



## Reconnaître et explorer la santé mentale positive

Dialogue sur les politiques : synthèse et analyse

Facteurs qui influent sur la santé



Institut canadien  
d'information sur la santé

Canadian Institute  
for Health Information

## Qui nous sommes

Fondé en 1994, l'ICIS est un organisme autonome sans but lucratif qui fournit de l'information essentielle sur le système de santé du Canada et sur la santé des Canadiens. Il est financé par les gouvernements fédéral, provinciaux et territoriaux et supervisé par un conseil d'administration formé de dirigeants du secteur de la santé de partout au pays.

## Notre vision

Contribuer à améliorer le système de santé canadien et le bien-être des Canadiens en étant un chef de file de la production d'information impartiale, fiable et comparable qui permet aux dirigeants du domaine de la santé de prendre des décisions mieux éclairées.

# Table des matières

Sommaire .....	1
Section 1 : Contexte et introduction .....	3
Contexte .....	3
Méthodes et processus .....	5
Section 2 : Conceptualisation de la santé mentale positive .....	6
Rapport de l'Initiative sur la santé de la population canadienne intitulé <i>Améliorer la santé des Canadiens : explorer la santé mentale positive</i> . . .	7
Cerner les thèmes clés .....	9
Section 3 : Reconnaître et explorer la santé mentale positive — partager les travaux de recherche et l'expérience .....	11
Racines de l'empathie .....	12
Programme Triple P — Pratiques parentales positives au Manitoba . . .	13
Gouvernement du Nouveau-Brunswick — promouvoir la santé mentale dans l'ensemble des secteurs .....	14
Un mouvement social pour une santé mentale positive .....	17
Discussion ouverte — explorer les travaux de recherche et l'expérience .....	18
Section 4 : Concrétiser une vision de l'avenir qui englobe la santé mentale positive .....	21
Concrétiser la vision .....	22
Section 5 : Sommaire de l'atelier .....	28
Annexe A : Sommaire détaillé des activités de groupe portant sur les mesures et les stratégies .....	29
Stratégies clés cernées lors de l'activité de groupe « Concrétiser la vision » .....	30
Références .....	33



# Sommaire

## Initiative sur la santé de la population canadienne (ISPC), Institut canadien d'information sur la santé (ICIS)

Le dialogue avait pour but de faire participer un groupe varié d'experts à la promotion et à la compréhension des approches et des activités qui favorisent des concepts positifs en matière de santé mentale et de bien-être ainsi qu'à l'échange de connaissances sur le sujet. Voici leurs opinions et leurs conseils.

<p>Quelles mesures se sont avérées efficaces pour promouvoir la santé mentale?</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• réaliser des travaux dans divers contextes comme la famille, l'école, le milieu de travail et la collectivité</li> <li>• cibler différents groupes tout au long de la vie</li> <li>• combiner des activités de promotion de la santé mentale et de prévention</li> <li>• adapter des stratégies aux besoins des groupes cibles</li> <li>• assurer la collaboration entre les secteurs et les disciplines</li> <li>• tenir compte des facteurs sociaux, écologiques, économiques, politiques et culturels ayant un effet sur l'amélioration de la santé mentale (p. ex. l'emploi, le logement et l'éducation)</li> <li>• créer des environnements positifs (p. ex. les milieux qui assurent la disponibilité de soutiens et de relations et qui favorisent la qualité de ces relations)</li> </ul>
<p>Quels sont des exemples de mesures mises en place dans divers milieux pour promouvoir la santé mentale positive?</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• programmes en milieu scolaire qui font la promotion de l'apprentissage affectif et social</li> <li>• programmes provinciaux qui cherchent à habiliter les parents et à renforcer les familles</li> <li>• stratégies de collaborations entre les ministères en vue d'améliorer la prestation de services et de promouvoir le bien-être</li> <li>• mouvement social dans l'ensemble du Canada pour une santé mentale positive</li> </ul>
<p>Quels sont les aspects clés à prendre en considération lorsqu'il s'agit d'intégrer la notion de santé mentale positive aux activités?</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• contexte, déterminants et équité</li> <li>• renforcement des capacités et des relations</li> <li>• éléments de preuve et évaluation</li> </ul>
<p>Quels sont les grands principes qui orienteront les interventions futures?</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• promotion d'approches adaptées aux milieux</li> <li>• engagement des collectivités</li> <li>• collaboration intersectorielle</li> </ul>
<p>Quelles sont les stratégies clés qui favoriseront la santé mentale positive au Canada?</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• mettre l'accent sur les déterminants : mettre en œuvre des initiatives dans l'ensemble du Canada pour faciliter l'accès au logement et aux ressources économiques et éducatives</li> <li>• faire évoluer la culture sur le plan des valeurs : intégrer la notion d'apprentissage affectif et de santé mentale positive dans les programmes d'enseignement primaire, secondaire, postsecondaire et de formation professionnelle</li> <li>• concevoir des stratégies de communication plus efficaces : élaborer un guide canadien du bien-être mental, à l'instar des autres guides portant sur l'alimentation saine ou l'activité physique</li> <li>• produire, consolider et mettre à profit des éléments de preuve : créer des ressources électroniques permettant de partager les pratiques exemplaires et prometteuses, qui seraient accessibles par l'intermédiaire d'un portail, d'une base de données ou d'un réseau en ligne</li> <li>• garantir la pérennité des ressources : investir dans une stratégie pancanadienne en matière de santé mentale et de maladie mentale</li> </ul>



# Section 1 : Contexte et introduction

## Contexte

En mars 2009, l'Initiative sur la santé de la population canadienne (ISPC), une composante de l'Institut canadien d'information sur la santé (ICIS), a publié le rapport *Améliorer la santé des Canadiens : explorer la santé mentale positive* pour mieux conceptualiser la notion de santé mentale positive. Le rapport examine la recherche, les programmes et les politiques, et présente de nouvelles analyses des données en matière de santé mentale positive et de promotion de la santé mentale. À la suite de telles publications, l'ISPC s'efforce de mettre en valeur les éléments de preuve et l'information sur la santé de la population en invitant les décideurs, les planificateurs de programmes et les dirigeants communautaires à participer à un dialogue éclairé et à un échange de renseignements. Le présent rapport résume le processus de mobilisation qui a fait suite au rapport *Améliorer la santé des Canadiens*.

La première étape du processus consistait à identifier, à l'échelle du Canada, des intervenants clés possédant des connaissances, une expertise et une expérience solides en ce qui a trait à la promotion de la santé mentale positive et du mieux-être, et animés d'une volonté d'en apprendre plus sur le sujet. Ces personnes étaient prêtes non seulement à faire part de leur propre expérience et des leçons qu'elles avaient apprises, mais également à tisser des liens avec les autres et à apprendre de leur vécu. Dans le cadre, entre autres, d'un atelier sur invitation et de consultations menées avant et après l'atelier, ces personnes ont été plongées dans un dialogue sur les politiques<sup>1</sup> mettant l'accent sur les approches en matière de santé mentale positive.

### Dialogues sur les politiques

Les dialogues sur les politiques, ou processus délibératifs, servent à apporter un soutien et une participation accrue à la prise de décisions fondées sur des données probantes<sup>1-3</sup>. Ces méthodes s'appuient sur plusieurs éléments de preuve pour faciliter la discussion sur les actions fondées sur les données probantes, et les contextes où ce type de stratégie est possible. Les dialogues sur les politiques peuvent également être considérés eux-mêmes comme des éléments de preuve qui complètent les autres formes de données scientifiques<sup>3</sup>. Ce type de processus sert à susciter la participation de divers groupes d'intervenants aux processus décisionnels<sup>1</sup> et à harmoniser données scientifiques et points de vue des intervenants<sup>3</sup>.

Un atelier sur invitation d'une journée organisé par l'ISPC, le ministère de la Santé et le ministère du Mieux-être, de la Culture et du Sport du Nouveau-Brunswick a eu lieu le 20 mai 2010. L'atelier visait à stimuler et à promouvoir la compréhension des approches et activités qui favorisent des concepts positifs en matière de santé mentale et de mieux-être ainsi que l'échange de connaissances sur le sujet. Trois objectifs avaient été fixés :

- partager les résultats de certains projets de recherche actuels axés sur la santé mentale positive et la promotion de la santé mentale;
- partager les pratiques prometteuses et les expériences vécues dans le cadre d'initiatives communautaires ainsi que d'autres types d'activités et d'approches axées sur la santé mentale positive et la promotion de la santé mentale;
- favoriser la création de réseaux réunissant les personnes qui travaillent dans les domaines susceptibles d'appuyer la promotion de la santé mentale.

L'atelier a réuni quelque 50 participants représentant un large éventail d'intérêts et de points de vue : des responsables de l'élaboration des politiques des gouvernements fédéral, provinciaux et territoriaux, des créateurs et des planificateurs de programmes, des organismes communautaires, des membres des communautés des Premières Nations, des chercheurs et des défenseurs de la cause de la santé mentale. Champions du changement au sein de leur collectivité et de leur milieu de pratique, ces participants ont été choisis pour représenter la grande diversité d'intervenants qui participent aux décisions relatives à la promotion de la santé mentale, ou qui sont concernés par les effets de ces décisions. L'inclusion d'une telle diversité de participants est conforme aux recommandations actuelles en matière de planification de dialogues sur les politiques<sup>1</sup>.

Le présent rapport résume les discussions qui se sont déroulées durant l'atelier et inclut la synthèse et les analyses découlant des consultations supplémentaires. Il est divisé en cinq sections :

**La section 1** donne un aperçu du contexte et de la méthodologie.

**La section 2** synthétise l'information sur la conceptualisation de la santé mentale positive et les facteurs qui l'influencent. Cette information a été recueillie au cours de l'atelier et des consultations.

**La section 3** présente un résumé des présentations des panélistes présents à l'atelier, ainsi qu'une analyse de la discussion de groupe qui a suivi sur les stratégies et les leçons tirées des diverses approches qui intègrent la notion de santé mentale positive.

