

# REVUE DE PRESSE FRANCOPHONE SUR LA SANTÉ MENTALE ET LA COVID-19-

Synthèse du 1er mai au 31 juillet 2020

Auteures

Jade Talbot<sup>1, 2</sup>

Lily Lessard,<sup>2, 3, 4</sup>

1. Département de géographie, Faculté de géographie géomatique et foresterie, Université Laval
2. Chaire interdisciplinaire Santé et services sociaux pour les populations rurales
3. Département des sciences de la santé, Université du Québec à Rimouski
4. Centre de recherche du CISSS de Chaudière-Appalaches



## TABLE DES MATIERES

<b>CONTEXTE</b> .....	<b>4</b>
<b>MÉTHODE</b> .....	<b>5</b>
<b>RÉSULTATS</b> .....	<b>6</b>
Principaux thèmes abordés .....	6
Répartition géographique .....	7
Groupes ciblés .....	8
Effets de la pandémie sur la santé mentale.....	9
Facteurs d'influence.....	10
ÉTAT DE SANTÉ .....	10
CARACTÉRISTIQUES INDIVIDUELLES.....	10
MILIEUX DE VIE .....	12
SYSTÈME .....	13
CONTEXTE GLOBAL.....	14
<b>CONCLUSION</b> .....	<b>14</b>
<i>Annexes Détails des articles recensés</i> .....	<i>15 à 65</i>

## CONTEXTE

La pandémie liée à la COVID-19 met à l'épreuve les capacités d'adaptation des populations et peut entraîner des effets sur leur santé mentale. Le sujet a d'ailleurs été abordé régulièrement dans les médias depuis le début de la pandémie.

Une revue de la presse francophone sur la santé mentale en contexte de pandémie est réalisée depuis le début mai 2020 et publiée dans le cadre d'un dossier thématique sur la santé mentale et la COVID-19 publié et mise à jour régulièrement sur le site Qualaxia <https://qualaxia.org/dossier/covid-19-et-sante-mentale/>.

Cette première synthèse couvre la période du 1er mai au 31 juillet 2020. Elle couvre donc la fin de la période de confinement strict et le déconfinement qui s'est graduellement orchestré par la suite pour se termine au moment des semaines de vacances de la construction au Québec. Les événements ayant marqué cette période sont :

### **Mai 2020**

6 mai : Autorisation de sorties des personnes vivant en résidence privée pour aînés

11 mai : Réouverture des écoles primaires et services de garde excepté pour la CMM

18 mai : Contrôles routiers retirés dans plusieurs régions

20 mai : Autorisation de pratiques récréatives individuelles sans contact

22 mai : Autorisation de rassemblements extérieurs (maximum 10 personnes et 3 ménages)

25 mai : Réouverture des commerces non essentiels avec porte extérieure dans la CMM

25 mai : Mort de George Floyd aux USA et manifestations (détournement attention médiatique)

29 mai : Le Québec atteint les 50 000 cas

### **Juin 2020**

1<sup>er</sup> juin : Reprises des activités touristiques et de certains centres de soins de santé

8 juin : Le Québec atteint 5 000 décès et Reprise des sports d'équipe (soccer, baseball, hockey) à l'extérieur et sous réserve des DSP

15 juin : Reprise de la restauration (sauf dans la CMM) et autorisation de rassemblement intérieur (sauf dans la CMM) pour un maximum de 10 personnes et 3 ménages.

22 juin : Reprise de la restauration et Autorisation de rassemblements intérieurs dans la CMM Réouverture des salles de spectacles, théâtre, cinémas; ouverture estivale des camps de jour

### **Juillet 2020**

24 juillet Début des vacances de la construction

## MÉTHODE

Les articles proviennent de la presse écrite traditionnelle et des nouveaux médias francophones. Le repérage a été réalisé en utilisant la base de données Eureka avec les mots clés suivant : « santé mentale », « détresse », « COVID », « pandémie » et « coronavirus ». Les articles repérés étaient alors lus et ceux traitant du thème de la santé mentale en contexte de pandémie étaient conservés et compilés sur Qualaxia.org où une phrase de présentation accompagne chaque article.

La couverture géographique, le thème principal abordé et les groupes ciblés étaient identifiés pour chaque article retenu. Si ce dernier n'était pas spécifié ou que plusieurs groupes étaient abordés, le groupe "population générale" était attribué. Les effets sur la santé mentale, ainsi que les facteurs l'influençant. Ces derniers ont été documentés et catégorisés en fonction du cadre conceptuel de la santé et de ses déterminants du MSSS (2010) présenté à la figure 1.

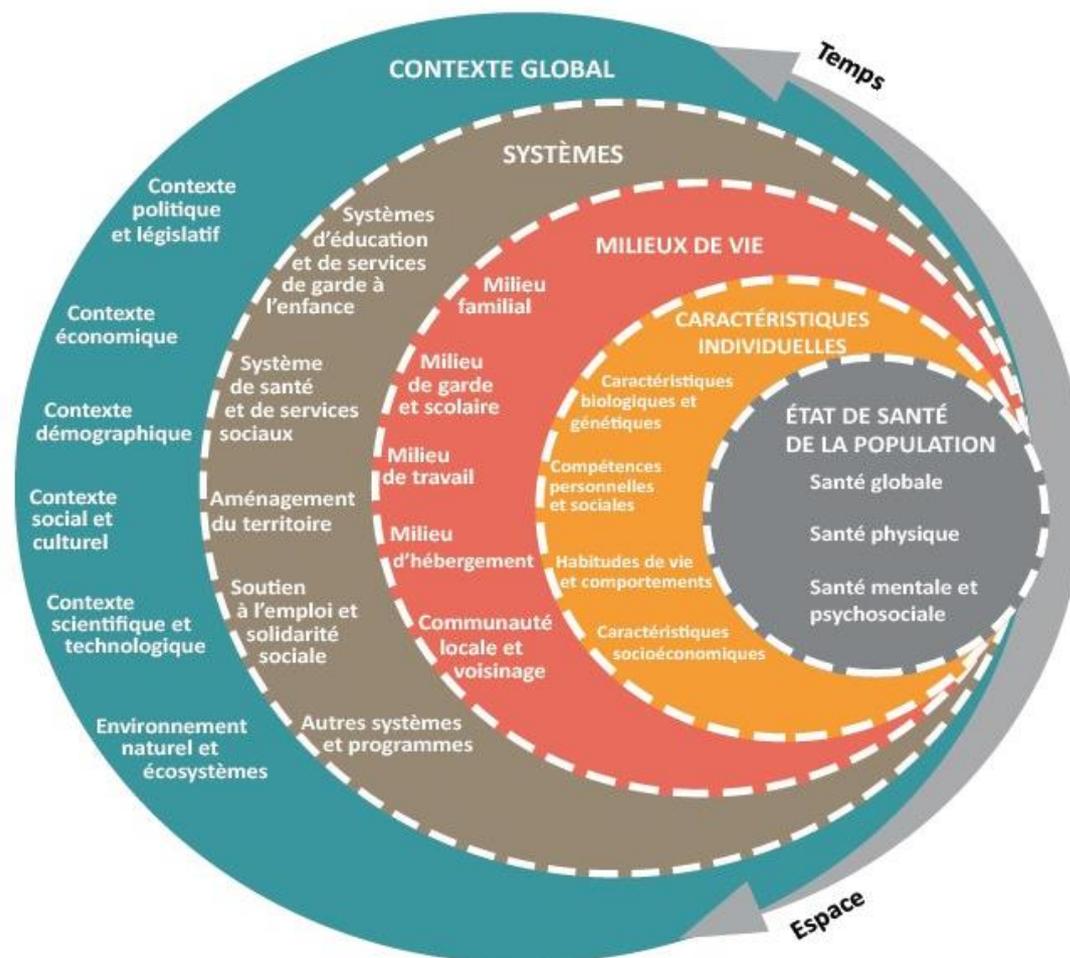


Figure 1 La carte de la santé et ses déterminants<sup>1</sup> (MSSS 2010)

<sup>1</sup> Source de l'image : MSSS. (2010). La santé et ses déterminants : Mieux comprendre pour mieux agir. Direction des communications du ministère de la Santé et des Services sociaux <https://publications.msss.gouv.qc.ca/msss/fichiers/2011/11-202-06.pdf>

## RÉSULTATS

148 articles provenant de 34 médias font partie de la revue de presse réalisée entre le 1<sup>er</sup> mai et le 31 juillet 2020. On observe généralement une diminution du nombre d'articles au fil du temps.

