pour cent) doivent puiser dans leur épargne en surplus pour maintenir leur niveau de vie. Ce groupe affiche les scores de santé mentale (58,7) et de mieux-être financier (57,8) les plus bas.
- Les personnes qui ont des petits boulots sont trois fois plus susceptibles de devoir puiser dans leur épargne en surplus, comparativement à celles qui n'ont pas de petits boulots.
- Les personnes sans fonds d'urgence sont deux fois et demie plus susceptibles que celles qui en ont un d'affirmer devoir puiser dans leur épargne en surplus pour maintenir leur niveau de vie.
- Les parents sont presque deux fois plus susceptibles que les personnes qui n'ont pas d'enfants de devoir puiser dans leur épargne en surplus pour maintenir leur niveau de vie.
- Les personnes dont le revenu familial annuel est inférieur à 100 000 \$ sont 70 pour cent plus susceptibles que celles dont le revenu familial annuel dépasse 100 000 \$ de devoir puiser dans leur épargne en surplus pour maintenir leur niveau de vie.

Devez-vous maintenant puiser dans cette épargne en surplus pour maintenir votre niveau de vie?



Score de l'ISM selon « Devez-vous maintenant puiser dans l'épargne en surplus pour maintenir votre niveau de vie? »



Score de l'IMF selon « Devez-vous maintenant puiser dans l'épargne en surplus pour maintenir votre niveau de vie? »



Contrecoups d'une récession antérieure.

On a demandé aux travailleurs canadiens s'il leur était déjà arrivé de subir les contrecoups d'une récession ou d'un ralentissement économique.

- Plus de la moitié (52 pour cent) n'ont jamais subi les contrecoups d'une récession ou d'un ralentissement économique, et ce groupe obtient les meilleurs scores de santé mentale (68,1) et de mieux-être financier (67,5).
- Près de la moitié (48 pour cent) ont déjà subi les contrecoups d'une récession ou d'un ralentissement économique. Ce groupe obtient les scores de santé mentale (57,3) et de mieux-être financier (54,5) les plus bas, bien en dessous des moyennes nationales.
- Les répondants sans fonds d'urgence sont 50 pour cent plus susceptibles que ceux qui en ont un d'affirmer avoir déjà subi les contrecoups d'une récession ou d'un ralentissement économique.



Vous est-il déjà arrivé de subir les contrecoups d'une récession ou d'un ralentissement économique?



Score de l'ISM selon l'énoncé « Vous est-il déjà arrivé de subir les contrecoups d'une récession ou d'un ralentissement économique? »



Score de l'IMF selon l'énoncé « Vous est-il déjà arrivé de subir les contrecoups d'une récession ou d'un ralentissement économique? »

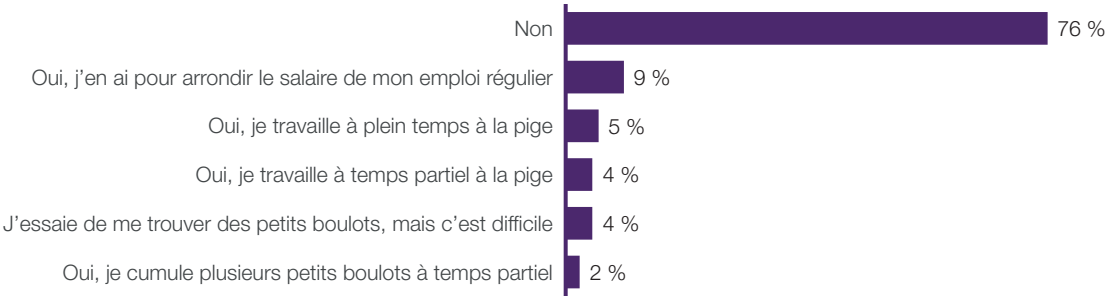


Économie des petits boulots.

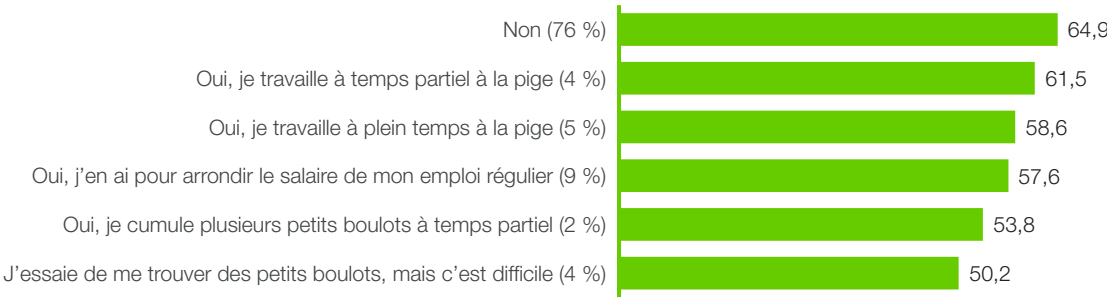
On a demandé aux travailleurs canadiens s'ils ont des petits boulots.

- Plus des trois quarts (76 pour cent) n'ont pas de petits boulots, et ce groupe affiche les scores de santé mentale (64,9) et de mieux-être financier (63,5) les plus élevés.
- Vingt-quatre pour cent des travailleurs canadiens ont des petits boulots. Le score de santé mentale de ce groupe est inférieur à la moyenne nationale (62,9).
- Les quatre pour cent qui essaient de se trouver des petits boulots, mais qui éprouvent des difficultés, obtiennent les scores de santé mentale (50,2) et de mieux-être financier (46,6) les plus bas.
- Les parents sont près de deux fois plus susceptibles que les personnes qui n'ont pas d'enfants d'avoir des petits boulots pour arrondir le salaire de leur emploi régulier.
- Les personnes de moins de 40 ans sont deux fois et demie plus susceptibles d'avoir des petits boulots pour arrondir le salaire de leur emploi régulier que celles qui ont plus de 50 ans.

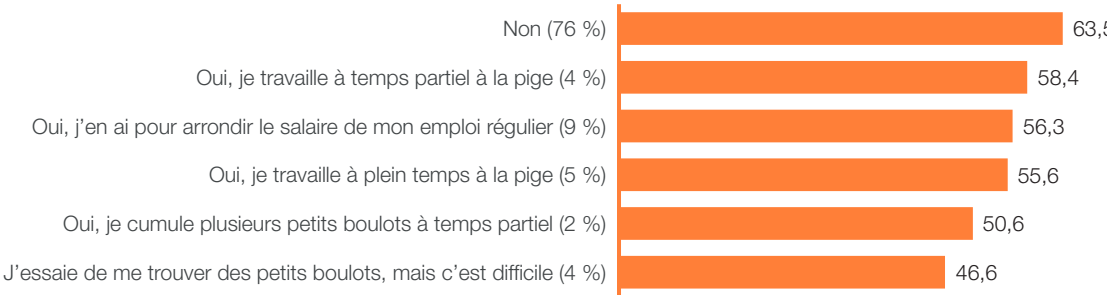
Avez-vous des petits boulots?



Score de l'ISM selon l'énoncé « Avez-vous des petits boulots? »



Score de l'IMF selon l'énoncé « Avez-vous des petits boulots? »



Aperçu de l'Indice de santé mentale par TELUS Santé (auparavant LifeWorks).

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 3000 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 contenues dans le présent rapport ont été recueillies entre le 10 et le 28 février 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 ISM@lifeworks.com





www.telussante.com

