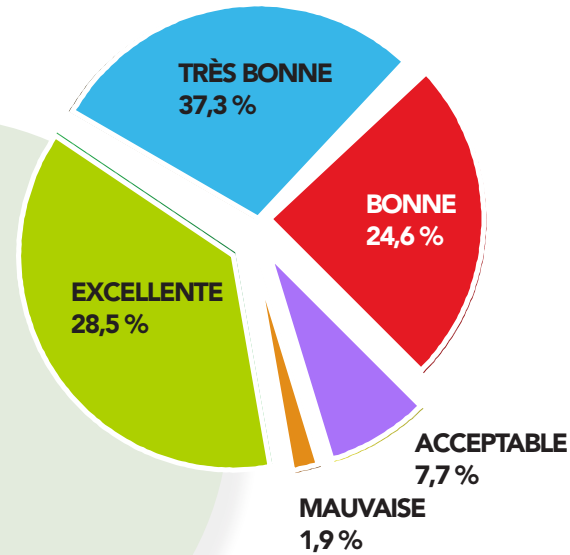


FEUILLET 8 SANTÉ MENTALE ET SOUTIEN SOCIAL



- En général, une majorité d'hommes (90,4 %) ont qualifié leur santé mentale de bonne à excellente.
- Les hommes de plus de 70 ans ont signalé une meilleure santé mentale que ceux des autres groupes d'âge.
- Les hommes de l'extérieur de Montréal, Toronto et Vancouver ont déclaré le meilleur état de santé mentale.

SOUTIEN SOCIAL

Les participants ne bénéficient pas tous du même degré ou type de soutien social.

19,0 %

n'avaient personne à qui parler de leurs émotions ou de leurs préoccupations personnelles.

13,5 %

n'avaient personne pour les conseiller dans des décisions personnelles importantes.

11,3 %

n'avaient personne sur qui compter en situation de crise.

9,6 %

n'avaient personne qui les fait se sentir aimés et importants.

BIEN-ÊTRE ÉMOTIONNEL

Au cours des 6 mois précédents...



19,3 %

ont souvent
ou toujours ressenti
de la tristesse



17,0 %

ont souvent ou toujours
ressenti une insatisfaction
face à la vie en général

19,7 %

ont souvent ou toujours
ressenti du
découragement et de
l'inquiétude
face à l'avenir

13,9 %

ont souvent ou
toujours ressenti
une déprime

24,8 %

ont souvent ou toujours
ressenti de la solitude

11,7 %

ont souvent ou
toujours eu envie
de pleurer

RÉSILIENCE

Une majorité des participants étaient d'accord avec l'énoncé « Je suis capable de m'adapter au changement ».

56,5 %

Entièrement vrai

25,0 %

Généralement vrai

13,5 %

Parfois
vrai

3,5 %
Rarement vrai

1,5 %

Entièrement faux