Les résultats sont présentés de manière à faire ressortir les principaux thèmes abordés, la répartition géographiques des articles, les groupes qui ont été visés, les effets de la pandémie sur la santé mentale ainsi que les éléments les influençant.

### PRINCIPAUX THEMES ABORDES

Onze thèmes ressortent des articles (figure 2). Le plus récurrent est celui des moyens pour protéger la santé mentale. Ces moyens sont très variés et prennent la forme notamment d'outils, d'activités et de services existants ou développés dans le cadre de la pandémie pour la population générale et celles vivant avec des problèmes de santé mentale (ex. guides d'autosoins et d'auto-évaluation ; lignes d'aide et d'écoute téléphoniques, café-rencontre virtuels, consultations téléphoniques, initiatives communautaires pour réduire l'isolement social), pour les travailleurs en général (ex. maintien d'esprit d'équipe en contexte de télétravail, projets pour lutter contre la détresse des entrepreneurs et agriculteurs, approches préventives en santé mentale au travail, webinaires) et pour le personnel soignant (ex. équipes d'intervention auprès des employés épuisés, soutien par les pairs, téléconsultation, accès accru aux programmes d'aide aux employés). Le financement gouvernemental ou du secteur privé pour accroître les services en santé mentale dont le soutien téléphonique et le don de tablette aux personnes isolées font également partie de ces moyens. Ce thème représente près du quart des articles retenus (n=36).

Le deuxième thème le plus abordé est celui de la détresse psychologique qui représente près de 20% (n=28) des articles qui rapportent généralement des propos d'experts ou de centres d'aide faisant état d'une augmentation de la détresse dans la population et des demandes d'aide en santé mentale.

Finalement, environ 10% (n=15) des articles présentent les résultats de sondages portant sur l'état de santé de la population en temps de pandémie. Il faut rappeler que certains articles traitaient de plus d'un thème et que seul le thème principal a été considéré dans cette classification. Il faut donc noter que cela peut amener à sous-estimer la couverture de certains thèmes.

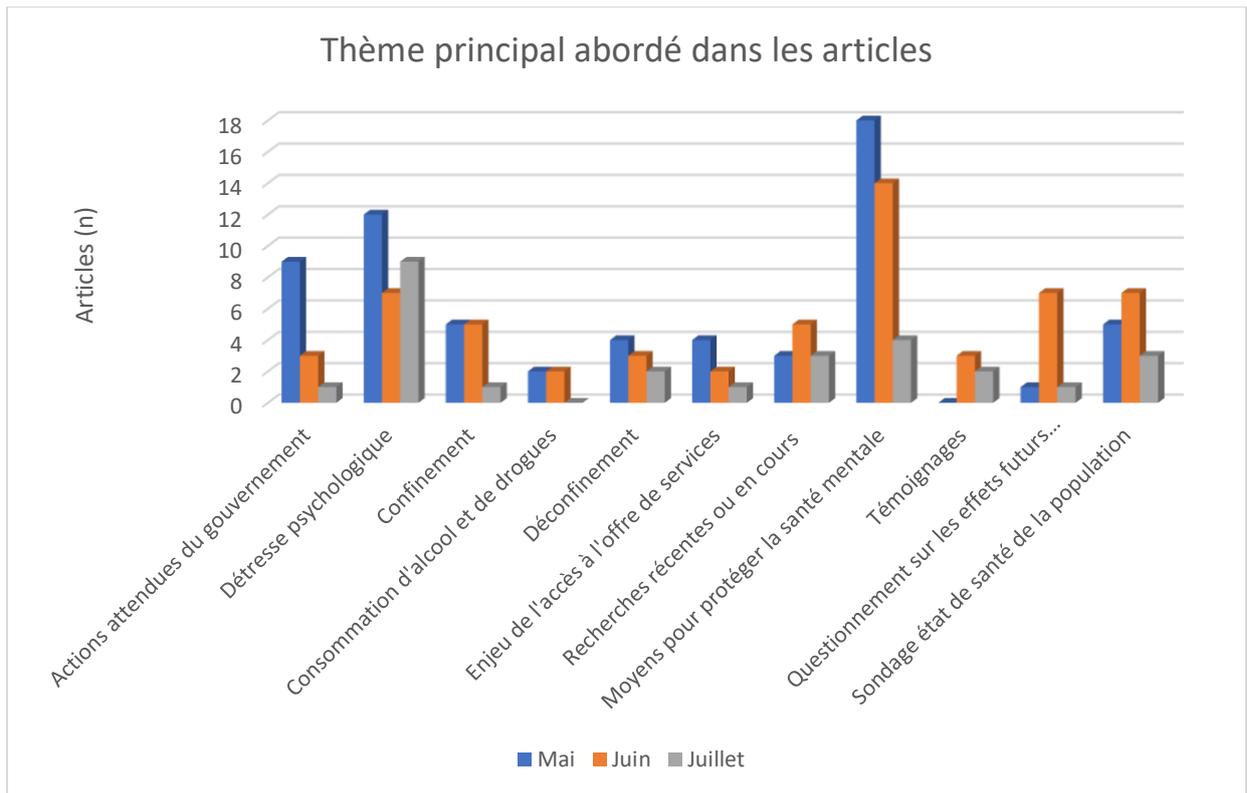


Figure 2 Principaux thèmes abordés

## RÉPARTITION GÉOGRAPHIQUE

L'échelle de la couverture médiatique varie beaucoup (figure 3). Environ 65% (n=96) des articles portent sur le Québec, dont 12 abordent la situation dans les grandes villes et 14 celle des milieux ruraux (voir figure 4).

