

Mouvement Santé mentale Québec

En collaboration avec  **McGill**
School of Continuing Studies École d'éducation permanente

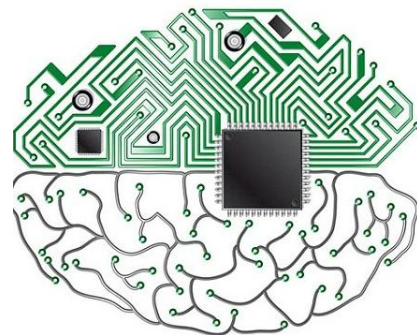
Présentation de
 madame Renée Ouimet, directrice
 26 avril 2017

MOUVEMENT
 SANTÉ MENTALE
 QUÉBEC
 Promouvoir. Soutenir. Outiller.



Fonctionnement technique

- Vérifier le son régulièrement
- Si vous avez un problème technique vous pouvez téléphoner au 1-844-398-2216



MOUVEMENT SANTÉ MENTALE QUÉBEC Promouvoir. Soutenir. Outiller.  **McGill**
School of Continuing Studies École d'éducation permanente

Qui sommes-nous?

- Le Mouvement Santé mentale Québec est un regroupement provincial d'organismes communautaires ayant un mandat de promotion et prévention en santé mentale.
- Pendant plus de 60 ans, nous avons porté le nom d'Association canadienne pour la santé mentale-Division du Québec.
- Un changement de nom, une même mission: créer, développer, renforcer la santé mentale.



Les membres



- Santé mentale Québec-*Bas Saint-Laurent*
- Santé mentale Québec-*Chaudière-Appalaches*
- Santé mentale Québec-*Côte-Nord*
- Santé mentale Québec-*Haut-Richelieu*
- Santé mentale Québec-*Lac-Saint-Jean*
- Santé mentale Québec-*Rive-Sud*
- Santé mentale Québec-*Pierre-de-Saurel*



Les membres



- Association canadienne pour la santé mentale - Filiale de Québec
- Association canadienne pour la santé mentale - Filiale Saguenay
- CAP Santé Outaouais
- RAIDDAT (Abitibi)
- Le Traversier (Mauricie)

Les membres



- Chaque membre est unique et autonome.
- Ils répondent à des besoins régionaux et offrent des programmes et activités variés.

Ce qui nous unit: travailler en promotion et prévention en santé mentale

- Nous créons collectivement la campagne annuelle de promotion de la santé mentale.
- Elle débute dans le cadre de la Semaine nationale de la santé mentale la première semaine de mai, du 1er au 7 mai en 2017.
- **Une fois créée, la campagne appartient à tout le Québec!** Des milliers de partenaires.



5 temps forts à la campagne



7 ASTUCES POUR SE RECHARGER

La campagne 2017-2018 propose « 7 astuces », sept solides fondations pour maintenir et accroître notre santé mentale. Elle vise à nous faire découvrir qu'individuellement, collectivement et socialement, nous nous occupons déjà de notre santé mentale et de celle des autres.

Les « 7 astuces » sont issues d'une vaste revue de littérature sur les facteurs de protection en santé mentale. Elles s'adressent à l'ensemble de la population – ados, adultes, ainé-e-s et **milieux de travail**.

Qu'il fasse beau ou mauvais, elles sont valables pour tout le monde en tout temps !



Les outils

Affiche, calendrier pour les milieux de travail, dépliant, fiches d'animation, webinaires, autocollant et lingette microfibre.



7 ASTUCES POUR SE RECHARGER



Tous ensemble pour une bonne santé mentale



Objectifs des webinaires

- Devenir de meilleurs relayeurs de la campagne annuelle de promotion de la santé mentale



- Mieux comprendre l'influence des déterminants sociaux de la santé sur la santé mentale
- Mieux comprendre le concept de santé mentale positive
- Découvrir les facteurs de protection en santé mentale au quotidien et au travail à travers les sept astuces.