**La section 4** met en relief l'examen critique que les participants ont entrepris afin de cerner des stratégies pratiques et réalistes menant au changement et à l'action. Elle présente également des réflexions sur les principales stratégies mises en place à la suite du dialogue.

**La section 5** consiste en un sommaire de l'atelier, présenté en guise de conclusion.



## Méthodes et processus

Avant l'atelier, l'ISPC a conçu et distribué un questionnaire visant à évaluer les expériences et les perceptions des participants relativement à la santé mentale positive. Il comportait des questions sur le degré de connaissance de la notion de santé mentale positive, sur les activités et les facteurs qui favorisent ou empêchent sa promotion, sur les concepts clés comme *l'adaptation* et *l'épanouissement* et sur les efforts de promotion de la santé mentale au Canada. Le questionnaire a été distribué sous forme électronique. La synthèse des thèmes clés a servi à établir le programme de l'atelier et à appuyer les discussions.

L'atelier sur invitation qui a suivi a permis aux participants d'apprendre les uns des autres, de partager et de collaborer de plusieurs façons. Durant la première partie de la séance, les participants ont travaillé en petits groupes pour arriver à une vision commune des concepts et des défis relatifs à la santé mentale positive. Ce consensus a servi de fondement à la discussion. Des présentations d'experts sur la recherche actuelle et les pratiques prometteuses ont ensuite eu lieu, suivies d'une discussion ouverte qui a permis aux participants et aux experts de travailler de concert pour déterminer les prochaines mesures à prendre visant à favoriser la mise en place d'activités axées sur les nouvelles approches en matière de santé mentale positive.

La seconde partie de l'atelier a été consacrée à des activités de groupe qui ont permis de cerner des stratégies pour passer à l'action. Pour cela, les petits groupes ont participé à une discussion ouverte où ils ont réfléchi à la façon d'introduire les principes de santé mentale positive et de promotion de la santé mentale dans les politiques et interventions futures. Une série d'activités de groupe employant la méthode des diagrammes d'affinités<sup>4, 5</sup> a ensuite eu lieu afin de mettre au point des stratégies pratiques et réalistes pour atteindre les objectifs fixés plus tôt dans l'atelier. Au cours de ce processus, les participants ont dû réfléchir individuellement et en petits groupes à des stratégies applicables à court, à moyen et à long terme. Ils se sont ensuite placés en triades composées de trois petits groupes pour établir une liste consensuelle de stratégies et placer ces dernières par ordre de priorité. Pour la dernière étape, les représentants de chaque triade se sont réunis pour trouver un consensus, aidés des commentaires du grand groupe. (Une description détaillée de ce processus est présentée à l'annexe A.) Les activités prévues pour l'après-midi visaient à favoriser la planification et la collaboration. Les participants devaient fixer des objectifs pour les activités à venir dans leur milieu respectif et élaborer des stratégies plus générales de promotion de la santé et du mieux-être.

Après l'atelier, l'ISPC a distribué un deuxième questionnaire aux participants pour mieux évaluer leurs connaissances et leur expérience. Ce questionnaire comportait des questions sur la connaissance de la notion de santé mentale

positive, sur les facteurs qui favorisent ou empêchent sa promotion, ainsi que sur les principaux conseils pour promouvoir la santé mentale au Canada. Cette étape a également permis aux participants de réfléchir aux mesures pratiques, réalistes et novatrices pouvant être appliquées dans leur milieu respectif pour favoriser le changement. Les questionnaires ont été distribués sous forme électronique. Le présent rapport comprend une synthèse des principales conclusions de cette consultation.

Chaque partie de l'atelier (présentations d'experts, discussions ouvertes, activités de groupe et questionnaires distribués avant et après l'atelier) a fait l'objet d'une synthèse et d'une analyse thématique qui forment l'une des sections du présent rapport. Ces sections portent notamment sur la conceptualisation de la santé mentale positive et du mieux-être au Canada, l'exploration de ces concepts et les mesures visant à les promouvoir.

## Section 2 : Conceptualisation de la santé mentale positive

La santé mentale positive présente diverses dimensions et peut être définie et mesurée de plusieurs manières<sup>6</sup>. Cette variation, combinée à l'absence de définitions standard à l'échelle internationale et nationale, peut nuire à l'établissement d'un consensus clair sur la notion de santé mentale positive, sur les facteurs pouvant l'influencer et sur la façon de l'intégrer aux activités de promotion de la santé et du mieux-être.

Au cours des consultations menées avant l'atelier, les participants se sont montrés préoccupés par l'étroitesse des conceptions de la santé mentale positive et de la faible portée des stratégies en la matière. La consultation a également révélé la présence d'approches variées et parfois contradictoires à la compréhension des dimensions de ce phénomène. Les commentaires des participants ont fait ressortir l'importance d'élargir la conceptualisation de la santé mentale positive et d'adopter des stratégies qui favorisent des approches plus holistiques.

Pour tenter de résoudre ces problèmes, des discussions approfondies sur la conceptualisation de la santé mentale positive ont eu lieu pendant l'atelier. Dans leurs mots d'ouverture, les commanditaires de l'activité<sup>i</sup> ont proposé de laisser de côté la vision de la santé mentale axée sur la maladie pour adopter des approches fondées sur un point de vue plus large des déterminants sociaux de la santé. Ils ont également souligné l'importance de mettre l'accent sur des concepts comme les environnements positifs et l'inclusion sociale. Ils ont précisé que chacun pouvait prendre des mesures au sein de sa collectivité et dans sa pratique professionnelle pour promouvoir des activités

i. Les mots d'ouverture ont été prononcés par Jean Harvey, directrice de l'ISPC; Kenneth Ross, sous-ministre adjoint, ministère de la Santé du Nouveau-Brunswick; et Ronald Durelle, sous-ministre adjoint, ministère du Mieux-être, de la Culture et du Sport du Nouveau-Brunswick.

proactives, intéressantes et novatrices qui tiennent compte des concepts de la santé mentale positive. Renchérissant sur ces propos, Andrew Taylor, chef de section à l'ISPC, a présenté un survol des travaux de l'ISPC sur la santé mentale et la résilience, traitant notamment du plus récent rapport sur la santé mentale positive.

## Rapport de l'Initiative sur la santé de la population canadienne intitulé *Améliorer la santé des Canadiens : explorer la santé mentale positive*

L'ISPC a produit trois rapports sur la santé mentale et la résilience qui examinent les déterminants liés à la santé de la population en présentant des analyses documentaires des travaux de recherche, de nouvelles analyses des données, ainsi que des sommaires de ce que nous savons ou ignorons en matière de politiques et de programmes. Les conclusions des deux premiers rapports mettaient l'accent sur les groupes vulnérables (les personnes susceptibles de devenir itinérantes, de commettre des actes de délinquance ou d'avoir des démêlés avec le système de justice pénale) et exploraient les déterminants individuels, sociaux, culturels, physiques et socioéconomiques de la santé mentale. Ces rapports soulignent le rôle positif des interventions de promotion de la santé mentale, ainsi que les éventuels bienfaits des mesures visant à atténuer les risques et les maladies et à promouvoir les facteurs de protection de la santé.

Ces conclusions ont mené à une troisième publication intitulée *Améliorer la santé des Canadiens : explorer la santé mentale positive*. Ce dernier rapport s'éloigne de la question de la maladie mentale, y compris des questions portant sur les services, l'accès et la stigmatisation, pour explorer plus en profondeur les déterminants de la santé mentale au sein de la population. Le rapport offre une synthèse des recherches et des analyses existantes sur le concept de santé mentale positive, explorant notamment les façons de mesurer la santé mentale positive, son rôle dans la santé globale, les facteurs qui lui sont associés et les stratégies de promotion de la santé mentale au sein de la population.

M. Taylor a utilisé la définition de la santé mentale qui est citée dans le rapport comme cadre de référence pour discuter de la santé mentale positive. Selon cette définition, « la santé mentale est la capacité qu'a chacun d'entre nous de ressentir, de penser et d'agir de manière à améliorer notre aptitude à jouir de la vie et à relever les défis auxquels nous sommes confrontés. Il s'agit d'un sentiment positif de bien-être émotionnel et spirituel qui respecte l'importance de la culture, de l'équité, de la justice sociale, des interactions et de la dignité personnelle<sup>7</sup>. »

M. Taylor a fait remarquer qu'une grande partie de la recherche dans le domaine de la santé mentale positive porte sur des facteurs relatifs à l'aptitude à jouir de la vie, et que les données recueillies indiquent que cette aptitude peut évoluer au fil du temps. Cette évolution est souvent due à des facteurs qui vont au-delà de la génétique et de la personnalité, et incluent les circonstances de la vie, les milieux familial et social, les structures sociales et les comportements. Tout cela permet d'envisager la possibilité de provoquer des changements et de favoriser le bien-être au sein de la population. Les recherches montrent par ailleurs que les stratégies d'adaptation par lesquelles les personnes ou les collectivités composent avec les situations difficiles en les affrontant sont liées à des résultats plus favorables pour la santé. De plus, des études indiquent que la résilience face à l'adversité est associée à l'interaction de plusieurs facteurs de risque et de protection agissant à plusieurs niveaux, notamment sur les plans de la famille, du système, de la collectivité et de la culture. L'interaction de ces facteurs dans de nombreux milieux indique que la résilience existe au-delà des simples capacités individuelles.

Des recherches plus poussées sur divers aspects de la santé mentale positive indiquent que diverses dimensions de cette dernière sont interreliées et associées à des résultats plus favorables pour la santé, notamment l'amélioration de la santé physique, la diminution des maladies physiques et mentales et l'amélioration du fonctionnement mental. De plus, des analyses menées par l'ISPC à partir de données de l'Enquête sur la santé dans les collectivités canadiennes (ESCC) indiquent que les personnes qui déclarent jouir d'une santé mentale très positive sont moins susceptibles de rapporter des résultats défavorables pour la santé, comme une maladie mentale ou des jours d'activité réduite, et plus susceptibles de rapporter des résultats favorables pour la santé, comme un excellent état de santé physique, comparativement à celles qui présentent des résultats faibles ou modérés en matière de santé mentale positive.