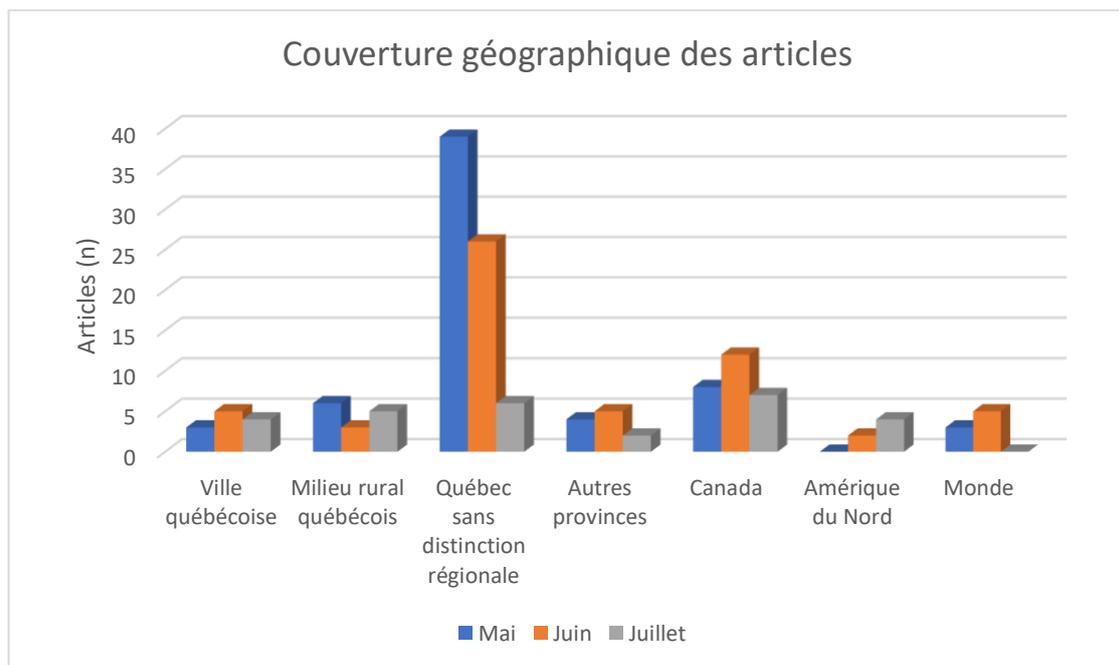


Figure 3 Couverture géographique des articles

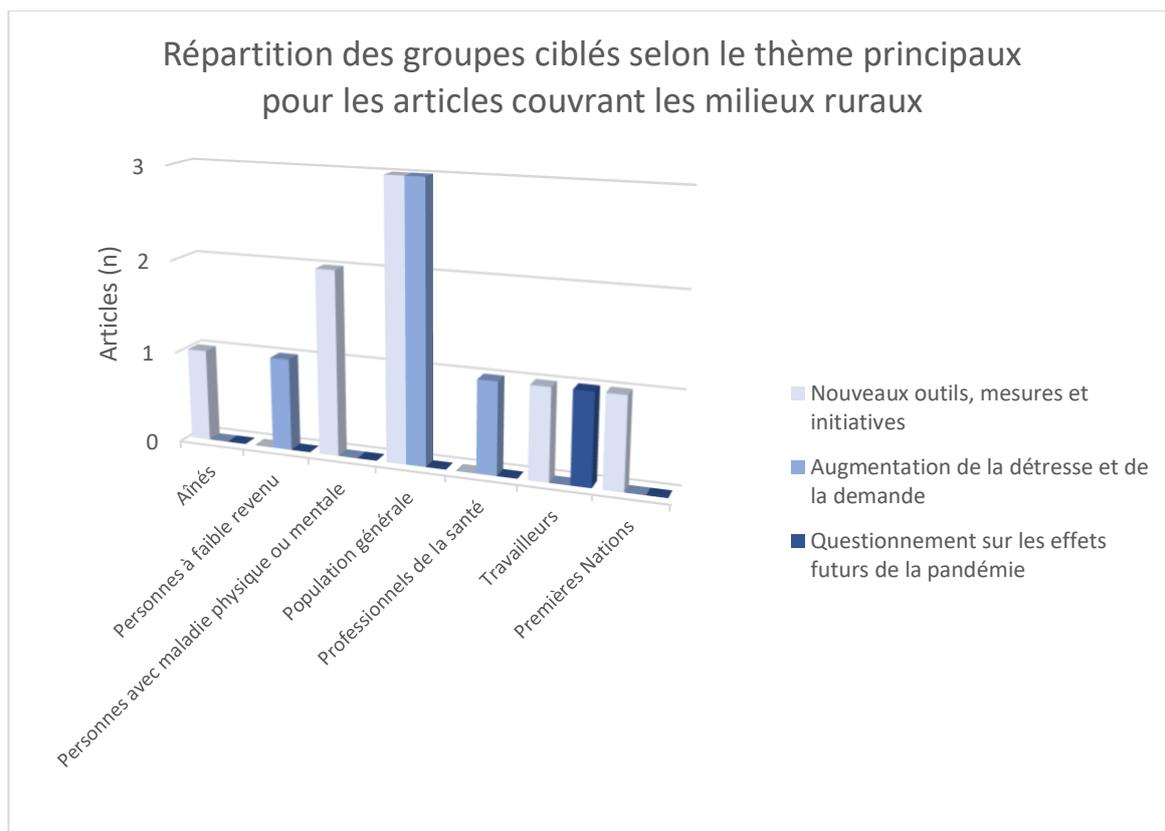


Figure 4 Répartition des groupes ciblés selon les trois thèmes principaux pour les articles des milieux ruraux.

## GROUPES CIBLES

Les groupes ciblés dans les articles ont été classés en 17 groupes (figure 5). Le plus représenté est celui de la population générale avec près de 40% (n=58) des articles, suivi des enfants et adolescents avec 13,4% (n=20) et du groupe des professionnels de la santé avec 12,7% (n=19).

Le nombre d'articles sur la santé mentale a diminué dans le temps pour l'ensemble des groupes sauf pour ceux des professionnels de la santé et des travailleurs. Bien que la santé physique des aînés soit un enjeu largement discuté en temps de pandémie, peu d'articles ont traité spécifiquement de leur santé mentale. Les auteurs ayant écrit sur les aînés l'ont fait sous l'angle du facteur de risque lorsqu'ils parlaient de la population générale.

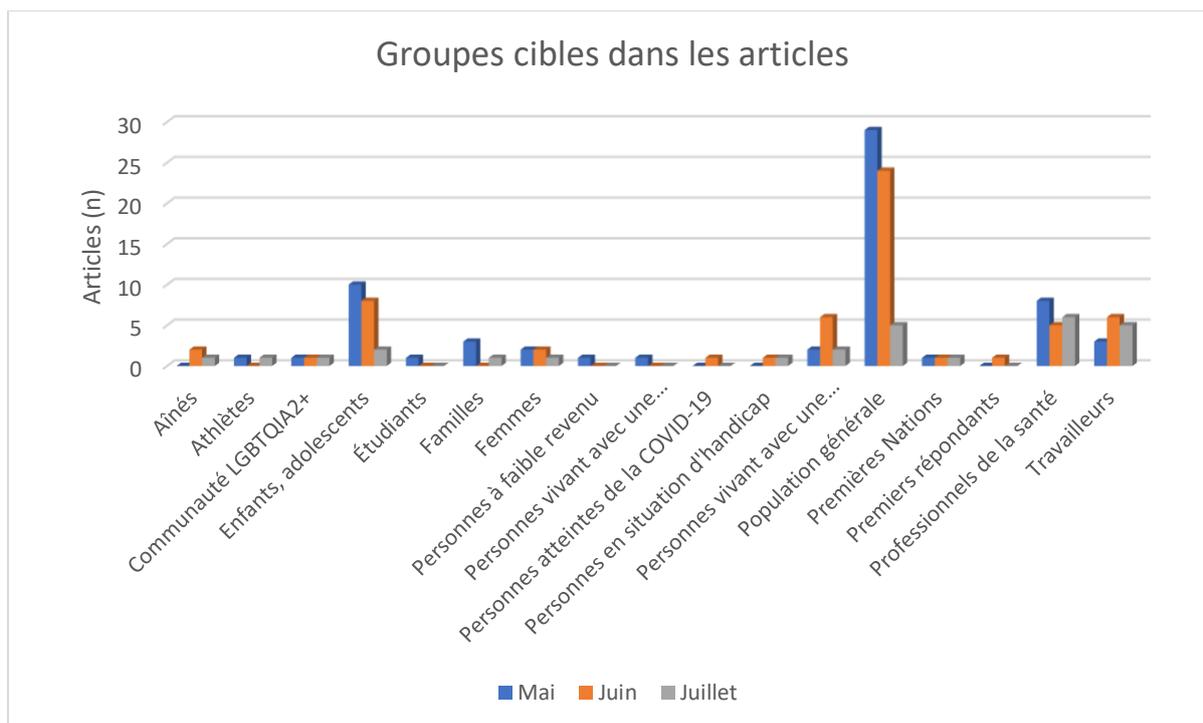


Figure 5 Groupes ciblés dans les articles

## EFFETS DE LA PANDEMIE SUR LA SANTE MENTALE

Plusieurs impacts de la pandémie sur la santé mentale ont été documentés.

Au début de la période d'observation (mai), les articles font surtout état de stress, d'anxiété, de détresse psychologique, des problèmes de sommeil, d'irritabilité, de tristesse, du sentiment de solitude et de déprime en lien avec la période de confinement. Des articles font également état d'une consommation d'alcool, de drogues, de tabac, de consommation de nourriture, de sexe ou de jeux compulsifs parfois présentés comme des formes d'échappatoire ou d'automédication dans certains cas. La charge mentale, notamment des parents confinés avec leurs enfants, est également régulièrement évoquée. Une augmentation de la prescription de médicament contre l'anxiété chez les enfants et les jeunes est aussi rapportée. Des articles font état d'une accentuation des symptômes et des difficultés pour les personnes ayant des problèmes antérieurs de santé mentale et de la désorganisation de la clientèle psychiatriquée en lien notamment avec la réduction des visites et des sorties. Les deuils compliqués, les idées suicidaires et suicides, la violence domestique seraient également en augmentation.

Le déconfinement qui s'est orchestré entre la mi-mai et juillet a aussi été associé à des peurs et des préoccupations relatives à la crainte d'attraper la maladie ou de la transmettre, notamment avec l'ouverture des écoles primaires en mai au Québec sauf pour la communauté métropolitaine de Montréal (CMM). L'épuisement psychologique fait également parti des sujets régulièrement abordés surtout pour les travailleurs de la santé et

ceux des autres secteurs essentiels. Des inquiétudes sont soulevées quant à la perte de motivation des jeunes d'âge scolaire, dont ceux du secondaire. Vers la fin mai et au début juin, des articles commencent à rapporter une augmentation de l'état de stress post-traumatique chez les travailleurs de la santé et pour les personnes ayant séjourné à l'hôpital suite des complications de la COVID-19.

D'un point de vue plus positif, la pandémie a pu accroître le sentiment de fierté chez ceux qui ont apporté de l'aide à leurs proches ou à la communauté ou qui appliquent les règles de santé publique dans le cadre d'un effort collectif.