Remerciement et fonctionnement

- Merci à l'école d'éducation permanente de Mc Gill et à Maria Gelfusa coordonnatrice de cet événement
- Merci aux deux conférencières d'aujourd'hui Isabelle Doré et Marie-Claude Roberge
- Après chacune des interventions nous répondrons aux questions et suite aux deux interventions. Écrivez-nous vos questions et vos réflexions.
- Suite au webinaire vous aurez la possibilité de participer à une animation dans votre milieu.

Santé mentale « positive »: Définitions, approches et mesures

Isabelle Doré, Ph.D.

Chercheure post-doctorale

University of Toronto, Faculty of Kinesiology and Physical Education
Université de Montréal, Centre de recherche du CHUM



Situer la santé mentale « positive »

- Santé mentale “positive” et troubles mentaux
- Miser sur la promotion de la santé mentale
- Approches et dimensions de la santé mentale
- Mesurer la santé mentale
- Distribution de la santé mentale

Isabelle Doré, Ph.D.
Chercheure post-doctorale
University of Toronto, Faculty of Kinesiology and Physical Education
Université de Montréal, Centre de recherche du CHUM

Santé mentale - troubles mentaux

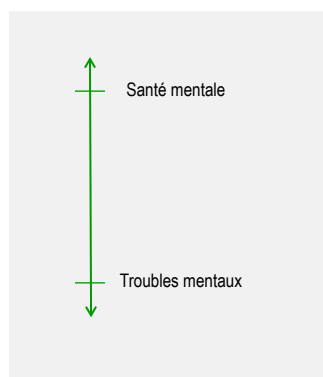
Promotion - prévention

Isabelle Doré, Ph.D.

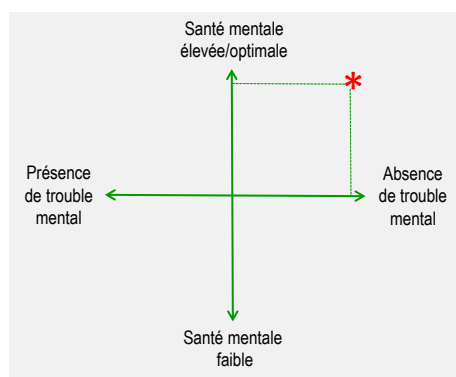
Chercheure post-doctorale
University of Toronto, Faculty of Kinesiology and Physical Education
Université de Montréal, Centre de recherche du CHUM

Situer la santé mentale « positive »

Perspective traditionnelle
Modèle du Continuum unique



Perspective holistique
Modèle des deux continums

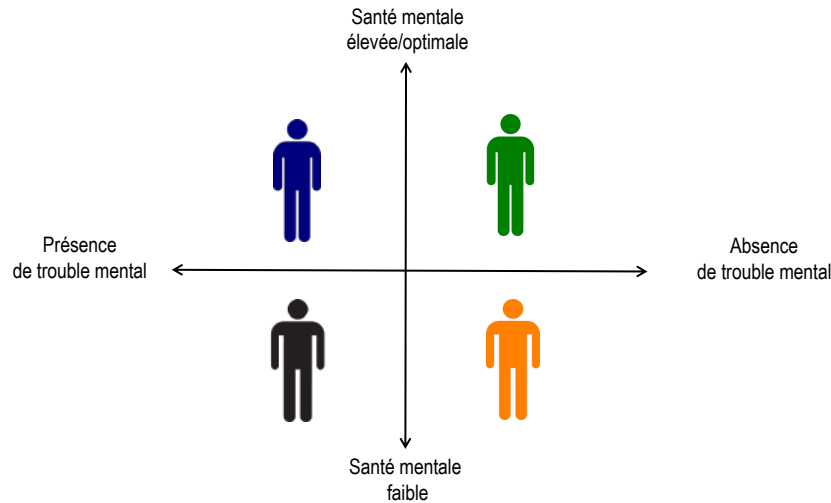


* **Santé mentale complète:** niveau élevé/optimal de santé mentale + absence de trouble mental

Isabelle Doré, Ph.D.