L'ISPC a analysé les caractéristiques des personnes déclarant des résultats élevés au chapitre de la santé mentale positive, ainsi que les différences entre ces personnes et celles qui ne déclarent pas de résultats élevés en la matière. La recherche a porté particulièrement sur les corrélations constantes dans l'ensemble des dimensions de la santé mentale positive. Les résultats indiquent que bien que certaines dimensions de la santé mentale positive puissent varier en fonction de l'emplacement géographique, de l'âge, du sexe, de la culture, du revenu ou de la formation, la présence de soutien affectif et social et d'un fort sentiment d'appartenance à la collectivité était toujours associée à des résultats élevés au chapitre de la santé mentale positive, peu importe la méthode utilisée pour la mesurer.

S'appuyant sur les éléments de preuve tirés de tous les rapports de l'ISPC sur la santé mentale, M. Taylor a terminé par un survol des mesures qui se sont avérées efficaces pour promouvoir la santé mentale, notamment :

- les travaux menés dans divers contextes comme la famille, l'école, le milieu de travail et la collectivité;
- les efforts ciblant différents groupes tout au long de la vie;
- la combinaison d'activités de promotion de la santé mentale et de prévention;
- l'adaptation des stratégies aux besoins du groupe cible;
- la collaboration entre les secteurs et les disciplines;
- la prise en compte des facteurs sociaux, écologiques, économiques, politiques et culturels ayant un effet indirect sur l'amélioration de la santé mentale (p. ex. l'emploi, le logement et l'éducation);
- la création d'environnements positifs (p. ex. les milieux qui assurent la disponibilité de soutiens et de relations et qui favorisent la qualité de ces relations).

## Présentateur : Andrew Taylor

**Rapport :** *Améliorer la santé des Canadiens : explorer la santé mentale positive*

**Principaux points saillants :** La santé mentale positive comprend plusieurs dimensions, chacune étant reliée à divers résultats pour la santé et influencée par un certain nombre de facteurs. Les principaux déterminants de la santé mentale positive sont associés à la présence de soutien social et d'un sentiment d'appartenance à la collectivité. La promotion de la santé mentale comprend des mesures qui favorisent la résilience individuelle, qui créent des environnements favorables et qui tiennent compte de l'influence des déterminants plus généraux. Les stratégies de promotion de la santé mentale positive peuvent donc être établies selon une approche similaire.

## Cerner les thèmes clés

On a demandé aux participants de se réunir en petits groupes pour réfléchir à leur perception des facteurs liés à la santé mentale positive et échanger sur le sujet. La discussion a permis de cerner divers domaines prioritaires, dont un bon nombre réitèrent et développent les conclusions du rapport. Voici les domaines prioritaires en question :

- Les déterminants sociaux de la santé, qui vont de la satisfaction des besoins primaires par le logement et l'emploi à l'importance du sentiment d'appartenance à la collectivité, des interrelations sociales et de la conscience de soi. Ce domaine prioritaire touche au besoin d'atteindre l'égalité sociale et économique pour ouvrir la porte à l'inclusion. L'accent est mis sur l'égalité et l'absence de violence, de discrimination et de stigmatisation.

- Les liens entre les composantes de la santé, notamment la santé mentale, physique et spirituelle; la reconnaissance de l'importance des valeurs familiales, de l'histoire et de la collectivité et la compréhension des liens entre le lieu et la santé (p. ex. les résultats pour la santé dépendent souvent de l'endroit où l'on vit et de la situation que vit la collectivité).
- La nécessité de la collaboration intra- et intersectorielle et l'importance de susciter la participation des groupes à risque dans la planification et la mise en œuvre des interventions. Les participants ont souligné l'importance de pouvoir compter sur des porte-parole courageux et avant-gardistes dans divers secteurs et collectivités qui s'encourageraient mutuellement à prendre les devants dans leur collectivité et leur profession.
- La nécessité de tenir compte de la diversité des milieux et des expériences vécues, ainsi que de créer un large éventail d'activités qui peuvent avoir un effet tout au long de la vie.

Ces domaines prioritaires sont semblables à ceux que les participants ont nommés lors des consultations, en réponse aux questions sur les facteurs pouvant empêcher ou faciliter la compréhension et la mise de l'avant de la santé mentale positive. Leurs réponses ont souligné l'importance

- d'avoir accès à des recherches et à des réseaux favorisant l'adoption d'approches concertées fondées sur des données probantes, dans une diversité de milieux;
- de tisser et de développer des liens entre les secteurs et les différents groupes culturels;
- d'habiliter les parents, les jeunes et les professionnels de la santé et d'autres secteurs à mettre sur pied des stratégies efficaces, et d'encourager la création de programmes de promotion de la santé mentale positive à la maison, à l'école et dans la collectivité;
- d'adopter une approche axée sur les forces qui intègre la notion de santé mentale positive à toutes les activités de promotion de la santé et d'un mode de vie sain;
- d'intégrer dans divers milieux des ressources et des infrastructures qui soutiennent la santé mentale;
- de se doter de champions qui se penchent déjà sur la santé mentale et qui sont capables de communiquer leur énergie et leur enthousiasme et d'encourager l'ouverture et l'appui des collectivités au changement.

La section suivante présente des exemples de mesures mises en place dans divers milieux pour promouvoir la santé mentale positive. Les échelles et contextes pertinents aux approches en santé de la population y sont également illustrés.

## Résumé

Les décideurs, les chercheurs et les praticiens semblent s'entendre sur le fait que la notion de santé mentale positive ne se résume pas à la simple absence de maladie mentale. Selon eux, il s'agit plutôt d'une composante de la santé globale qui est influencée par un certain nombre de facteurs individuels, sociaux, culturels, environnementaux et socioéconomiques. De façon générale, les stratégies de promotion de la santé mentale positive et du mieux-être s'appliquent à l'ensemble des personnes et des collectivités, favorisent la résilience individuelle, créent des environnements positifs et tiennent compte de l'influence des déterminants généraux de la santé<sup>6</sup>. Les stratégies peuvent faire intervenir plusieurs secteurs agissant dans divers milieux, sur les plans de la société, de la collectivité et de l'individu. Les mesures mises en place peuvent comprendre l'élaboration de politiques publiques qui favorisent la santé et la création d'environnements positifs favorables à la santé mentale positive, le renforcement de la capacité des collectivités à promouvoir la santé mentale positive, ou encore l'amélioration et le perfectionnement des compétences, des forces et de la résilience individuelles.

## Section 3 : Reconnaître et explorer la santé mentale positive — partager les travaux de recherche et l'expérience

Pour contribuer à améliorer la compréhension des approches en matière de santé mentale positive, des panélistes représentant diverses perspectives de recherche, de politiques et de programmes de partout au Canada ont été invités à parler d'activités particulières intégrant les concepts de santé mentale positive et de mieux-être. L'objectif était de permettre aux participants de discuter des défis, des possibilités et des leçons tirées des efforts de promotion de la santé mentale, ainsi que de les amener à échanger sur la conceptualisation de la santé mentale positive dans des milieux particuliers. Les présentations proposaient un survol du programme ou de la politique en question, un aperçu des leçons tirées de sa mise en œuvre, ainsi que des remarques sur la manière d'appliquer la démarche à d'autres milieux.

## Racines de l'empathie

Racines de l'empathie est un programme en milieu scolaire dont l'efficacité a été évaluée et qui favorise la connaissance des émotions, le sens social et les comportements prosociaux. Le programme a été cité dans le rapport *Améliorer la santé des Canadiens : explorer la santé mentale positive*. Donna Letchford, directrice du curriculum, a présenté le programme Racines de l'empathie aux participants, offrant un aperçu de son fonctionnement et des exemples de l'apprentissage social et affectif qu'il favorise.

Racines de l'empathie vise à encourager l'apprentissage social et affectif chez les enfants du primaire. C'est un programme universel axé sur la prévention primaire. Les instructeurs se présentent en classe pour offrir une série de 27 leçons favorisant l'apprentissage affectif chez tous les élèves. Ils travaillent en collaboration avec une équipe formée d'un parent et de son bébé qui visitent la classe au cours de l'année scolaire. L'instructeur guide les élèves dans l'observation des indices que le bébé donne et les aide à déceler et à nommer les émotions du bébé. Ces observations mènent ensuite à une réflexion sur leurs émotions et sur celles des autres et à la compréhension de ces émotions.

M<sup>me</sup> Letchford a mentionné plusieurs raisons de promouvoir l'empathie chez les enfants : favoriser les bonnes relations, contrer les comportements agressifs, améliorer les compétences sociales, encourager les comportements prosociaux, favoriser la réussite scolaire et améliorer les pratiques parentales. Racines de l'empathie souligne les liens entre l'acquisition d'un vocabulaire des émotions, l'apprentissage et le fonctionnement général. Les instructeurs amènent les enfants à acquérir un vocabulaire des émotions en observant, en identifiant et en comprenant les émotions des autres, en réfléchissant à leurs propres émotions et en les identifiant, et en se consolant par l'expression de leurs sentiments.

Des recherches récentes prouvent que le programme entraîne des résultats positifs et constants chez les enfants qui y participent, peu importe le milieu, le niveau scolaire et le sexe. Parmi les résultats obtenus, on compte une diminution

### Présentatrice : Donna Letchford

**Programme :**  
Racines de l'empathie

**Principaux points saillants :**  
Le vocabulaire et les compétences sociales et émotionnels sont reliés à l'apprentissage et au fonctionnement chez les enfants. Les recherches indiquent qu'en favorisant l'apprentissage social et affectif, le programme Racines de l'empathie peut entraîner des résultats positifs, notamment la diminution de l'agressivité, l'augmentation des comportements prosociaux et la création d'un milieu plus favorable au sein de la classe.



de l'agressivité et une augmentation de la compréhension sociale et affective, des comportements prosociaux, de l'acceptation des pairs et de l'autonomie dans la classe. On a également constaté que les enfants ayant participé au programme démontrent une compréhension, une sensibilité et une réceptivité accrues à l'égard des besoins d'autrui.