## FACTEURS D'INFLUENCE

Les facteurs d'influence ont été regroupés en fonction des catégories de déterminants de la santé qui réfèrent à l'état de santé des personnes, aux caractéristiques individuelles, aux milieux de vie, aux systèmes ainsi qu'au contexte global.

## ÉTAT DE SANTÉ

Les personnes dont la condition les expose à conséquences graves de la COVID-19 pouvant être fatales, dont celles immunosupprimées, celles qui vivent avec une maladie chronique sensible à la COVID-19, celles atteintes de cancer sont des groupes vivant des stress importants vis-à-vis la COVID-19, car. Les personnes ayant des problèmes de santé mentale ou psychosociaux préexistants (maladie mentale, problèmes d'isolement social et de socialisation, troubles du sommeil), celles ayant des douleurs chroniques ou celles à mobilité réduite et ayant besoin d'assistance dans leurs activités quotidiennes sont également exposées à des stress significatifs en lien avec la réduction de services occasionnée par les mesures associées à la COVID-19. Les personnes qui sont ou ont été atteintes de la COVID-19, notamment celles ayant développés des complications de la maladie, celles ayant séjourné à l'hôpital, dont aux soins intensifs, en lien avec des complications de la maladie présenteraient des niveaux de détresse plus importants et seraient plus prédisposés à vivre un état de stress post-traumatique. Même chose pour celles touchées par la maladie d'un proche ou vivant un deuil d'un proche décédé de la COVID-19.

## CARACTÉRISTIQUES INDIVIDUELLES

Différentes caractéristiques individuelles ont été présentées comme des éléments pouvant influencer négativement ou positivement la santé mentale.

**Caractéristiques biologiques et génétiques** : Tous les groupes d'âge allant de l'enfant à naître en raison du stress prénatal à la personne âgée sont identifiés dans les articles comme des groupes à risque de connaître des problèmes de santé mentale liés à la pandémie. Il faut toutefois noter que le groupe des enfants et des jeunes semble avoir fait l'objet de nombreux

articles (voir figure 4) surtout en raison de l'arrêt en mars et la reprise des activités scolaires à la mi-mai en dehors de la CMM. Si cela semble avoir accru la détresse chez certains jeunes, les articles font également état de leur bonne capacité d'adaptation.

**Compétences personnelles et sociales :** L'hésitation à demander de l'aide, la crainte d'être infecté par la COVID-19 ou de contaminer les autres, les difficultés à trouver l'information ou à utiliser les outils de communication constitueraient des facteurs de risque pour la santé mentale. Une meilleure compréhension générale de la maladie et des mesures qui l'accompagnent, de leurs impacts sur la santé mentale et des moyens pour prendre soin de soi sont associés à des effets protecteurs pour la santé mentale.

Le fait de reconnaître son besoin d'aide et d'aller en chercher auprès de proches ou de professionnels de la santé et de services sociaux, d'utiliser les ressources d'autosoins en santé mentale, de démontrer de l'ouverture et de la résilience face aux changements occasionnés par la pandémie ainsi que celui d'être connecté et de passer du temps avec ses proches sont identifiés comme des facteurs de protection. D'ailleurs, le fait de bénéficier d'un bon réseau social ainsi que celui d'éprouver un fort sentiment d'appartenance à un groupe ont été considérés comme d'importants facteurs de protection. Certains articles font état que le confinement a été un temps pour certains de reconnecter avec leurs valeurs essentielles perdues de vue en raison d'un rythme de vie exigeant d'avant la pandémie et de développer la compassion pour soi. Finalement, les personnes âgées sont présentées comme ayant de meilleures capacités d'adaptation que les plus jeunes ce qui pourraient contribuer à réduire les impacts sur la santé mentale dans ce groupe.

**Habitudes de vie et comportements :** Les changements de routine, l'impossibilité de pratiquer des activités sportives ou de loisirs, la consommation d'alcool, de drogue ou de tabac, le manque d'exposition à la lumière, notamment pour les travailleurs de la santé, et l'augmentation des tâches domestiques sont associés à des effets négatifs pour la santé mentale. Certaines personnes craignent aussi de consulter les services de santé de peur d'attraper la COVID-19.

À l'inverse, la poursuite des activités antérieures à la pandémie, le maintien ou l'adoption de bonnes habitudes de vie comme la pratique d'activités physiques, le repos et le fait de s'accorder du temps pour soi, la bonne hygiène du sommeil, une saine alimentation et l'utilisation de méthodes de relaxation sont associés à des effets positifs pour la santé mentale. Tout comme l'établissement de nouvelles routines, le réaménagement de son espace de vie et le fait de suivre les recommandations de la santé publique.

**Caractéristiques socio-économiques :** Le fait d'être un travailleur de la santé, un gestionnaire, un entrepreneur, d'être du groupe d'âge des 20-29 souvent employés dans le secteur des services ou celui d'occuper un emploi jugé essentiel en temps de pandémie sont liés à des risques accrus d'épuisement professionnel et des effets négatifs pour la santé mentale. Même chose pour les personnes ayant perdu leur emploi ou ayant subi une baisse salariale, celles à

faible revenu, celles dont la situation financière s'avère ou risque de devenir précaire ou celles vivant de l'insécurité alimentaire.

À l'inverse, le fait d'avoir conservé son emploi ou son revenu et d'avoir accès à des plateformes de communications fonctionnelles pour usage personnel et professionnel sont décrits comme des éléments plutôt positifs pour la santé mentale.

---

## MILIEUX DE VIE

**Milieu familial** : Les personnes seules, monoparentales, celles vivant des défis de conciliation travail-familles, celles impliquées dans une garde partagée ou celles victimes de violences domestiques seraient plus susceptibles de vivre des problèmes pour la santé mentale. Des articles ont aussi abordé les stress parentaux pouvant se communiquer aux enfants. L'éloignement des membres de la famille en raison du confinement, de la maladie ou de la fragilité de certains ou encore du type d'emploi occupé (ex. travailleurs de la santé plus exposés à la maladie) sont aussi d'importantes sources de stress.

Le type d'habitation, comme l'accès à une cour ou un jardin, a également été ciblé comme un élément influençant la santé mentale. Le jeu ou le fait du passer du temps agréable en famille, tout en aménageant du temps pour soi sont identifiés comme des éléments protecteurs.

**Milieu scolaire et de garde** : La fermeture des écoles et la perte d'encadrement scolaire sont associées à des effets négatifs pour la santé mentale des enfants et des jeunes ainsi que pour les parents, qui pour certains, se sont sentis dépourvus à l'idée de faire l'école à la maison. Au contraire, le suivi des élèves par les enseignants ou des autres professionnels du milieu de l'éducation, la capacité d'adaptation de certains étudiants, les moyens déployés pour offrir l'éducation à distance et la réouverture des écoles à la mi-mai sont décrits comme positifs pour la santé mentale. L'éducation à distance présente à la fois des effets négatifs et positifs pour la santé mentale où certains jeunes se disent peu stimulés par ce type d'enseignement alors que d'autres, dont ceux vivant de l'intimidation, de l'anxiété de performance ou des troubles anxieux avant la pandémie, trouve cette façon de faire mieux adaptée à leur situation.

**Milieus d'hébergement** : Même si les milieux des CHSLD et de résidences de personnes âgées ont été très durement touchés par la COVID-19, les articles recensés n'ont pas abordé la santé mentale des résidents de ces milieux de vie. Des articles font toutefois état de la situation des personnes hospitalisées ou vivant en milieu psychiatriqués ont souffert psychologiquement des interdictions de sorties pendant le confinement.

**Milieu de travail** : Différents aspects du travail qui influencent la santé mentale en temps de pandémie ont été abordés dans les médias. Les membres du personnel de santé vivent des conditions susceptibles d'accroître la détresse psychologique et l'épuisement notamment en lien avec l'exposition régulière à des situations traumatiques en zone rouge et le sentiment d'inévitabilité, une certaine aliénation dans la répétition des gestes de protection et la

crainte de contracter la maladie et de contaminer ensuite leurs proches. La sollicitation soutenue du milieu de la santé et d'autres services qui ont été jugés essentiels augmenterait également les risques pour la santé mentale chez les travailleurs de ces secteurs.

Des liens ont aussi été établis entre le télétravail et la santé mentale étant associés à la détresse pour certains qui se sentent isolés, qui ont vu leurs tâches s'alourdir ou qui se sentent dépassés par le défi de conciliation enfants-travail ou à des retombées positives pour d'autres qui bénéficient de conditions de travail plus favorables. Les programmes d'aide aux employés, le soutien d'employeurs sensibles au maintien de la santé mentale dans ses équipes et la reconnaissance envers les employés, dont les professionnels de la santé, sont identifiés comme des facteurs de protection pour la santé mentale. Le moment de discussion non organisée entre les membres d'équipe a aussi été présenté comme un élément protecteur. Le retour au travail a également été identifié comme une source de stress, notamment en lien avec la peur du virus.