Chercheure post-doctorale
University of Toronto, Faculty of Kinesiology and Physical Education
Université de Montréal, Centre de recherche du CHUM

Modèle des deux continuums



Isabelle Doré, Ph.D.

Chercheure post-doctorale
University of Toronto, Faculty of Kinesiology and Physical Education
Université de Montréal, Centre de recherche du CHUM

Définir la santé et la santé mentale

OMS, 2004

*La santé mentale est un état de bien-être dans lequel une personne peut se réaliser, surmonter les tensions normales de la vie, accomplir un travail productif et contribuer à la vie de sa communauté. Dans ce sens positif, la santé mentale est le fondement du **bien-être** d'un individu et du **bon fonctionnement** d'une communauté.*

Mouvement Santé mentale Québec

*La santé mentale est une **composante essentielle de la santé**. C'est un **équilibre dynamique** entre les différentes sphères de la vie : sociale, physique, spirituelle, économique, émotionnelle et mentale. Elle nous permet d'agir, de réaliser notre potentiel, de faire face aux difficultés normales de la vie et d'apporter une contribution à la communauté. Elle est influencée par les conditions de vie, les valeurs collectives dominantes ainsi que les valeurs propres à chaque personne.*

Isabelle Doré, Ph.D.

Chercheure post-doctorale
University of Toronto, Faculty of Kinesiology and Physical Education
Université de Montréal, Centre de recherche du CHUM

Promotion & prévention

Promotion	Prévention
Définition positive de la santé mentale	Définition négative de la santé mentale
Approche globale, holistique	Approche généralement plus ciblée
Maximisation/optimisation de la santé mentale & du bien-être	Réduire l'incidence des troubles mentaux
Population générale	Populations à risque, vulnérables
Agir sur les déterminants de la santé mentale	Agir sur les facteurs de risque qui menacent la santé mentale
Propose d'intervenir pour modifier les conditions individuelles, sociales et environnementales.	Propose d'intervenir pour réduire le risque associé aux facteurs biologiques, sociaux, et environnementaux.
Contribue à accroître le pouvoir d'agir et les capacités d'adaptation des individus et des communautés - empowerment	Contribue à la détection/dépistage et le traitement précoce des problèmes de santé mentale

Isabelle Doré, Ph.D.

Chercheure post-doctorale
University of Toronto, Faculty of Kinesiology and Physical Education
Université de Montréal, Centre de recherche du CHUM

Deux traditions/approches du bien-être

Isabelle Doré, Ph.D.

Chercheure post-doctorale
University of Toronto, Faculty of Kinesiology and Physical Education
Université de Montréal, Centre de recherche du CHUM

Approche hédonique & eudémonique

Approche hédonique

Bien-être = plaisirs de l'existence et au bonheur

- **Bien-être émotionnel**
 - Affect positif et négatif
 - Satisfaction face à la vie (attentes, aspirations, objectifs de vie)

Approche eudémonique

Bien-être = but ultime de la vie humaine, capacité à actualiser son potentiel (fonctionnement)

- **Bien-être psychologique**
 - Fonctionnement individuel
- **Bien-être social**
 - Fonctionnement social

Isabelle Doré, Ph.D.

Chercheure post-doctorale
University of Toronto, Faculty of Kinesiology and Physical Education
Université de Montréal, Centre de recherche du CHUM

Bien-être psychologique

Défis personnels & réalisation du plein potentiel de l'individu (Ryff, 1989)

6 dimensions

- **Acceptation de soi** *regard positif envers soi-même*
- **Relations positives avec les autres** *empathie, affection, intimité*
- **Croissance personnelle** *développement continu, ouverture, réalisation de soi*
- **But dans la vie** *sens, objectifs, raison de vivre*
- **Contrôle de son environnement** *maîtrise et compétence*
- **Autonomie** *indépendance et autodétermination*

Isabelle Doré, Ph.D.