M<sup>me</sup> Letchford a terminé en parlant de la très large portée du programme et de sa version adaptée pour les jeunes enfants, le programme Semailles de l'empathie. Ces deux programmes proposent des moyens novateurs de favoriser l'apprentissage affectif et le bien-être mental.

## Programme Triple P — Pratiques parentales positives au Manitoba

Le programme Triple P — Pratiques parentales positives, conçu par le professeur Matt Sanders, de l'Université du Queensland, est un modèle de pratique exemplaire qui a été mis en œuvre avec succès dans plusieurs régions du Canada et à l'échelle internationale. En mars 2005, le gouvernement du Manitoba a annoncé qu'il financerait la mise en œuvre du programme à l'échelle provinciale de façon à fournir de l'information, des ressources et une assistance aux parents. Steven Feldgaier, directeur du programme, a décrit son expérience de mise en œuvre de Triple P au Manitoba et quelques-unes des leçons qu'il a tirées du processus. Il reçoit l'appui du Bureau d'Enfants en santé Manitoba et du Comité ministériel pour Enfants en santé, comité réunissant neuf ministères (et ministres) qui reconnaissent le besoin de collaborer pour soutenir les enfants, les jeunes et les familles du Manitoba.

Le programme Triple P cherche à habiliter les parents et à renforcer les familles à l'échelle de la population en leur fournissant de l'information, des ressources et de l'assistance en matière de pratiques parentales. Le programme repose sur une approche à niveaux multiples qui permet aux parents de recevoir un soutien allant de l'information et des conseils généraux sur les pratiques parentales jusqu'à une aide clinique plus poussée. Le programme vise entre autres à accroître la confiance, les compétences et l'autonomie parentales et à fournir des outils aux parents pour éduquer leurs enfants. M. Feldgaier a présenté les principaux aspects ayant favorisé le succès du programme, notamment le fait qu'il mette l'accent sur l'identification et le développement des forces des parents, ses fondements factuels et conceptuels, l'approche multisectorielle et collaborative sur laquelle il repose et son adaptabilité aux besoins de différents groupes, dont les communautés autochtones et francophones.

M. Feldgaier a indiqué que la réussite de la mise en œuvre d'initiatives de santé publique comme le programme Triple P à l'échelle de la population repose sur les mesures suivantes :

- Préparer : reconnaître la valeur d'une planification et d'une préparation adéquates, affecter les ressources de façon appropriée, susciter la participation des systèmes, des organismes et des collectivités dans le processus d'élaboration du programme, et investir le temps et l'énergie nécessaires à l'établissement d'une base propice à des relations à long terme;
- Soutenir : offrir une formation continue aux praticiens, soutenir l'intégration du programme aux modèles de prestation de services, et créer un comité consultatif interministériel pour assurer un soutien adéquat de grande envergure de la part du gouvernement provincial;
- Apprendre : connaître et comprendre les organismes, les praticiens et les collectivités qui mettent en œuvre le programme, pour assurer une participation appropriée et adapter le programme aux besoins locaux;
- Communiquer : fixer des objectifs et des attentes clairs et les faire connaître au plus grand nombre, trouver des moyens appropriés de démontrer les avantages du programme, et reconnaître les forces et les initiatives déjà en place à l'échelle locale.

## Présentateur : Steven Feldgaier

**Programme** : Triple P — Pratiques parentales positives

**Principaux points saillants** : Triple P est un programme mené à l'échelle de la population qui cherche à reconnaître et à développer les forces des parents et des familles au Manitoba. Il est soutenu par un bureau particulier au sein du gouvernement provincial qui fournit des conseils sur la santé des enfants à un comité ministériel (réunissant neuf ministères différents) qui met l'accent sur l'amélioration du soutien apporté aux enfants, aux jeunes et aux familles. La mise en œuvre du programme dans l'ensemble de la province a permis de souligner le besoin d'établir des liens de collaboration solides entre les praticiens, les organismes, les collectivités et la population.

## Gouvernement du Nouveau-Brunswick — promouvoir la santé mentale dans l'ensemble des secteurs

Le rapport *Améliorer la santé des Canadiens* souligne que la promotion de la santé mentale à l'échelle sociétale peut faire appel à des interventions visant différents secteurs, tant au sein du milieu de la santé qu'à l'extérieur de celui-ci. Deux invitées représentant le gouvernement du Nouveau-Brunswick ont présenté leur expérience de promotion de la santé mentale du point de vue de leur secteur respectif : Barbara Whitenect, directrice des Services de traitement des dépendances et de santé mentale, ministère de la Santé; et

Michelle Bourgoïn, directrice du Mieux-être, ministère du Mieux-être, de la Culture et du Sport. Chacune d'elles a partagé les difficultés et les réussites qui ont jalonné son expérience de promotion de la santé mentale.

La présentation de M<sup>me</sup> Whitenect a souligné la difficulté de mener des activités diverses au sein du ministère de la Santé, qui doit concilier les besoins de traitement, de prestation de services et de promotion. Elle a traité des principaux défis liés à la population en ce qui a trait à la promotion de la santé mentale et du mieux-être, notamment les besoins en services d'une population vieillissante, la promotion de la santé mentale au sein d'un ministère qui se concentre sur les soins de santé physique, la gestion de la hausse des dépenses de santé, les modèles de prestation de services cloisonnés, et le besoin de se pencher sur les déterminants sociaux de la santé. M<sup>me</sup> Whitenect a ensuite abordé l'éventail de stratégies et de possibilités pour s'attaquer à ces problèmes et progresser vers une approche d'intervention en amont.

Au cœur de ce changement d'approche se trouve une collaboration entre de multiples secteurs, collectivités et groupes dans la planification et la mise en œuvre d'approches fondées sur les déterminants. La collaboration a eu lieu entre autres avec des dispensateurs de services des ministères de la Sécurité publique, de la Santé et du Développement social pour créer un plan collectif qui tient compte des diverses façons d'assurer la prestation de services. Cette initiative comprenait également une stratégie d'engagement qui facilitait la création de liens entre les dispensateurs de services et des groupes particuliers comme les jeunes, les Premières Nations et la clientèle en santé mentale. Voici les principaux points de cette stratégie d'engagement :

- cerner les forces et les capacités des collectivités, et augmenter leur niveau de préparation;
- favoriser l'engagement des jeunes et la mobilisation communautaire;
- lancer le mouvement et communiquer les plans d'action aux collectivités pour mieux planifier et obtenir leur soutien;
- veiller à ce qu'un échange de connaissances ait lieu et garantir la pérennité de ces connaissances en élaborant des ressources et des outils;
- soutenir les services assurés par la collectivité afin de compléter le système de santé mentale officiel et d'améliorer l'inclusion sociale.

De son côté, M<sup>me</sup> Bourgoïn a présenté son expérience de mise en œuvre du plan intitulé *Vivre bien, être bien : la stratégie du mieux-être du Nouveau-Brunswick*. Elle a mentionné la difficulté de promouvoir les concepts de santé psychologique et de résilience lorsqu'ils sont mal compris de la population et des collectivités adoptant un mode de vie sain. Elle a souligné l'importance de

surmonter cette difficulté, puisque la santé psychologique et la résilience sont essentielles à l'évolution des comportements et constituent les fondements nécessaires à l'atteinte d'autres objectifs en matière de mieux-être.

Afin de s'attaquer à ce problème et de suivre les recommandations formulées par un comité gouvernemental spécial qui se penche sur la stratégie provinciale existante, le gouvernement a lancé une consultation provinciale visant à concevoir une nouvelle stratégie en matière de mieux-être. Les recommandations issues de cette consultation ont été intégrées à la nouvelle stratégie du mieux-être et ont mené à la création d'un comité interministériel réunissant des sous-ministres qui coopèrent sur la question du mieux-être à l'échelle provinciale. M<sup>me</sup> Bourgoin a indiqué que seule la communication à l'aide d'une vision et d'un vocabulaire communs a permis d'établir la stratégie et de maintenir la collaboration entre d'aussi nombreux secteurs. Pour bâtir cette vision commune du mieux-être, il a fallu explorer l'interaction entre les facteurs sociaux et économiques, le milieu physique et les comportements individuels dans les sept dimensions du mieux-être qui peuvent faire l'objet d'interventions particulières de divers groupes d'intervenants. M<sup>me</sup> Bourgoin a insisté sur l'interrelation entre toutes ces dimensions : des mesures qui touchent l'une des dimensions du mieux-être peuvent donc se répercuter sur une autre.

Les leçons importantes tirées de cette collaboration interministérielle réussie comprennent notamment la nécessité de partager et de comprendre l'incidence des actions d'un secteur donné sur tous les autres secteurs qui participent à la promotion du mieux-être, ainsi que l'importance de travailler en collaboration plutôt que de lancer des initiatives isolées.

## Présentatrices : Barbara Whitenect et Michelle Bourgoin

**Stratégie :** Approche du gouvernement du Nouveau-Brunswick pour la prestation de services de traitement des dépendances et de santé mentale et pour la promotion du mieux-être

**Principaux points saillants :** La communication et l'adoption d'une vision commune sont essentielles à la mise en œuvre fructueuse de partenariats et de collaborations entre les ministères en vue d'améliorer la prestation de services et les activités de promotion. Il est utile d'adopter une approche axée sur les forces et de susciter la participation concrète des collectivités et de réellement les écouter de façon à favoriser le développement communautaire, à améliorer les activités de promotion et à assurer la mobilisation de la collectivité.