**Communauté locale et voisinage :** Le manque de socialisation, surtout pendant le confinement ou le fait d'habiter en milieu rural en raison de l'isolement et de l'éloignement des services ont surtout été associés à des effets négatifs pour la santé mentale. Le non-respect des consignes de santé publique par certains groupes constitue également un stresser et une source de frustration pour les personnes à risque de complications liées à la COVID-19. La possibilité de prendre des vacances, de jouer et de profiter d'activités en plein air ont été présentés comme ayant des effets protecteurs pour la santé mentale.

---

## SYSTÈME

Les éléments systémiques abordés dans les articles repérés abordaient principalement le **système de santé et de services sociaux**. L'accès difficile ou compliqué aux ressources, aux soins et aux services, notamment avec la fermeture de centres de soins ou le report de services ou d'interventions est associé à des effets négatifs pour la santé mentale. Plusieurs personnes se sont senties abandonnées dont celles souffrant de cancer, celles ayant des douleurs chroniques, celles bénéficiant des services des centres traitements des dépendances, celles impliquées dans des thérapies de groupes, celles qui utilisent des services de soins à domicile qui aurait souffert du manque de personnel, celles vivant de la violence et ayant besoin de services d'hébergement ou encore d'autres ayant des besoins particuliers, comme des membres des communautés LGBTQIA2+ suivis en hormonothérapie

L'accès facilité aux outils de dépistage des problèmes de santé mentale et d'autosoins mis à disposition par le gouvernement et autres groupes et instances, les activités de promotion de la santé mentale et de sensibilisation aux problèmes associés à la COVID-19 et au contexte de pandémie ainsi que l'accès à des informations fiables sont présentées comme des effets protecteur pour la santé mentale.

**Autres systèmes :** La disponibilité d'information de qualité accroît la cohérence des mesures mises en place dans le cadre de la pandémie et la capacité à mettre en place des solutions pour y faire face. La fermeture de commerces, d'organisations communautaires, de lieux de rencontres ou de loisirs, les changements d'horaire, les files d'attente sont également des éléments qui influenceraient négativement la santé mentale.

---

## CONTEXTE GLOBAL

**Contexte social et culturel:** Les articles indiquent que la stratification de certains groupes de la population les prédisposerait à développer davantage de problèmes de santé mentale en temps de pandémie, dont le genre féminin en raison des rôles joués dans les soins aux enfants et de la famille immédiate ou élargie, les membres des Premières Nations, les immigrants et certaines communautés culturelles privés de leurs lieux de rassemblement ou de culte. Les membres de la communauté LGBTQIA2+ auraient également été fortement touchés par l'isolement social.

D'un autre côté, la pandémie est une occasion de parler beaucoup de santé mentale, de sensibiliser la population aux besoins et moyens pour la protéger et de réduire un peu les préjugés et les tabous en lien avec la maladie mentale.

**Contexte politique et législatif** Les contradictions ou confusions dans les recommandations et certains messages émanant de la santé publique, dans le milieu de l'éducation et d'autres instances au fil de l'évolution de la pandémie seraient associées à des effets négatifs pour la santé mentale. Finalement, l'exposition à d'autres événements traumatiques pendant la pandémie (ex. tuerie en N-Écosse) ont été soulignés dans les médias quant aux risques accrus de vivre des problèmes de santé mentale.

## CONCLUSION

Cette revue de presse réalisée au cours des mois de mai, juin et juillet 2020 démontre la contribution des médias à la sensibilisation de l'opinion publique aux problèmes de santé mentale liés au contexte de pandémie et la réduction des tabous. Le constat à l'effet que les articles abordent les facteurs de risque et de protection sous l'angle de différents déterminants de la santé indique que les médias participent, dans leur couverture de la situation à partir des témoignages d'expériences vécues par différents groupes de la population et des opinions d'experts, à une meilleure compréhension du phénomène et des solutions pour faire face à la situation. Un manque de spécificités régionales et par rapport aux différents groupes de la population est toutefois observé pouvant laisser penser que certaines réalités sont encore éclipsées dans les médias écrits francophones.

Les informations figurant dans cette synthèse peuvent constituer des pistes d'exploration futures pour les domaines de la recherche.

## ANNEXES DETAILS DES ARTICLES RECENSES

### Code de couleur utilisé :

En bleu : Mois

En vert : Événements significatifs COVID-19

En jaune : Événements significatifs non liés à la COVID-19

En orangé : Articles touchant le contexte en région ou en milieu rural



Média	Date	Auteur	Titre	Thème	Groupe ciblé	Résumé	Géogr.	Effets de la pandémie	Facteurs de risque	Facteurs protection	Mesures/ Solutions
<b>Mois de mai</b>											
La Presse	04-mai-20	Louise Leduc	<a href="#">Santé mentale: quels seront les effets à long terme?</a>	Augmentation de la détresse et de la demande	Population générale	De professionnels se penchent sur les conséquences à long terme de la pandémie, notamment sur l'augmentation de la détresse et le rôle des femmes.	Québec	Inquiétude, anxiété, ennui, détérioration de la santé mentale	Vivre seul, femme, travailleur essentiel		
<b>06 mai: Autorisation de sortie extérieure aux personnes vivant en résidence privée pour aînés</b>											
Radio-Canada	06-mai-20	La Presse Canadienne	<a href="#">La pandémie met à mal la santé mentale des Canadiens</a>	Augmentation de la détresse et de la demande	Population générale	Le sentiment initial de solidarité, présent au début de la crise, s'effrite lentement pour laisser place à l'incertitude et la détresse. Les experts s'attendent à une augmentation de la dépression et des maladies liées au stress.	Canada	Anxiété, détérioration de la santé mentale, détresse psychologique, sentiment d'incertitude et d'isolement	Solitude (vivre seul)		31 millions \$ du gouvernement du Québec
La Tribune	07-mai-20	Chloé Cotnoir	<a href="#">Omnimed et Concerto s'attaquent aux problèmes de santé mentale</a>	Nouveaux outils, mesures et initiatives en santé mentale	Professionnels de la santé	Deux entreprises travaillent à l'amélioration d'une boîte d'outils cliniques numériques sur la plateforme Omnimed, utilisée par les professionnels de la santé. Ces outils visent notamment à mieux évaluer et traiter les problèmes de santé mentale.	Québec	Détresse psychologique, anxiété	Aînés isolés, travailleurs essentiels, familles dont la vie a été chamboulée	Bons outils de dépistage en santé mentale	Développement d'outils de dépistage de l'apparition et de l'aggravation des troubles anxieux et de la dépression, investissement \$ de la part du gouvernement (240M\$ au Canada, 31M\$ au Québec)

Média	Date	Auteur	Titre	Thème	Groupe ciblé	Résumé	Géogr.	Effets de la pandémie	Facteurs de risque	Facteurs protection	Mesures/ Solutions
La Tribune	07-mai-20	Marie-Christine Bouchard	<a href="#">Santé mentale: des outils pour mieux comprendre les malades</a>	Nouveaux outils, mesures et initiatives en santé mentale	Personnes vivant avec une maladie physique ou mentale	Le CIUSS de l'Estrie-CHUS s'engage afin de soutenir la santé mentale, notamment pour les personnes souffrant de troubles mentaux persistants et sévères, mais également la population en général qui peut ressentir une détresse émotionnelle, en ces temps de pandémie. L'objectif est de faire reconnaître, inclure et respecter les personnes atteintes de troubles mentaux.	Milieu rural	Stress, anxiété, déprime, accentuation des problèmes antérieurs de santé mentale	Perte d'emploi, chamboulement des habitudes de vie.	Chercher de l'aide (médecin de famille, CLSC, Info sociale, ressources communautaires), diminution des préjugés à l'égard des personnes ayant des problèmes de santé mentale	Trousse contenant des informations, vulgarisées, sur les gens ayant des manifestations de santé mentale, y compris lors de manifestations plus spectaculaires, aide de 31M\$ du gouvernement du Québec
Le Nouvelliste	08-mai-20	Paule Vermot-Desroches	<a href="#">Il faut apprendre à vivre avec le stress du déconfinement, selon un psychologue</a>	Déconfinement	Population générale	Le déconfinement risque d'agir comme source de stress pour plusieurs. Un psychologue pense que de s'exposer à ces changements permettra de mieux gérer le stress et l'anxiété que créent la pandémie et le déconfinement.	Québec	Stress, anxiété, dépression	Changement d'habitude, perte d'emploi, problème financier	Exposition au changement, faire de l'activité physique, méthodes de relaxation, accès à de l'information fiable	
Le Journal de Québec	08-mai-20	Agence QMI	<a href="#">Près de 15 millions \$ pour l'aide psychologique aux anges gardiens</a>	Nouveaux outils, mesures et initiatives en santé mentale	Professionnels de la santé	Québec débloque 14M\$ pour bonifier temporairement le programme d'aide aux employés (PAE) du réseau de la santé, ce qui augmentera de trois le nombre de séances de soutien psychologique auxquelles a droit le personnel.	Québec	Détresse psychologique	Travailleur dans le secteur de la santé		Bonification temporaire au programme d'aide aux employés (PAE) permettant aux employés du réseau de la santé d'avoir droit à trois séances de soutien