Chercheure post-doctorale
University of Toronto, Faculty of Kinesiology and Physical Education
Université de Montréal, Centre de recherche du CHUM

Bien-être social

Défis liés au fonctionnement de l'individu dans la sphère sociale: relations interpersonnelles et capacité d'ajustement des individus dans leur vie sociale (Keyes, 1998)

5 dimensions

- **Cohérence sociale** *connaissance et influence du monde social*
- **Actualisation sociale** *perception du potentiel de la société, confiance en la société*
- **Intégration sociale** *cohésion sociale, isolement social*
- **Acceptation sociale** *confiance, vision favorable de la nature humaine*
- **Contribution sociale** *valeur sociale, auto-efficacité, responsabilité et obligation sociale*

Isabelle Doré, Ph.D.

Chercheure post-doctorale
University of Toronto, Faculty of Kinesiology and Physical Education
Université de Montréal, Centre de recherche du CHUM

Mesurer la santé mentale

Pourquoi et comment?

Isabelle Doré, Ph.D.

Chercheure post-doctorale
University of Toronto, Faculty of Kinesiology and Physical Education
Université de Montréal, Centre de recherche du CHUM

Pourquoi mesurer la santé mentale?

- Les **mesures de SM et TM sont complémentaires**
 - pour obtenir une évaluation complète de l'état mental
 - prédire avec plus de précision le fonctionnement psychosocial d'un individu
- Le **niveau de SM prédit le risque de troubles mentaux**
- La **SM est un concept dynamique** qui varie à travers le temps
- Un faible niveau de santé mentale a des répercussions sur le fonctionnement de l'individu similaires à celles associées à un diagnostic du DSM¹



¹ *Diagnostic and Statistical Manual*

Isabelle Doré, Ph.D.
Chercheure post-doctorale
University of Toronto, Faculty of Kinesiology and Physical Education
Université de Montréal, Centre de recherche du CHUM

Trois types de mesure

Question unique

- *Comment évaluez-vous votre santé mentale?*
- Excellente, très bonne, bonne, passable, mauvaise
- 37 % = Excellente (ESCC, 2005)

Exempt de troubles mentaux?
Est heureux?
A un diagnostic de maladie mentale
mais un bon fonctionnement ?
A de bonnes relations sociales?

Mesures spécifiques

- Satisfaction à l'égard de la vie/qualité de vie
- Bien-être psychologique
- Bien-être social

Mesures globales

- Bien-être émotionnel + psychologique + social

Isabelle Doré, Ph.D.
Chercheure post-doctorale
University of Toronto, Faculty of Kinesiology and Physical Education
Université de Montréal, Centre de recherche du CHUM

Mesures globales (exemples)

Continuum de santé mentale (Mental Health Continuum - MHC)
(Keyes, 2002)

Échelle de mesure des manifestations du bien-être psychologique (ÉMMBEP)
(Massé et coll., 1998)

Warwick-Edinburgh Mental Well-being Scale (WEMWBS)
(Tennant et coll., 2007)

Well-being Module of the European Social Survey (ESS)
(Huppert et coll., 2009)

Multicultural Quality of Life Index (MQLI)
(Mezich et coll., 2011)

Isabelle Doré, Ph.D.
Chercheure post-doctorale
University of Toronto, Faculty of Kinesiology and Physical Education
Université de Montréal, Centre de recherche du CHUM

Continuum de santé mentale (Mental Health Continuum - MHC)

Au cours du dernier mois, à quelle fréquence avez-vous senti(e) que...

Bien-être émotionnel

1. Vous étiez heureux(se)
2. Vous étiez intéressé(e) par la vie
3. Vous étiez satisfait(e) à l'égard de votre vie

Bonheur
Intérêt pour la vie
Satisfaction face à la vie

Bien-être social

4. Vous avez quelque chose d'important à apporter à la société
5. Vous appartenez à une collectivité (groupe social, école, quartier)
6. Notre société devient un meilleur endroit pour les gens comme vous
7. Les gens sont fondamentalement bons
8. Le fonctionnement de la société a du sens pour vous

Contribution sociale
Intégration sociale
Actualisation sociale
Acceptation sociale
Cohérence sociale