La présentation de M<sup>me</sup> Bourgoïn a mis en lumière les principes directeurs de la stratégie du mieux-être ainsi que les orientations stratégiques et les milieux dans lesquels les efforts sont concentrés. Elle a également mis l'accent sur le rôle essentiel que jouent les collectivités en apportant un soutien continu à la promotion du mieux-être et de la santé mentale positive. M<sup>me</sup> Bourgoïn a signalé la nécessité de former des partenariats, de collaborer avec les intervenants et de renforcer la capacité de développement communautaire dans différents milieux comme les écoles, les collectivités, les foyers et les milieux de travail. Elle a également remarqué la valeur d'une approche axée sur les forces et le besoin de susciter la participation concrète de la population et de réellement l'écouter lorsqu'il s'agit de concevoir et de mettre en œuvre des programmes, des politiques et des activités de promotion du mieux-être.

## Un mouvement social pour une santé mentale positive

Le rapport *Améliorer la santé des Canadiens* souligne que tous les groupes de la société ont un rôle à jouer dans la promotion de la santé mentale. Philip Upshall, conseiller spécial en relations avec les intervenants à la Commission de la santé mentale du Canada (CSMC), a partagé son savoir et son expérience en matière de promotion de la santé mentale, particulièrement en ce qui a trait aux plus récents efforts de la CSMC visant à créer un mouvement social de la santé mentale. La présentation de M. Upshall a porté sur le concept de mouvement social et sur l'évolution de la CSMC vers un programme qui intègre et améliore les activités de prévention de la maladie mentale, de prestation de services, de rétablissement, de promotion de la santé mentale, ainsi que de lutte contre la stigmatisation.

M. Upshall a présenté plusieurs grandes stratégies pour créer un mouvement social :

- travailler à partir d'initiatives existantes et de projets prometteurs pour créer un mouvement dynamique à grande échelle qui porte sur les attitudes et les comportements, la diminution de la discrimination, l'augmentation du bien-être et l'amélioration des services et du soutien;
- s'inspirer du succès d'autres mouvements, dont ceux reliés au cancer, au VIH/sida, au diabète et à la santé cardiovasculaire, pour transformer la façon dont les gens perçoivent la maladie;
- tisser de vastes réseaux à l'échelle du pays qui s'étendent au-delà du milieu de la santé mentale et réunissent des partenaires, des personnes et des organismes;
- communiquer et collaborer efficacement avec les collectivités pour établir l'image de marque et l'orientation du mouvement et veiller à ce que ceux qui ont été touchés par la maladie mentale aient voix au chapitre;
- donner l'occasion aux Canadiens de soutenir les efforts du mouvement à leur manière.

M. Upshall a également fait part de son expérience en tant que défenseur de la cause de la santé mentale, mentionnant les progrès accomplis au Canada en ce qui a trait à l'amélioration du système de santé mentale. Il a rappelé l'importance de la collaboration avec des partenaires réceptifs et souligné que les personnes qui tentent de changer les choses doivent faire preuve de résilience.

### Discussion ouverte — explorer les travaux de recherche et l'expérience

Alors que les présentations ont permis aux experts de communiquer leurs expériences et les leçons qu'ils en ont tirées, la discussion ouverte qui a suivi a donné l'occasion aux participants et aux experts d'explorer plus en détail les défis et les possibilités en matière de promotion de la santé mentale. Au cours de cette discussion dirigée, les participants se sont penchés sur un certain nombre de thèmes clés. La synthèse de cette discussion met en relief les aspects clés à prendre en considération lorsqu'il s'agit de mettre en place ou d'adapter des activités en tenant compte du concept de santé mentale positive.

### Contexte, déterminants et équité

Les participants voulaient en savoir davantage sur le contexte plus large des milieux dans lesquels les politiques et les activités étaient mises en œuvre. Ils se sont ainsi penchés sur la possibilité que des résultats particuliers soient associés au milieu dans lequel l'intervention a lieu, ou encore sur les façons dont les gens qui n'appartiennent pas au groupe ciblé sont touchés par les activités de mise en œuvre et soutenus au cours du processus.

Bien que des efforts considérables aient été accomplis au chapitre de la conceptualisation de la santé mentale positive et du mieux-être, certains participants ont souligné la nécessité de reconnaître la diversité des expériences culturelles et des contextes vécus par de nombreux Canadiens qui influencent la façon dont ces concepts sont reconnus, compris, explorés et actualisés. Les participants se sont entendus sur le fait qu'à l'avenir, les stratégies devront inclure des groupes particulièrement vulnérables, comme

### Présentateur : Philip Upshall

**Stratégie :** Partenaires pour la santé mentale

**Principaux points saillants :**

La présentation a porté sur l'importance de soutenir un mouvement social à grande échelle pour transformer réellement le système de santé et la façon dont la société perçoit la maladie. L'initiative aurait intérêt à s'inspirer du succès d'autres mouvements et activités qui ont lieu dans les collectivités canadiennes, ainsi qu'à susciter la participation de personnes, d'organismes et de groupes issus du milieu de la santé ou extérieurs à celui-ci.

les personnes ayant vécu un traumatisme ou celles chez qui l'expression des sentiments et des émotions n'a jamais été encouragée. Les participants se sont mis au défi, avec les experts, de réfléchir aux lacunes qui persistent dans les services offerts et dans les populations ciblées par les diverses politiques et interventions communautaires.

Voici les principales stratégies qui ont été proposées :

- adopter une approche d'intervention en amont — reconnaître les divers déterminants de la santé et concentrer les efforts sur les causes des comportements ou des symptômes;
- tenir compte de l'importance du contexte — prendre en considération le contexte plus large des milieux dans lesquels les politiques et les activités sont mises en œuvre, y compris le fait que des résultats particuliers soient associés au milieu dans lequel se déroule l'intervention;
- être soucieux de l'équité entre les groupes — évaluer les effets des activités sur les divers groupes au sein de la population (autre le groupe cible) et le soutien qui leur est fourni, tout en examinant les lacunes qui restent à combler;
- reconnaître la diversité des contextes et des expériences culturelles — tenir compte de l'influence de la culture et de l'expérience sur la façon dont on reconnaît, comprend, explore et actualise la notion de santé mentale positive, et rendre les approches plus inclusives et accessibles.

### **Renforcement des capacités et des relations**

Les participants et les experts ont discuté de l'importance de tisser des liens pour appuyer l'efficacité et la pérennité des stratégies de promotion de la santé mentale. La discussion a porté sur l'importance de mettre les succès de l'avant et de soutenir des porte-parole qui incarnent les caractéristiques que les programmes cherchent à promouvoir. On y a notamment relevé l'importance de susciter la participation des membres de la collectivité dans les processus décisionnels, de permettre aux collectivités de s'approprier les activités et les approches proposées, et de tirer parti de la richesse, de l'expérience et de la participation de différents groupes et membres de la collectivité. Les suggestions des participants mettent l'accent sur la nécessité de susciter la participation des jeunes de façon plus concrète et d'explorer différentes façons de reconnaître et de mettre à profit la vaste expérience personnelle que les membres des collectivités mettent au service de l'amélioration de leur milieu respectif. Finalement, les participants et les experts ont précisé qu'il est essentiel que divers décideurs aient accès aux éléments de preuve relatifs à la santé mentale positive, qu'ils aient l'occasion de participer au changement et qu'ils reconnaissent l'importance de leur rôle en la matière.

Voici les principales stratégies qui ont été proposées :

- créer des occasions d'incarner le changement : mettre de l'avant des modèles à suivre, des porte-parole qui incarnent les caractéristiques mises de l'avant par les programmes et qui rassemblent les personnes et les collectivités pour discuter d'activités fructueuses favorisant le changement;
- tisser des liens entre les ministères : veiller à ce que divers ministères aient accès aux éléments de preuve, reconnaissent leur rôle en matière de promotion de la santé mentale positive et s'efforcent d'atteindre un objectif commun (par exemple par l'intermédiaire de comités interministériels);
- favoriser l'engagement des collectivités : reconnaître l'importance de susciter la participation des membres de la collectivité aux processus décisionnels, permettre aux collectivités de s'appropriier les activités et les approches proposées, et tirer parti de l'expérience et de la participation de différents groupes et membres de la collectivité.

### **Éléments de preuve et évaluation**

Les participants ont souligné la nécessité d'évaluer l'adoption et les répercussions des interventions et de mesurer des indicateurs de changement dans diverses situations. Les participants ont tiré des leçons de l'expérience des présentateurs en matière d'éléments de preuve et d'évaluation.

M. Feldgaier, notamment, a mentionné que dans le cas du programme Triple P au Manitoba, l'évaluation de l'efficacité à l'échelle de la province a été difficile entre autres parce que le programme n'a pas été conçu comme un essai clinique comparatif à répartition aléatoire. Malgré cela, on examine actuellement un cadre d'évaluation qui pourra utiliser des données sur la population, les collectivités et les individus auxquelles le gouvernement a accès pour évaluer l'impact du programme dans l'ensemble de la province et mesurer les indicateurs de changement à l'échelle locale.

La principale stratégie proposée consiste à

- recueillir des éléments de preuve : mesurer et évaluer l'adoption des programmes et les indicateurs de changement dans diverses situations.



## Section 4 : Concrétiser une vision de l'avenir qui englobe la santé mentale positive

L'ISPC considère que la coopération et la mobilisation de divers secteurs sont essentielles, et s'efforce de créer des occasions de dialogue pour encourager la collaboration et l'engagement intersectoriels. L'un des aspects importants du dialogue sur les politiques consistait à favoriser la contribution des participants à une réflexion stratégique collaborative sur la façon d'intégrer des notions positives de la santé mentale dans les activités de promotion de la santé et dans les activités reliées aux politiques en général au Canada. Les activités de groupe constituant la deuxième partie de l'atelier étaient consacrées à un dialogue dirigé visant à encourager les participants à utiliser leurs connaissances et leur expérience pour se pencher plus en détail sur la planification de mesures pratiques et réalistes destinées à intégrer la notion de santé mentale positive aux politiques et programmes à venir. Une activité de planification en plusieurs étapes a permis d'atteindre cet objectif. Premièrement, les participants ont travaillé tous ensemble à l'élaboration d'une vision des politiques futures qui intégrerait les concepts de santé mentale positive et de promotion de la santé mentale. Ensuite, une série d'activités en petits, moyens et grands groupes ont servi à développer un éventail d'approches pratiques et réalistes pour concrétiser cette vision.