Média	Date	Auteur	Titre	Thème	Groupe ciblé	Résumé	Géogr.	Effets de la pandémie	Facteurs de risque	Facteurs de protection	Mesures/Solutions
											psychologique supplémentaire par année.
Radio Gaspésie	08-mai-20	Richard O'Leary	<a href="#">COVID-19: Trois fois plus de détresse psychologique depuis le début de la pandémie</a>	Augmentation de la détresse et de la demande	Population générale	En Gaspésie, on observe une augmentation de la détresse psychologique et des appels à la ligne Info-Social 811, et ce, pour toutes les tranches d'âges.	Milieu rural	Détresse psychologique, anxiété	Adultes, personnes âgées, adolescents		
Radio-Canada	08-mai-20	Mathieu Grégoire	<a href="#">Les jeunes Ontariens stressés par la pandémie</a>	Sondage	Enfants, adolescents	60 % des enfants interrogés dans un sondage Ipsos ont remarqué une influence négative de la pandémie sur leur santé mentale. Le changement de routine serait un des facteurs affectant leur santé mentale.	Autres provinces	Stress, anxiété	Changement de routine, adolescents, région rurale (désavantage dans l'accès aux services de santé)	Aide des services de santé	Demande d'embauche pour 1400 experts en santé mentale juvénile
Néomédia	08-mai-20	Marie-Claude Pilon	<a href="#">N'oubliez pas de prendre soin de votre santé mentale</a>	Nouveaux outils, mesures et initiatives en santé mentale	Population générale	Pour la semaine nationale de la santé mentale, le CISSS de la Montérégie-Québec invite la population à discuter de leur état de santé mentale avec des proches ou des intervenants du milieu.	Milieu rural			Rester connecté avec ses proches, aller chercher de l'aide auprès d'intervenants	Défi #ParlerPourVrai
Le Journal de Montréal	09-mai-20	TVA Nouvelles	<a href="#">Un laboratoire de santé mentale en milieu scolaire</a>	Nouveaux outils, mesures et initiatives en santé mentale	Enfants, adolescents	La Fondation Jasmin Roy a créé un groupe composé de 20 spécialistes, qui prendra la forme d'un laboratoire, qui travaillera sur la santé mentale des jeunes, dès le retour en classe en septembre 2021.	Québec	Anxiété, trouble du sommeil, trouble de concentration, dépression	Jeunes		Création d'un groupe de 20 spécialistes pour se pencher sur la nouvelle réalité des élèves à l'automne prochain

Média	Date	Auteur	Titre	Thème	Groupe ciblé	Résumé	Géogr.	Effets de la pandémie	Facteurs de risque	Facteurs protection	Mesures/ Solutions
Radio-Canada	09-mai-20	Thomas Gagné	<a href="#">La pandémie de la COVID-19 accroît le nombre de surdoses</a>	Consommation d'alcool et de drogues	Population générale	La pandémie augmente le nombre de surdoses au Canada, notamment à cause d'un stress accru, mais aussi à cause de l'impossibilité de traiter des consommateurs aux prises avec des problèmes de santé mentale.	Autres provinces	Consommation de drogues, stress	Fermetures des centres de traitement/des services		
Le Journal de Québec	09-mai-20	TVA Nouvelles	<a href="#">Un outil en construction pour dépister la dépression avant qu'elle ne survienne</a>	Nouveaux outils, mesures et initiatives en santé mentale	Professionnels de la santé	Un outil visant à dépister la dépression chez les travailleurs de la santé qui sont au front dans la lutte au coronavirus est en cours d'élaboration.	Canada	X	Autres événements (dramas (comme la tuerie en Nouvelle-Écosse))	Promotion de la santé mentale et fournir de l'aide dans le milieu de travail	Création d'un outil pour dépister la dépression (burnout) chez les travailleurs de la santé
Le Journal de Montréal	09-mai-20	Marie-Christine Trottier	<a href="#">Plus d'alcool durant la pandémie</a>	Consommation d'alcool et de drogues	Population générale	La consommation d'alcool a augmenté durant la pandémie, tout comme le nombre de répondants qui voit leur santé mentale se détériorer.	Canada	Consommation d'alcool	Isolement social		
Le Journal de Québec	09-mai-20	Agence QMI	<a href="#">Le PLQ plaide pour l'intégration des services psychosociologiques dans le régime public</a>	Actions attendues du gouvernement	Population générale	Le Parti libéral du Québec demande au gouvernement d'intégrer les services psychosociologiques dans le régime public, car l'accès à de tels services demeure limité pour la population.	Québec	Détresse psychologique, isolement social			
11 mai: Réouverture des écoles primaires et services de garde (excepté la CMM)											
Le Journal de Québec	11-mai-20	Agence QMI	<a href="#">Le confinement est néfaste pour la santé d'un Canadien sur deux, selon un sondage</a>	Sondage	Population générale	Près de la moitié des Canadiens interrogés rapporte une incidence néfaste de la pandémie sur leur santé mentale et plusieurs d'entre eux n'ont pas accès à des	Canada	Stress, isolement social, préoccupation, peur	Isolement social, femme, préoccupation pour proches, finances, et peur du virus. Pas d'accès à un		

Média	Date	Auteur	Titre	Thème	Groupe ciblé	Résumé	Géogr.	Effets de la pandémie	Facteurs de risque	Facteurs de protection	Mesures/Solutions
						traitements ou des ressources d'aide.			traitement ou ressources (pas \$, sait pas où aller gêne)		
Journal métro	11-20 mai	Mauril Gaudreault et autres	<a href="#">Lettre au premier ministre et à la ministre de la Santé</a>	Actions attendues du gouvernement	Professionnels de la santé	Les signataires d'une lettre demandent l'amélioration des services psychosociaux et de santé mentale pour les intervenants du milieu.	Québec	Stress, anxiété, détresse psychologique, épuisement	Épuisement		Proposition de groupe d'urgence mobile, vigie sur le terrain
Le Journal de Québec	11-20 mai	Arnaud Koenig-Soutière	<a href="#">«On veut juste jouer» : de jeunes sportifs veulent reprendre leurs activités</a>	Actions attendues du gouvernement	Population générale	Les amateurs de sport, surtout les jeunes, souhaitent pouvoir recommencer la pratique d'activités sportives. Une reprise des activités est importante, surtout en ce qui concerne la santé mentale des sportifs.	Québec	Détresse psychologique, anxiété, impatience (d'un retour des activités)	Impossibilité pour les athlètes professionnels et les sportifs amateurs de pratiquer leur sport	Reprise du sport	
Direction informatique	11-20 mai	Marie Pâris	<a href="#">La Clinique Virtuelle: la santé mentale par téléconsultation</a>	Nouveaux outils, mesures et initiatives en santé mentale	Population générale	Une clinique virtuelle offre des services de téléconsultations pour faciliter l'accès aux soins de santé mentale connaît une hausse de la demande en ces temps de pandémie.	Québec	Accentuation des problèmes antérieurs de santé mentale			Outil de téléconsultation