Bien-être psychologique

9. Vous aimez la plupart des facettes de votre personnalité
10. Vous êtes bon(ne) pour gérer les responsabilités de votre quotidien
11. Vous avez des relations chaleureuses et fondées sur la confiance
12. Vous vivez des expériences qui vous poussent à devenir une meilleure personne
13. Vous êtes capable de penser ou d'exprimer vos propres idées et opinions
14. Votre vie a un but ou une signification

Acceptation de soi
Contrôle de son environ.
Relations + avec les autres
Croissance personnelle
Autonomie
But dans la vie

Isabelle Doré, Ph.D.
Chercheure post-doctorale
University of Toronto, Faculty of Kinesiology and Physical Education
Université de Montréal, Centre de recherche du CHUM

Continuum de santé mentale (Mental Health Continuum - MHC)

Original Research

Psychometric Evaluation of the Mental Health Continuum–Short Form (MHC-SF) in French Canadian Young Adults



Évaluation psychométrique du Continuum de santé mentale–version abrégée (CSM-VA) chez des jeunes adultes canadiens-français

Isabelle Doré¹, Jennifer L. O’Loughlin¹, Catherine M. Sabiston², and Louise Fournier¹

Abstract

Objective: To examine the factor structure, internal consistency, reliability, sex invariance, and discriminant validity of the French Canadian version of the Mental Health Continuum–Short Form (MHC-SF).

Method: A total of 1485 French-speaking postsecondary students in Quebec, Canada (58% female; mean age = 18.4, SD =


The Canadian Journal of Psychiatry /
La Revue Canadienne de Psychiatrie
1-9
© The Author(s) 2016
Reprints and permissions:
sagepub.com/journalsPermissions.nav
DOI: 10.1177/0706743716675855
TheCJP.ca | LaRCP.ca


Isabelle Doré, Ph.D.

Chercheure post-doctorale
University of Toronto, Faculty of Kinesiology and Physical Education
Université de Montréal, Centre de recherche du CHUM

Portrait de la santé mentale et des troubles mentaux

Isabelle Doré, Ph.D.

Chercheure post-doctorale
University of Toronto, Faculty of Kinesiology and Physical Education
Université de Montréal, Centre de recherche du CHUM

Distribution de la santé mentale

(Évaluée à l'aide du Continuum de santé mentale)

	Keyes, 2012 18-30 ans (n = 5689)	ESCC 2012 18 ans + (n = 25113)	ESPE, 2014 18 ans + (n = 8737)	Doré, 2013-2014 16-24 ans (n = 1527)
Santé mentale	%	%	%	%
Florissante	51,8	76,9	49,5	47,8
Modérée	44,6	21,6	49,5	49,7
Languissante	3,6	1,5	1,0	2,5
	100,0	100,0	100,0	100,0

Isabelle Doré, Ph.D.
Chercheure post-doctorale
University of Toronto, Faculty of Kinesiology and Physical Education
Université de Montréal, Centre de recherche du CHUM

Santé mentale et troubles mentaux

(Étudiants au collégial, 16-24 ans - Doré & coll. en préparation)

Santé mentale	Troubles anxieux et/ou dépressifs (cas probables)		
	Absence %	Présence %	Total %
Florissante	92,2	7,8	100,0
Modérée	65,9	34,1	100,0
Languissante	17,6	82,4	100,0

Isabelle Doré, Ph.D.
Chercheure post-doctorale
University of Toronto, Faculty of Kinesiology and Physical Education
Université de Montréal, Centre de recherche du CHUM

À retenir

- La santé mentale est **plus que** l'absence de troubles mentaux;
- La promotion de la santé mentale implique de concevoir la santé mentale dans sa dimension positive;
- La santé mentale intègre les traditions hédonique et eudémonique. Ces approches sont complémentaires et permettent de capter la santé mentale dans sa complexité et sa globalité;
- Il existe plusieurs mesures de la santé mentale et de ses composantes. Une mesure de santé mentale complète est essentielle afin de rendre compte du bien-être global de l'individu;
- Le Continuum de santé mentale (MHC) est une mesure fiable et valide de la santé mentale dans sa dimension positive dans sa version canadienne-française.