Ces activités ont permis aux participants de mener plus loin le travail entrepris avant et pendant l'atelier. La synthèse de leur discussion met en relief les orientations des efforts et des activités à venir qui contribueront à améliorer la santé et le bien-être de tous les Canadiens. La synthèse qui suit repose sur la vision de la santé mentale comme un attribut positif distinct des perceptions discriminatoires de la maladie mentale. De plus, les participants se sont entendus sur le fait que les concepts de la santé mentale doivent être intégrés au vocabulaire courant, à la planification et à la pratique, par exemple par la création et la promotion de milieux de travail et d'apprentissage sécuritaires sur les plans culturel et psychologique, ou encore par l'inclusion de stratégies du mieux-être dans les milieux familial, scolaire, professionnel et communautaire. On a désigné cette conceptualisation positive de la santé mentale comme un aspect essentiel des stratégies axées sur le mieux-vivre qui favorisent la santé et l'épanouissement. Ainsi, la santé mentale ne devrait pas être vue seulement comme un concept ou une approche, mais bien comme un mode de vie.

## Concrétiser la vision

La section suivante reflète la vision de l'avenir des participants et les stratégies qu'ils comptent adopter pour la concrétiser. L'analyse des discussions des participants a permis de révéler quelques stratégies clés : mettre l'accent sur les déterminants; faire évoluer la culture sur le plan des valeurs; concevoir des stratégies de communication plus efficaces; produire, consolider et mettre à profit des éléments de preuve; et garantir la pérennité des ressources. Les participants ont également établi quelques grands principes directeurs pour la mise en œuvre des initiatives et des activités, notamment la promotion d'approches adaptées aux milieux, l'engagement des collectivités et la nécessité de la collaboration intersectorielle.

### a) Stratégies clés

#### Mettre l'accent sur les déterminants

Les participants ont imaginé un avenir où tout le monde reconnaîtrait que la santé mentale positive peut être favorisée et maintenue à l'aide des facteurs de protection et du soutien appropriés. Ces derniers éléments comprennent le sentiment d'appartenance à la collectivité, qui renforce des concepts comme l'équité, ainsi que la satisfaction des besoins primaires, par exemple l'accès à un logement abordable et à des ressources économiques suffisantes. L'inclusion sociale, le sentiment d'interrelation et la sécurité sont également au nombre des facteurs de protection mentionnés au cours des discussions. Voici quelques exemples de stratégies concrètes qui permettent de mettre l'accent sur les déterminants :

- mettre en œuvre des initiatives dans l'ensemble du Canada pour faciliter l'accès au logement et aux ressources économiques et éducatives;
- améliorer le soutien au développement et à l'éducation des jeunes enfants (services pré- et postnatals), ainsi que le soutien aux parents et aux familles;
- investir auprès des groupes vulnérables (comme les enfants et les jeunes des Premières Nations) en créant des programmes novateurs d'intervention en amont qui touchent tous les membres de la famille.

#### Faire évoluer la culture sur le plan des valeurs

Les participants ont également imaginé qu'on pourrait passer d'une culture axée uniquement sur la prévention et le traitement de la maladie à une culture qui valorise la santé mentale positive et le mieux-être. Au cœur d'un tel changement se trouve la réduction de la stigmatisation de la maladie mentale, entre autres en changeant l'image qui en est véhiculée dans les médias, pour amener la population à parler plus ouvertement de la santé mentale en général. L'évolution de la culture peut également passer par la normalisation

des activités de promotion de la santé mentale, comme les campagnes incitant la population à passer régulièrement un examen de santé mentale. Pour concrétiser cette vision, la notion de mouvement social s'est dessinée et a été désignée moteur de changement. Un tel mouvement se fonde sur la promotion d'activités qui favorisent l'appartenance et la création d'espaces d'appropriation du mouvement par la population. Voici d'autres exemples de stratégies concrètes qui permettent de faire évoluer les valeurs :

- adapter les programmes éducatifs pour mettre l'accent sur l'apprentissage affectif et intégrer la notion de santé mentale positive dans les programmes d'enseignement primaire, secondaire, postsecondaire et de formation professionnelle;
- normaliser le processus de demande d'aide et créer des outils d'accueil ou d'évaluation initiale pour les professionnels susceptibles d'être le premier point de contact des personnes aux prises avec des problèmes de santé ou de maladie mentale;
- établir des politiques et des normes de travail qui encouragent les employeurs à soutenir le mieux-être et la sécurité psychologique de leurs employés et à accommoder ceux qui souffrent d'une maladie mentale;
- engager un dialogue public visant à sortir la santé mentale du seul domaine des services thérapeutiques et à créer un plan d'action canadien pour contrer la stigmatisation et la discrimination.

### Concevoir des stratégies de communication plus efficaces

Les participants ont imaginé un scénario dans lequel les médias et les campagnes d'information destinées aux Canadiens viennent appuyer les principes positifs de santé mentale et de mieux-être. De telles campagnes contribueraient à recadrer l'image de la santé mentale et de sa promotion à l'aide d'interventions à grande échelle touchant de nombreux secteurs et fondées sur des principes d'inclusion et d'acceptation. Par exemple, on a suggéré que le concept de promotion de la santé mentale pourrait être intégré de façon plus efficace et cohérente dans des domaines autres que la santé, comme des stratégies en matière d'immigration, d'éducation, de justice pénale et d'emploi. De plus, ces campagnes d'information devraient porter sur des problèmes particuliers vécus par des collectivités. Voici quelques exemples de stratégies concrètes en la matière :

- appuyer des campagnes médiatiques et de marketing social qui exploitent les forces des campagnes actuelles pour provoquer des changements de comportement et d'attitude;
- identifier des porte-parole, des outils et des ressources pour promouvoir le mieux-être;

- travailler à l'élaboration d'une terminologie et d'un vocabulaire communs en matière de promotion de la santé mentale et du mieux-être, qui mettrait également en valeur la santé holistique et les facteurs dépassant le domaine de la santé mentale (comme les pratiques parentales positives et une meilleure éducation);
- compter sur les forces des familles et des collectivités pour soutenir les activités de promotion du mieux-être et les encourager à agir comme exemples de comportements et de modes de vie sains;
- établir un réseau d'échange de connaissances en ligne pour assurer la pérennité des communications et du soutien;
- créer des événements destinés à sensibiliser la population et à reconnaître les réussites à l'échelle nationale;
- élaborer un guide canadien du bien-être mental, à l'instar des autres guides portant sur l'alimentation saine ou l'activité physique.

### Produire, consolider et mettre à profit des éléments de preuve

Les participants ont imaginé un avenir où davantage de ressources financières et humaines étaient investies dans la collecte, l'analyse et la diffusion de données pour favoriser la mise en œuvre d'interventions efficaces. Ils ont convenu que davantage d'efforts doivent être consacrés à l'élaboration de mesures et d'indicateurs du mieux-être et de la santé mentale positive, ainsi qu'au perfectionnement des processus de collecte et de déclaration de données, une fois les outils de mesure mis au point. Tout cela permettrait de rassembler les éléments de preuve nécessaires pour établir un dossier d'analyse en faveur d'un investissement continu, et contribuerait à mettre de l'avant divers exemples de réussite au Canada. Les participants connaissaient l'existence d'initiatives déjà en place au Canada en matière de santé mentale positive et de mieux-être. Ils ont d'ailleurs souligné la nécessité de faciliter les échanges à propos des stratégies, des réussites et des leçons tirées de la mise en œuvre de tels programmes, pour pouvoir apprendre des efforts d'autrui. Ils ont rappelé l'importance d'éviter de réinventer les programmes existants. Les participants ont également insisté sur la nécessité d'assurer l'échange de connaissances et la diffusion des éléments de preuve au sein des collectivités pour entraîner des changements dans les attitudes et les pratiques. Voici quelques exemples de stratégies concrètes en la matière :

- créer des ressources électroniques permettant de partager les pratiques exemplaires et prometteuses, qui seraient accessibles par l'intermédiaire d'un portail, d'une base de données ou d'un réseau en ligne;
- mettre au point des outils et des ressources pour guider les collectivités et les professionnels (médecins, pasteurs, enseignants, etc.) qui souhaitent concevoir des programmes destinés à combler les besoins de groupes particuliers ou à s'attaquer à des priorités régionales;

- établir un réseau ou un centre d'échange de connaissances en matière de santé mentale positive pour contribuer au développement d'une communauté de savoir et de soutien, tant à l'échelle pancanadienne que provinciale;
- élaborer un ensemble d'indicateurs afin d'évaluer le bien-être des collectivités et la santé mentale positive de manière homogène dans l'ensemble du Canada;
- concevoir des outils d'évaluation des incidences sur la santé mentale pour appuyer l'élaboration de politiques publiques et de programmes favorables à la santé.