Média	Date	Auteur	Titre	Thème	Groupe ciblé	Résumé	Géogr.	Effets de la pandémie	Facteurs de risque	Facteurs protection	Mesures/ Solutions
Journal métro	12-mai-20	Josée Landry	<a href="#">Agir réellement en santé mentale</a>	Déconfinement	Travailleurs	La santé mentale des employés fait partie des préoccupations du retour au travail progressif et une approche préventive devrait être utilisée par les employeurs.	Québec	Stress, anxiété, fatigue	Travailleurs avec situation financière précaire, ayant perdu leur emploi, travailleurs à distance qui cumulent encore plus d'heures en télétravail qu'au bureau, travailleurs parents, les gestionnaires qui font face à des casse-tête constants, personne éprouvant déjà des symptômes de détresse psychologique liée au travail	Milieu de travail avec des conditions favorables à la santé mentale (écoute, accueillir les employés à leur retour)	Utiliser une approche préventive avec les employés (écoute, milieu de travail avec des conditions favorables à la santé mentale) plutôt que de retenir les employés avec une hausse de salaire, des mesures de protection physique.
Cision	12-mai-20	Canada n Unicef Committee	<a href="#">Au Canada, sept jeunes sur dix affirment que la pandémie a un effet négatif sur leur santé mentale</a>	Sondage	Enfants, adolescents	Un récent sondage s'est intéressé aux problèmes auxquels sont confrontés les jeunes durant la pandémie.	Canada	Stress, manque de motivation, trouble de concentration, pouvoir ralentir le rythme, prendre une pause	Isolement social (amis), défis école en ligne	Passer du temps avec la famille, temps libre	
Le Soleil	13-mai-20	Élisabeth Fleury	<a href="#">Ado dépressif et suicidaire, sa mère réclame la reprise des thérapies</a>	Enjeu de l'accès à l'offre de services	Personnes vivant avec une maladie physique ou mentale	Alors que les écoles primaires commencent à rouvrir, certains services comme les thérapies de groupes pour les adolescents ayant des troubles de santé mentale n'ont toujours pas repris.	Québec		Suspension des thérapies de groupes /services		Offre de consultation téléphonique

Média	Date	Auteur	Titre	Thème	Groupe ciblé	Résumé	Géogr.	Effets de la pandémie	Facteurs de risque	Facteurs protection	Mesures/ Solutions
Le Journal de Montréal	13- mai- 20	Agence France- Presse	<a href="#">Stress et troubles mentaux, l'autre fléau de la pandémie</a>	Augmentation de la détresse et de la demande	Population générale	<p>Une mère de Québec soutient que les mesures pour remplacer les thérapies de groupe ne sont pas suffisantes et qu'il faut plutôt les reprendre.</p> <p>Un rapport de l'ONU met en lumière la détresse psychologique, liée notamment à la peur de la maladie, le deuil, la perte de revenu et une santé déjà fragile, causée par la pandémie. L'organisation « appelle à investir massivement [pour] la prise en charge des troubles mentaux », qui continueront d'affecter les communautés une fois la pandémie maîtrisée.</p>	Monde	Détresse psychologique, peur, deuil, stress, dépression, suicide, anxiété, violence domestique, accentuation des problèmes antérieurs de santé mentale	Personne qui risque ou ont perdu des sources de revenus, séparée de leurs proches, ayant souffert d'un long confinement, travaille aux avant-postes de la lutte contre la pandémie, personnes âgées et présentant des maladies chroniques susceptibles de les fragiliser face au COVID, les enfants et les femmes maintenus à domicile sont davantage exposés aux violences domestiques, les personnes déjà fragiles du point de vue psychologique		Investissement dans les dépenses de santé à la prise en charge des troubles mentaux.
Le Droit	13- mai- 20	Lia Lévesque	<a href="#">L'Ordre des infirmières appuie le droit aux vacances des infirmières épuisées</a>	Nouveaux outils, mesures et initiatives en santé mentale	Professionnels de la santé	L'Ordre des infirmières appuie la demande de la FIQ de permettre aux membres de prendre du repos, eux qui sont au front de la pandémie	Québec	Épuisement, détresse, sentiment d'abandon	Travailler sans repos (épuisement)	Pouvoir se reposer	Équipes mobiles d'intervention auprès des travailleuses épuisées

Média	Date	Auteur	Titre	Thème	Groupe ciblé	Résumé	Géogr.	Effets de la pandémie	Facteurs de risque	Facteurs protection	Mesures/ Solutions
Le Journal de Québec	13-20 mai	Dominique Lévesque	<a href="#">Des bébés de la pandémie plus anxieux?</a>	Questionnement sur les effets futurs de la pandémie	Femmes	depuis le début et qui ressentent de l'épuisement et de la détresse. Des chercheurs pensent que le stress, la dépression et des symptômes de l'humeur ressentis chez les femmes enceintes pourraient avoir des effets importants sur le développement socioémotionnel et la santé mentale des enfants. On peut se questionner sur le rôle de la pandémie sur le stress prénatal et la façon dont il affectera les enfants.	Monde	Stress	Bébés: stress prénatal		
Québec Hebdo	13-20 mai	Perrine Gruson	<a href="#">Des cafés-rencontres virtuels pour briser l'isolement et préserver sa santé mentale</a>	Nouveaux outils, mesures et initiatives en santé mentale	Population générale	La filiale de Québec de L'Association canadienne pour la santé mentale offre des cafés-rencontres virtuels afin de briser la solitude. L'association a dû se réinventer afin de pouvoir offrir ses services à distance.	Québec		Isolement	Parler, créer des liens, chercher du soutien	Service de consultation téléphonique, café-rencontre virtuel pour briser l'isolement
Radio-Canada	13-20 mai	Radio-Canada	<a href="#">Santé mentale et COVID-19 : le difficile combat d'une Première Nation en Saskatchewan</a>	Augmentation de la détresse et de la demande	Premières Nations	La Première Nation crie de Waterhen Lake voit une augmentation des problèmes de santé mentale, plusieurs personnes ont tenté de se suicider dans les dernières semaines et la mort d'une jeune fille a ébranlé la communauté.	Autres provinces	Suicide, accentuation des problèmes antérieurs de santé mentale	Suspension des services d'aide, impossibilité de pratiquer cérémonie traditionnelle		

Média	Date	Auteur	Titre	Thème	Groupe ciblé	Résumé	Géogr.	Effets de la pandémie	Facteurs de risque	Facteurs protection	Mesures/Solutions
Le Progrès de Coaticook	13-mai-20	Dany Jacques	<a href="#">Une réouverture progressive qui arrive à point</a>	Nouveaux outils, mesures et initiatives en santé mentale	Population générale	L'Éveil, une ressource communautaire en santé mentale à Coaticook, ouvre à nouveau ses portes. Un suivi téléphonique avait été fait durant les dernières semaines, mais la réouverture permettra des rencontres individuelles.	Ville	Suicide	Isolement social	Routine/Stabilité, communiquer avec services d'aide	
La Presse	14-mai-20	Stéphanie Marin	<a href="#">Des étudiants inquiets pour la qualité des cours en ligne et leur santé mentale</a>	Augmentation de la détresse et de la demande	Étudiants	L'annonce d'une session d'automne en ligne pour plusieurs universités québécoises inquiète les étudiants, notamment sur la qualité de l'enseignement, mais également pour leur santé mentale. Le confinement et les cours en ligne augmentent la solitude et la détresse psychologique.	Québec	Frustration, solitude, détresse psychologique	Confinement, suivre des cours en ligne, pas de contact avec les collègues de classe	Flexibilité pour les étudiants (étudiants qui sont parents de jeunes enfants, ceux qui ont un accès restreint à l'internet), soutien psychologique offert (ligne téléphonique, service de téléconsultation psychologique)	Associations étudiantes demande des ressources pour les étudiants

Média	Date	Auteur	Titre	Thème	Groupe ciblé	Résumé	Géogr.	Effets de la pandémie	Facteurs de risque	Facteurs protection	Mesures/Solutions
Coup d'oeil	14-20 mai	Stéphane Lévesque	<a href="#">Le Parti québécois s'inquiète de la santé psychologique des élèves du secondaire</a>	Actions attendues du gouvernement	Enfants, adolescents	Le Parti québécois réclame la mise en place d'une escouade qui interviendrait auprès des élèves du secondaire afin de préserver leur santé mentale et de les accompagner dans la poursuite de leur parcours scolaire. Selon le PQ, il est important d'agir rapidement pour ces élèves, notamment pour ceux qui connaissent déjà des difficultés scolaires.	Québec	Isolement social	Isolement et manque de socialisation, ne pas avoir accès à une éducation en classe	Suivi auprès des élèves par des professionnels	Demande d'un budget et de la création d'une escouade d'intervention en santé mentale, augmentation du nombre et de l'intensité des suivis professionnels auprès des élèves en difficulté tout en garantissant l'accessibilité à un ordinateur ou à une tablette électronique
Cision	14-20 mai	EQ Care	<a href="#">EQ Care, CIUSSS Centre-Ouest-de-l'Île-de-Montréal forme une alliance stratégique afin d'offrir des services virtuels en santé mentale, en collaboration avec MAISHA Labs</a>	Nouveaux outils, mesures et initiatives en santé mentale	Population générale	La crise actuelle fait augmenter la demande pour des consultations en santé mentale et la collaboration entre le CIUSS de Centre-Ouest-de-l'Île-de-Montréal et EQ Care sur un projet pilote permettant un service de thérapie cognitivo-comportementale virtuelle (TCCv) permettra de répondre à une demande qui était déjà importante, mais qui est grandissante avec la pandémie.	Ville	Isolement social	Isolation, perte de revenu, perte entreprise		Outil de consultation virtuelle