Isabelle Doré, Ph.D.

Chercheure post-doctorale
University of Toronto, Faculty of Kinesiology and Physical Education
Université de Montréal, Centre de recherche du CHUM

Références

- Keyes, C.L., The mental health continuum: From languishing to flourishing in life. *Journal of Health and Social Behavior*, 2002. 43(2): p. 207-222.
- Barry, M.M., Addressing the determinants of positive mental health: concepts, evidence and practice. *International Journal of Mental Health Promotion*, 2009. 11(3): p. 4-17.
- WHO, Promoting Mental Health: Concepts, Emerging Evidence, Practice – Summary Report. 2004, WHO: Geneva.
- Keyes, C.L., Mental illness and/or mental health? Investigating axioms of the complete state model of health. *Journal of consulting and clinical psychology*, 2005. 73(3): p. 539.
- Diener, Subjective well-being: The science of happiness and a proposal for a national index. Vol. 55. 2000: American Psychological Association.
- Waterman, A.S., Two conceptions of happiness: Contrasts of personal expressiveness (eudaimonia) and hedonic enjoyment. *Journal of personality and social psychology*, 1993. 64(4): p. 678.
- Ryff, C.D., Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of personality and social psychology*, 1989. 57(6): p. 1069.
- Keyes, C.L., Social well-being. *Social psychology quarterly*, 1998: p. 121-140.
- Keyes, C.L. and J. Annas, Feeling good and functioning well: Distinctive concepts in ancient philosophy and contemporary science. *The Journal of Positive Psychology*, 2009. 4(3): p. 197-201.
- Henderson, L.W. and T. Knight, Integrating the hedonic and eudaimonic perspectives to more comprehensively understand wellbeing and pathways to wellbeing. *International Journal of Wellbeing*, 2012. 2(3).
- Longo, Y., et al., Support for a general factor of well-being. *Personality and Individual Differences*, 2016.
- Agence de la santé publique du Canada, Élaboration d'une définition opérationnelle de la santé mentale positive. Rapport fondé sur une consultation et un atelier tenus les 26 et 27 février 2009. 2009, Agence de la santé publique du Canada: Ottawa.
- Westerhof, G.J. and C.L. Keyes, Mental illness and mental health: The two continua model across the lifespan. *Journal of Adult Development*, 2010. 17(2): p. 110-119.

Isabelle Doré, Ph.D.

Chercheure post-doctorale
University of Toronto, Faculty of Kinesiology and Physical Education
Université de Montréal, Centre de recherche du CHUM




Merci !
Questions ?

isabelle.dore@umontreal.ca


 UNIVERSITY OF
TORONTO  **CRCHUM**
CENTRE DE RECHERCHE


Isabelle Doré, Ph.D.
Chercheure post-doctorale
University of Toronto, Faculty of Kinesiology and Physical Education
Université de Montréal, Centre de recherche du CHUM




**Les déterminants sociaux
de la santé mentale**

Marie-Claude Roberge, conseillère scientifique, INSPQ
www.inspq.qc.ca

*Institut national
de santé publique*
Québec 

**MOUVEMENT
SANTÉ MENTALE
QUÉBEC** 
Promouvoir. Soutenir. Outiller.



Objectifs d'apprentissage

- Connaître les déterminants sociaux de la santé mentale
- Comprendre leur influence sur la santé mentale

Qu'est-ce qui influence la santé mentale?

Qu'est-ce qui influence la santé mentale?

Santé mentale = capacité d'agir

- Permet aux personnes de poursuivre des objectifs de vie, de faire face aux difficultés et de jouer leur rôle dans la société
- Influencée par de multiples facteurs, de différentes manières

Qu'est-ce qui influence la santé mentale?

Le cas d'Émilie : 17 ans, 1^{ière} année au Cégep

- Elle doit voyager plusieurs km pour se rendre au cégep
- Ses parents sont encourageants mais ont de la difficulté à la soutenir financièrement
- Son budget est restreint, elle concilie études et travail
- Elle n'a plus le temps de voir ses amis, dort moins, saute des repas...
- Elle peine à s'adapter à son nouveau cadre scolaire
- Elle doute de ses choix de carrière et de ses capacités
- Elle se sent malheureuse, dépassée et stressée

Qu'est-ce qui influence la santé mentale?