### Garantir la pérennité des ressources

Les participants ont imaginé un avenir dans lequel des ressources étaient affectées de façon durable aux activités de promotion de la santé mentale positive et du mieux-être. Bien que certains participants aient demandé des allocations budgétaires spéciales et un investissement interministériel, à la suite des discussions en grand groupe, la plupart des participants ont conclu que la solution ne se résumait pas nécessairement à l'injection de fonds supplémentaires. Le groupe est également parvenu à un certain consensus sur le fait que la pérennité des initiatives en matière de santé mentale positive et de bien-être pouvait également être assurée par l'innovation, l'action et le leadership. Ainsi, les gouvernements pourraient consacrer leurs ressources limitées à renforcer les infrastructures au sein des collectivités, à mobiliser les familles et les écoles pour les placer au centre de l'action, et à inviter les individus, les familles et les collectivités à participer aux discussions sur la répartition plus efficace des ressources existantes. Les participants ont convenu que la réussite des initiatives et l'efficacité des changements étaient directement liées au sentiment de maîtrise de l'environnement chez les individus et les collectivités. Voici quelques exemples de stratégies concrètes contribuant à la pérennité des ressources :

- investir dans une stratégie pancanadienne en matière de santé mentale et de maladie mentale;
- créer un programme pancanadien visant à favoriser l'accès à l'assurance-médicaments, dans le but d'améliorer la santé globale de tous les Canadiens;
- explorer le dossier d'analyse en faveur d'un investissement continu et affecter une proportion précise du financement fédéral et provincial (provenant des budgets de santé et d'autres sources) à des activités de prévention et de promotion.

## **b) Grands principes**

### Promotion d'approches adaptées aux milieux

L'adaptation des activités au milieu a été désignée comme un principe essentiel lorsqu'il s'agira d'intégrer les concepts de santé mentale positive et de mieux-être aux interventions futures. Les participants ont rappelé l'importance d'élaborer des stratégies qui ciblent différents groupes tout au long de la vie. Par exemple, ils ont ciblé les centres d'éducation des jeunes enfants, les écoles et les milieux de travail comme des milieux où des changements sont essentiels. Pour chacun de ces milieux, les participants ont mis l'accent sur les notions de sécurité psychologique, de sentiment de sécurité et de programmes d'intervention en amont.

### Engagement des collectivités

Les participants ont clairement valorisé l'engagement positif et ouvert des collectivités, ainsi que la possibilité pour ces dernières de participer de diverses façons aux politiques, aux interventions et aux initiatives gouvernementales. Ils ont également mentionné l'importance de favoriser l'engagement concret et de permettre à des collectivités entières de devenir des chefs de file dans la création et le maintien d'un mouvement social de promotion de la santé mentale. De plus, ils ont souligné qu'il est crucial de susciter la participation de groupes particuliers comme les Premières Nations ou les communautés immigrantes.

### Collaboration intersectorielle

Les participants ont rappelé l'importance de la collaboration, des partenariats et de la coopération entre les secteurs. Ils ont lancé un appel à la discussion entre les gouvernements, les consommateurs et les professionnels et énoncé leur désir que tous s'engagent fermement à faire évoluer la situation. Ils ont également précisé la nécessité de collaborer sans égard au secteur ou aux allégeances politiques, et souligné le besoin que tous les ministères et les politiciens de tous les partis reconnaissent la place particulière que les stratégies en matière de santé mentale et de mieux-être prennent au sein de leurs portefeuilles respectifs. Une telle collaboration a été considérée comme particulièrement essentielle étant donné les changements constants de rôles, de responsabilités et de partis au pouvoir dans l'arène politique. Si la santé mentale et le mieux-être étaient considérés comme prioritaires par tous les partis, la pérennité des actions entreprises serait assurée malgré les changements dans les milieux politiques.

Les participants se sont entendus sur la nécessité d'élargir la portée des efforts en matière de santé mentale positive et de mieux-être aux domaines extérieurs à la santé qui pourraient et devraient participer aux campagnes de promotion et d'information. Selon les participants, les dirigeants des autres secteurs auraient intérêt à consacrer du temps et de l'énergie à la question

de la santé mentale et du mieux-être, et les décideurs ont une responsabilité importante dans leur propre sphère de compétence. Par ailleurs, les participants ont rappelé le rôle crucial que jouent les porte-parole dans l'atteinte des objectifs des politiques et des programmes, ainsi que l'importance que prennent les stratégies axées sur « la santé dans toutes les politiques<sup>8</sup> ».

## Actions entreprises à la suite de l'atelier

L'analyse des consultations menées après l'atelier a permis de constater la réflexion effectuée par les participants sur la santé mentale positive et de comprendre comment les échanges et la collaboration qui ont eu lieu au cours du dialogue se répercutent sur leurs efforts d'intégration de la santé mentale positive dans leurs activités quotidiennes. Certaines questions ont continué de préoccuper plusieurs participants après l'atelier, plus particulièrement le besoin d'adopter des approches axées sur les forces en matière de santé mentale positive, la valeur de la collaboration stratégique et la nécessité d'appliquer le concept de santé mentale positive à une diversité de milieux. Ces consultations ont également donné l'occasion aux participants de réfléchir aux changements que l'atelier a pu entraîner dans leur manière d'agir. De nombreux participants ont mentionné qu'ils échangeaient au sein de réseaux professionnels et personnels, qu'ils intégraient la notion de santé mentale positive à leurs activités de planification et qu'ils se renseignaient davantage sur les pratiques exemplaires et prometteuses en ce qui a trait à la promotion de la santé mentale positive et du mieux-être. Voici quelques exemples d'actions concrètes entreprises par les participants :

- tenter de placer la santé mentale positive au cœur d'initiatives d'échange de connaissances qui ont lieu dans mes réseaux;
- intégrer la notion de santé mentale positive dans un appel de propositions pour une conférence à venir;
- intégrer la notion de santé mentale positive dans les futures retraites et la planification en milieu de travail;
- mettre davantage l'accent sur la promotion de la santé mentale dans les futurs plans provinciaux en matière de mieux-être, et mettre sur pied un réseau de promotion de la santé mentale auquel collaboreront divers secteurs;
- rechercher des renseignements sur les pratiques exemplaires et prometteuses actuelles en matière de santé mentale positive et communiquer ces renseignements à des intervenants clés comme des groupes communautaires, des services de soins de santé primaires et des enseignants au sein de mes réseaux et dans ma collectivité;
- explorer plus en profondeur les programmes prometteurs liés au développement de la jeune enfance et au soutien aux parents;
- m'efforcer de renseigner mes collègues et d'autres professionnels de la santé au sein de ma collectivité.

## Section 5 : Sommaire de l'atelier

Le rapport *Améliorer la santé des Canadiens : explorer la santé mentale positive* de l'ISPC examine la recherche et les politiques existantes et comprend de nouvelles analyses de données sur la santé mentale positive et la promotion de la santé mentale. Afin d'examiner plus en profondeur les éléments de preuve et l'information sur la santé de la population en ce qui concerne ces deux sujets, l'ISPC a invité des décideurs, des planificateurs de programmes et des dirigeants communautaires à participer à un dialogue éclairé et à un partage d'information visant à reconnaître et à explorer la notion de santé mentale positive. Le processus comprenait un dialogue sur les politiques et des consultations menées avant et après l'activité.

Selon les analyses du processus, les participants au dialogue semblent s'entendre sur le fait que la notion de santé mentale positive ne se résume pas à la simple absence de maladie mentale. Il s'agit plutôt d'une composante de la santé globale qui est influencée par un certain nombre de facteurs propres à nos environnements sociaux, culturels et physiques. Les présentations, les discussions ouvertes et les consultations ont toutes souligné l'importance du contexte, des déterminants et de l'équité, du renforcement des capacités et des relations, ainsi que des éléments de preuve et de l'évaluation lorsqu'on étudie la santé mentale et le mieux-être au Canada et qu'on en fait la promotion.

Les activités de groupe ont permis de réitérer et de développer ces thèmes centraux. Les participants ont cerné un certain nombre de stratégies de promotion de la santé mentale positive et du mieux-être : mettre l'accent sur les déterminants; faire évoluer la culture sur le plan des valeurs; concevoir des stratégies de communication plus efficaces; produire, consolider et mettre à profit des éléments de preuve; et garantir la pérennité des ressources. Les participants ont également insisté sur quelques principes à suivre lors de la mise en œuvre de ces stratégies, notamment la promotion d'approches adaptées aux milieux, l'engagement des collectivités et la nécessité de la collaboration intersectorielle.

Les conclusions du dialogue indiquent qu'il faut encore s'efforcer de créer une vision plus large de la promotion de la santé mentale positive et du mieux-être et d'intégrer ces concepts dans le vocabulaire courant, dans la planification et dans la pratique. Les analyses indiquent qu'une conceptualisation positive de la santé mentale est susceptible d'améliorer les stratégies qui favorisent les modes de vie sains et l'épanouissement dans tous les secteurs, et pas seulement dans les domaines traditionnellement associés à la promotion de la santé. Finalement, les analyses montrent que la santé mentale positive est plus qu'un concept ou qu'une approche. Les participants au dialogue sur les politiques voient également cette notion comme un nouveau paradigme qui sous-tend une nouvelle approche de la prise de décisions, de l'élaboration de politiques et de la société civile dans son ensemble.

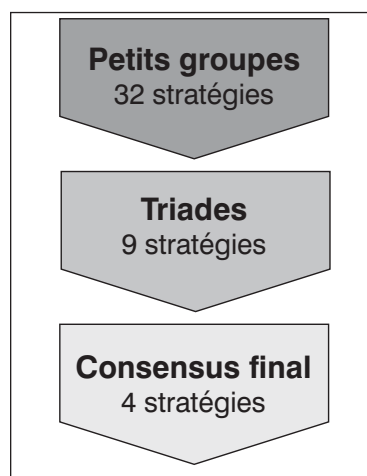


## Annexe A : Sommaire détaillé des activités de groupe portant sur les mesures et les stratégies

Afin de cerner des mesures pratiques, réalistes et novatrices à prendre pour concrétiser leur vision de la santé mentale positive et de la promotion de la santé mentale, les participants se sont répartis en neuf petits groupes, en fonction de leur numéro de table. Les groupes ainsi constitués réunissaient des participants représentant un éventail de régions, de secteurs, d'expériences et de domaines d'expertise.