L'accès aux soins peut-il aider Émilie?

L'accès aux soins et services permet de soutenir les individus en difficulté et prévenir l'aggravation des symptômes



Cependant, même le meilleur accès possible ne peut permettre que tous les individus aient une santé mentale optimale

Qu'est-ce qui influence la santé mentale?

Et les caractéristiques individuelles d'Émilie?

Le niveau de connaissance est nécessaire pour comprendre et demander de l'aide
Les habitudes de vie (activité physique, sommeil, alimentation...) sont essentielles pour maintenir une bonne santé mentale



Cependant, ces caractéristiques individuelles sont largement tributaires des possibilités offertes dans les milieux de vie

Qu'est-ce qui influence la santé mentale?

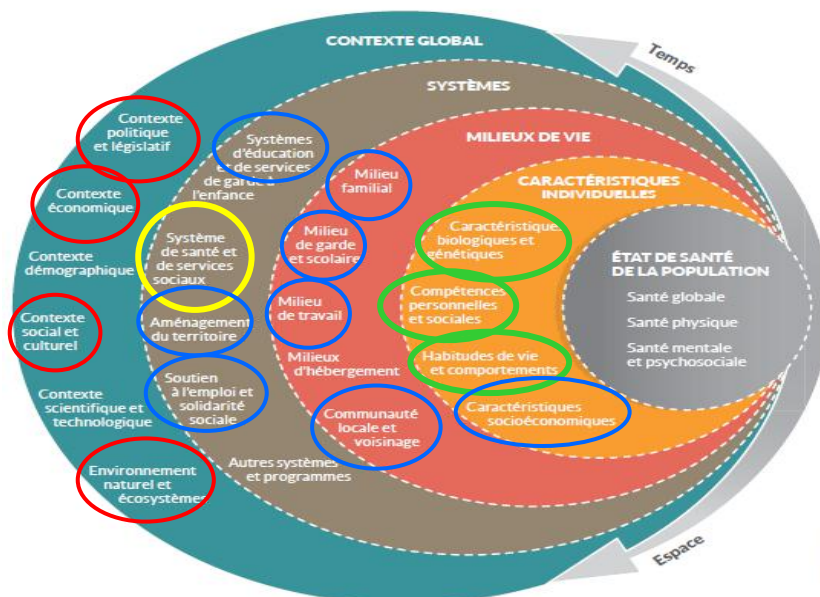
Et les conditions de vie d'Émilie?

La majorité des facteurs qui influencent la santé et la santé mentale sont des déterminants sociaux



« Les circonstances dans lesquelles les individus naissent, grandissent, vivent, travaillent et vieillissent ainsi que les systèmes mis en place pour faire face à la maladie » (OMS, 2009)

Qu'est-ce qui influence la santé mentale?



tiré de : Anctil (2012)

Qu'est-ce qui influence la santé mentale?

Les conditions de vie sociales et matérielles défavorables :

- Entraînent les possibilités d'un sain développement
- Entraînent un stress physiologique et psychologique dommageable pour la santé mentale
- Limitent les choix souhaités et les possibilités de réalisation

Les déterminants sociaux de la santé mentale

Les déterminants sociaux

Niveau structurel (système et contexte global)

Politiques, lois, normes équitables :

- Possibilités de scolarisation et de formation professionnelle
- Reconnaissance juridique des droits et libertés
- Accès au logement, au transport, à la sécurité alimentaire
- Aménagement du territoire en faveur de saines habitudes de vie et la sécurité publique
- Possibilités d'emplois et de soutien à l'emploi
- Accès à des services de santé de qualité

Les déterminants sociaux

Contexte et milieux de vie

Contexte familial sécurisant

- Relations familiales positives, conditions de vie matérielles et sociales des parents, santé physique et mentale des parents

Contexte relationnel sain

- Relations amoureuses positives et égalitaires, relations entre pairs exempts d'intimidation, inclusion par les pairs

Milieux de vie sains, sécuritaires et inclusifs

- Qualité de l'environnement bâti et naturel, climat social, présence de soutien/réseaux, possibilité de participation, conditions de travail

Les déterminants sociaux

Les déterminants sont interreliés

- Leurs interactions complexes et cumulatives, **tout au long de la vie**, influence la santé mentale
 - Les avantages et les risques se « nourrissent » les uns les autres
(ex. SDG de qualité - réussite scolaire - poursuite des études - meilleures conditions de travail- meilleure santé mentale...)

Les déterminants sociaux

Les déterminants sont inégalement distribués

- Les politiques influencent les opportunités offertes aux individus (ex. politiques d'aide financière à la formation)
- La qualité des milieux de vie influence l'exposition de certains groupes aux facteurs de risque et de protection (ex. mesures de protection des jeunes travailleurs)

Agir sur les déterminants et leur distribution

Agir sur les déterminants et leur distribution

Que faire pour favoriser la santé mentale des jeunes adultes comme Émilie?

- Accroître l'accès au soutien psychologique?
- Promouvoir l'importance des saines habitudes de vie?
- Revoir l'organisation scolaire ?
 - Des politiques et pratiques qui attestent une préoccupation claire en faveur de la santé mentale
 - Un climat scolaire qui encourage la participation des jeunes, leur capacité d'adaptation et les saines habitudes de vie
 - L'accès à des services d'aide (finances, logement, soutien psychologique)

Agir sur les déterminants et leur distribution

Ensemble coordonné d'actions intersectorielles

- Cibler les déterminants à différents niveaux : **structurel, milieux de vie, individuel**
- Utiliser diverses stratégies : **politiques publiques, environnements favorables, pouvoir d'agir des communautés, capacités individuelles, services**
- Viser l'ensemble des individus selon leurs besoins : **on a tous une santé mentale**
- Permettre d'égaliser les chances : **réduire les inégalités**



Institut national
de santé publique
Québec

Agir sur les déterminants et leur distribution

En somme, des actions qui favorisent

- La capacité de contrôle des personnes sur leur vie
Choisir, s'accepter
- L'accès à des de ressources matérielles et sociales dans leurs milieux de vie
Découvrir, se ressourcer
- La possibilité de participer à la vie sociale et économique
Créer des liens, agir
- La protection contre la discrimination et la violence
Ressentir

Institut national
de santé publique
Québec

MERCI

marie.claude.roberge@inspq.qc.ca

Références

- Ancil, H. (2012). *La santé et ses déterminants. Mieux comprendre pour mieux agir*. Québec: Ministère de la Santé et des Services sociaux.
<http://publications.msss.gouv.qc.ca/acrobat/f/documentation/2011/11-202-06.pdf>
- Mikkonen, J. et Raphael, D. (2011). *Déterminants sociaux de la santé. Les réalités canadiennes*. Toronto : École de gestion et de politique de la santé de l'Université York.
http://www.thecanadianfacts.org/Les_realites_canadiennes.pdf
- Paquette, J., Leclerc, B-S., Bourque, S. (2014). Vidéo La santé dans tous ces états : les déterminants sociaux de la santé. CSSS de Bordeaux-Cartierville St-Laurent-CAU, Montréal. Récupéré à https://www.youtube.com/watch?v=e_bRaKPXIJg
- Organisation mondiale de la Santé (2009). *Comblent le fossé en une génération : instaurer l'équité en santé en agissant sur les déterminants sociaux de la santé : résumé analytique du rapport final de la Commission des déterminants sociaux de la Santé*. Genève : Organisation mondiale de la Santé. Récupéré à
http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/69831/1/WHO_IER_CSDH_08.1_fre.pdf
- World Health Organization and Calouste Gulbenkian Foundation (2014). *Social determinants of mental health*. Geneva : World Health Organization
http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/112828/1/9789241506809_eng.pdf

MERCI POUR VOTRE PARTICIPATION !