Chaque petit groupe était tenu de déterminer entre trois et cinq stratégies qui favoriseraient l'intégration du concept de santé mentale positive dans les activités de recherche et de planification et dans la pratique professionnelle. Ensuite, les participants se sont regroupés en « triades » (regroupements de trois tables) pour examiner les points communs et les différences entre les décisions stratégiques retenues par chaque petit groupe. Trois triades ont été constituées, chacune comprenant trois tables. Les participants de chaque triade se sont mis d'accord sur trois à cinq stratégies qui représentaient le point de vue des trois petits groupes. Par la suite, un représentant de chaque triade a présenté les résultats de cet effort commun à tous les participants. La présentation finale, animée par les trois représentants des triades, a clairement démontré le recoupement des stratégies choisies par les groupes travaillant pourtant de manière indépendante. Quatre mesures pratiques et réalistes communes se sont imposées comme priorités stratégiques cernées par tous les participants. Le processus est illustré à la figure 1. Les quatre stratégies consensuelles ont été combinées aux résultats des activités d'élaboration de vision et des autres discussions menées au cours du dialogue sur les politiques afin de former les cinq stratégies clés décrites à la section 4 du présent rapport.

Figure 1 : Consolidation des stratégies



Les stratégies et les résultats particuliers relevés par les participants sont présentés ci-dessous. Les puces représentent les 32 stratégies cernées par les petits groupes, tandis que leur regroupement en zones de texte correspond à leur organisation thématique. À l'issue de la discussion, trois des quatre stratégies clés ont été relevées par toutes les triades, la quatrième étant appuyée par deux des trois groupes. Pour compléter ces priorités, on a ajouté au rapport principal une cinquième stratégie relative aux déterminants de la santé, qui ressortait de tous les autres aspects du dialogue, ainsi que des principes directeurs pour la mise en œuvre des stratégies.

## Stratégies clés cernées lors de l'activité de groupe

### « Concrétiser la vision »

#### **Première stratégie : faire évoluer la culture sur le plan des valeurs**

- garantir l'accès à des examens de santé mentale sur une base régulière et aux services appropriés, au besoin
- concevoir des outils d'évaluation initiale pour tous ceux qui se présentent aux services sociaux ou de santé associés à la santé mentale, et y intégrer des ressources relatives aux services d'aiguillage
- mettre en place des programmes d'apprentissage social et affectif comme Racines de l'empathie dans toutes les écoles et toutes les classes
- faciliter l'accès à l'apprentissage social et affectif pour tous les enfants
- intégrer le concept de santé mentale positive à tous les programmes de formation scolaire, professionnelle et commerciale
- améliorer la formation des étudiants en médecine en ce qui a trait au dépistage des problèmes de santé mentale positive et à la promotion de ce concept

#### **Deuxième stratégie : produire, consolider et mettre à profit des éléments de preuve**

- inciter les groupes communautaires à s'engager et mettre de l'avant les réussites en matière d'activités de promotion de la santé mentale positive
- fournir les ressources nécessaires pour favoriser l'engagement des collectivités
- inviter les jeunes à participer à des conférences et des symposiums nationaux pour connaître les questions importantes à leurs yeux
- mettre à profit les programmes existants qui font peut-être déjà la promotion de la santé mentale positive, mais qui ne sont pas connus comme tels
- reconnaître et célébrer publiquement les initiatives fructueuses et les pratiques prometteuses
- créer et promouvoir un portail pancanadien des pratiques exemplaires et prometteuses qui met de l'avant les efforts associés à la santé mentale positive
- créer un réseau pancanadien de la santé mentale qui tient compte des particularités linguistiques et culturelles
- reconnaître et promouvoir les stratégies efficaces
- créer une base de données sur les programmes émergents, prometteurs ou fondés sur des données probantes, qui sont axés sur la santé mentale positive

- recueillir suffisamment de renseignements pour établir un dossier d'analyse solide en faveur d'un investissement continu en santé mentale positive
- promouvoir des mesures alternatives du bien-être
- concevoir un outil d'évaluation des incidences sur la santé
- appuyer des chaires de recherche sur la santé mentale positive

### **Troisième stratégie : concevoir des stratégies de communication plus efficaces**

- concevoir une campagne de marketing social à grande échelle sur le lien entre la santé mentale et la santé physique
- attirer l'attention du public sur la santé mentale positive
- mettre sur pied des campagnes ciblées de sensibilisation à la santé mentale positive
- établir un plan de communication qui comprend des porte-parole, des outils et des ressources pour la promotion du mieux-être et de la santé mentale
- reformuler et légitimer le concept de promotion de la santé et de la santé mentale

### **Quatrième stratégie : garantir la pérennité des ressources**

- susciter un engagement de la part des politiciens; encourager la volonté politique
- élaborer des politiques à l'échelle fédérale, provinciale et territoriale en matière de bien-être
- favoriser la collaboration entre les secteurs et les partis politiques
- affecter un certain pourcentage du budget des gouvernements à la santé mentale positive
- consacrer de 5 % à 10 % des budgets provinciaux à la santé mentale positive
- augmenter les budgets provinciaux de 1 % par année pendant sept ans pour soutenir les activités liées au mieux-être
- encourager les provinces et les territoires à consacrer 3 % des fonds du Transfert canadien en matière de santé à la promotion du mieux-être et de la santé mentale positive
- investir dans une stratégie nationale portant sur la santé mentale des enfants et des jeunes



## Références

1. J. Lavis et coll., « SUPPORT Tools for Evidence-Informed Health Policymaking (STP) 14: Organising and Using Policy Dialogues to Support Evidence-Informed Policymaking », *Health Research Policy and Systems*, vol. 7, suppl. 1 (2009), p. S14.
2. J. Lavis, « Moving Forward on Both Systematic Reviews and Deliberative Processes », *Healthcare Policy*, vol. 1, n° 2 (2006), p. 59-63.
3. A. Culyer et J. Lomas, « Deliberative Processes and Evidence-Informed Decision-Making in Healthcare: Do They Work and How Might We Know? », *Evidence and Policy*, vol. 2, n° 3 (2006), p. 357-371.
4. C. Plain, « Build an Affinity for K-J Method », *Quality Progress*, vol. 40, n° 3 (2007), p. 88.
5. R. Scupin, « The KJ Method: A Technique for Analyzing Data Derived From Japanese Ethnology », *Human Organization*, vol. 56, n° 2 (1997), p. 233-237.
6. Institut canadien d'information sur la santé, *Improving the Health of Canadians: Exploring Positive Mental Health [Améliorer la santé des Canadiens : explorer la santé mentale positive]*, Ottawa (Ont.), ICIS, 2009. Internet : <[http://secure.cihi.ca/cihiweb/products/mh\\_report\\_13Feb2009\\_e.pdf](http://secure.cihi.ca/cihiweb/products/mh_report_13Feb2009_e.pdf)>.
7. Agence de la santé publique du Canada, *The Human Face of Mental Health and Mental Illness in Canada 2006 [Aspect humain de la santé mentale et de la maladie mentale au Canada 2006]*, Ottawa (Ont.), ministre de Travaux publics et Services gouvernementaux Canada, 2006, n° HP5-19/2006E au catalogue, p. 2. Consulté le 29 octobre 2010. Internet : <[http://www.phac-aspc.gc.ca/publicat/human-humain06/pdf/human\\_face\\_e.pdf](http://www.phac-aspc.gc.ca/publicat/human-humain06/pdf/human_face_e.pdf)>.
8. T. Ståhl et coll. (dir.), *Health in All Policies: Prospects and Potentials*, Helsinki (Finlande), ministère des Affaires sociales et de la Santé, 2006, p. 1-299. Internet : <[http://www.euro.who.int/\\_\\_data/assets/pdf\\_file/0003/109146/E89260.pdf](http://www.euro.who.int/__data/assets/pdf_file/0003/109146/E89260.pdf)>.



La production du présent rapport est rendue possible grâce à un apport financier de Santé Canada. Les opinions exprimées dans ce rapport ne représentent pas nécessairement celles de l'Initiative sur la santé de la population canadienne, de l'Institut canadien d'information sur la santé ou de Santé Canada.

Le contenu de cette publication peut être reproduit en totalité ou en partie pourvu que ce ne soit pas à des fins commerciales et que l'Institut canadien d'information sur la santé soit identifié.

Institut canadien d'information sur la santé  
495, chemin Richmond, bureau 600  
Ottawa (Ontario) K2A 4H6

Téléphone : 613-241-7860  
Télécopieur : 613-241-8120  
[www.icis.ca](http://www.icis.ca)  
[droitdauteur@icis.ca](mailto:droitdauteur@icis.ca)

ISBN 978-1-55465-694-3 (PDF)

© 2011 Institut canadien d'information sur la santé

Comment citer ce document :

Institut canadien d'information sur la santé, *Reconnaître et explorer la santé mentale positive — dialogue sur les politiques : synthèse et analyse*, Ottawa (Ont.), ICIS, 2011.

This publication is also available in English under the title *Recognizing and Exploring Positive Mental Health—Policy Dialogue: Synthesis and Analysis*. ISBN 978-1-55465-690-5 (PDF)

## Parlez-nous

### ICIS Ottawa

495, rue Richmond, bureau 600  
Ottawa (Ontario) K2A 4H6  
Téléphone : 613-241-7860

### ICIS Toronto

4110, rue Yonge, bureau 300  
Toronto (Ontario) M2P 2B7  
Téléphone : 416-481-2002

### ICIS Victoria

880, rue Douglas, bureau 600  
Victoria (Colombie-Britannique) V8W 2B7  
Téléphone : 250-220-4100

### ICIS Montréal

1010, rue Sherbrooke Ouest, bureau 300  
Montréal (Québec) H3A 2R7  
Téléphone : 514-842-2226

### ICIS St. John's

140, rue Water, bureau 701  
St. John's (Terre-Neuve-et-Labrador) A1C 6H6  
Téléphone : 709-576-7006