Média	Date	Auteur	Titre	Thème	Groupe ciblé	Résumé	Géogr.	Effets de la pandémie	Facteurs de risque	Facteurs protection	Mesures/ Solutions
Le Soleil	15- mai- 20	Marc Allard	<a href="#">Le principe de la digue</a>	Nouveaux outils, mesures et initiatives en santé mentale	Professionnels de la santé	Une professeure à l'Université d'Ottawa a mis en place des services virtuels de soutien par les pairs afin d'aider le personnel du réseau de la santé à passer à travers la crise actuelle.	Canada	Augmentation de la vulnérabilité psychologique	Isolement	Parler	Soutien par les pairs
Le Quotidien	15- mai- 20	Eve Pouliot	<a href="#">Le rôle des parents, encore plus important à l'ère du coronavirus</a>	Augmentation de la détresse et de la demande	Familles	La crise exacerbe les inégalités entre les familles et peut faire augmenter le niveau de stress et d'anxiété des parents, ce qui risque de le faire augmenter également chez les enfants.	Québec	Stress, anxiété, culpabilité, remords, symptômes dépressifs, augmentation de la charge mentale, épuisement parental, violence domestique,	perte d'emploi, diminution des revenus, inquiétude pour nous et proches, deuil, pas d'information claire (contradiction dans recommandations)	Parler	Donne lien pour un site ( <a href="http://www.psyquebec.ca">www.psyquebec.ca</a> ) et info-social et ligne parents
Le Quotidien	15- mai- 20	Mélanie Côté	<a href="#">Personnes à faible revenu: détresse et solitude</a>	Augmentation de la détresse et de la demande	Personnes à faible revenu	Des organismes communautaires se rendent compte que la pandémie exacerbe et crée des situations de stress, de détresse et de solitude pour les personnes à faible revenu.	Milieu rural	Détresse psychologique, solitude, stress	Faible revenu, perte d'emploi, solitude		
Le Journal de Québec	15- mai- 20	Stéphanie Martin	<a href="#">Grands oubliés de la pandémie: plaider pour le Dr Julien pour le déconfinement des ados</a>	Augmentation de la détresse et de la demande	Enfants, adolescents	On pourrait voir une augmentation de la détresse, du stress et de l'anxiété chez les adolescents à cause du confinement et de la non-considération de leur situation. Des professionnels plaident	Québec	Anxiété, dépression	Milieus vulnérables	Pouvoir jouer, socialisation	

Média	Date	Auteur	Titre	Thème	Groupe ciblé	Résumé	Géogr.	Effets de la pandémie	Facteurs de risque	Facteurs protection	Mesures/ Solutions
Radio-Canada	15-20 mai	Radio-Canada	<a href="#">Le confinement, un véritable tue-l'amour, selon des spécialistes</a>	Confinement	Familles	pour le déconfinement des adolescents. Le confinement apporte de l'irritabilité, des sentiments d'anxiété, des sentiments dépressifs, de l'impatience chez les personnes. Être obligé de rester en tout temps avec quelqu'un peut mener à mal plusieurs relations amoureuses.	Québec	Irritabilité, anxiété, symptômes dépressifs, impatience	Vivre avec quelqu'un 100% du temps	Prendre du temps pour soi, faire des choses que l'on aime	
Les Affaires	15-20 mai	Olivier Schmouker	<a href="#">COVID-19: les femmes plus affectées mentalement que les hommes</a>	Sondage	Femmes	Selon un sondage, les femmes seraient plus affectées mentalement que les hommes par la pandémie. Ce sont notamment l'isolement social, l'inquiétude pour les proches, la peur de contracter la COVID-19 et le stress financier qui affecteraient leur santé mentale.	Québec	Santé mentale affectée, isolement social, inquiétude, peur, stress, nervosité	Isolement social, inquiétude pour les proches, peur du virus, stress financier, pas d'accès à un traitement ou un soutien social, gêne d'aller chercher de l'aide, pas d'information sur l'aide, pas les moyens financiers	Parler de son état (amis, famille, professionnel )	
Radio-Canada	16-20 mai	Marion Bérubé	<a href="#">Détrousse grandissante chez les personnes atteintes de déficience intellectuelle</a>	Enjeu de l'accès à l'offre de services	Personnes vivant avec une déficience intellectuelle	Les personnes atteintes de déficience intellectuelle ainsi que leurs proches ressentent une détresse grandissante face au confinement qui amène l'arrêt de plusieurs services.	Québec	Détresse psychologique, trouble du sommeil, sautes d'humeur, épuisement	Fermeture des services		
Le Journal de Québec	16-20 mai	Karine Gagnon	<a href="#">Détrousse chez les entrepreneurs</a>	Augmentation de la détresse et de la demande	Travailleurs	La crise actuelle rend difficile la situation des entrepreneurs, surtout en ce qui concerne l'avenir de leur entreprise, cela occasionne de la détresse.	Québec	Détresse psychologique	Ne pas reconnaître son état	Accepter et demander de l'aide	Webinaire destiné aux entrepreneurs le 20 mai

Média	Date	Auteur	Titre	Thème	Groupe ciblé	Résumé	Géogr.	Effets de la pandémie	Facteurs de risque	Facteurs protection	Mesures/ Solutions
Le Journal de Québec	17-20 mai	Agence QMI	<a href="#">Santé mentale des adolescents: «On va peut-être en perdre plus qu'avec le virus»</a>	Actions attendues du gouvernement	Enfants, adolescents	La santé mentale des adolescents devrait être une de nos priorités, selon le Dr Gilles Julien, autrement, nous pourrions assister à une nouvelle crise.	Québec	Anxiété, symptômes dépressifs, découragement	Isolement, troubles de santé mentale déjà présents, pas d'informations claires (confusion dans les consignes), changement de routine		Demande de permettre aux jeunes de respirer un peu, jouer, leur donner des tâches, et informations pour le Centre de prévention du suicide de Québec
L'Hebdo Journal	17-20 mai	Rédaction Hebdo Journal	<a href="#">Nouvelle offre de soutien psychosocial en Mauricie</a>	Nouveaux outils, mesures et initiatives en santé mentale	Travailleurs	Le CIUSS de la Mauricie/Centre-du-Québec propose une offre complémentaire au programme d'aide aux employés (PAE), en facilitant l'accès à du soutien psychosocial pour le personnel et les dirigeants d'entreprises, d'organismes communautaires et de ressources d'hébergement résidentielles de la région.	Milieu rural	Incertitude			Nouvelle offre de soutien psychologique
18 mai: Contrôles routiers retirés pour plusieurs régions											
La Presse	19-20 mai	Simon Drouin	<a href="#">Sevrage d'endorphines: un risque pour les athlètes confinés</a>	Confinement	Athlètes	Des athlètes témoignent de leur état psychologique par rapport au confinement et aux annulations des compétitions sportives.	Monde	Incertitude, incompréhension, frustration, fierté de contribuer à la santé publique en s'isolant, anxiété, difficulté à s'endormir,	Changement d'habitude, arrêt de la pratique sportive	Routine, pouvoir parler de sa situation	

Média	Date	Auteur	Titre	Thème	Groupe ciblé	Résumé	Géogr.	Effets de la pandémie	Facteurs de risque	Facteurs de protection	Mesures/Solutions
								manque de motivation, peur			
20 mai: Autorisation de pratique récréative individuelle sans contact											
Radio-Canada	20-mai-20	Radio-Canada	<a href="#">Le confinement exerce un effet sur la santé mentale des jeunes</a>	Confinement	Enfants, adolescents	Le confinement nuit à la santé mentale de plusieurs jeunes, notamment à cause de l'isolation et du manque de socialisation.	Québec	Solitude, ennui, tristesse, irritabilité, accentuation des problèmes antérieurs de santé mentale	Isolement social, problèmes déjà présents	Chercher de l'aide	
Le Journal de Québec	20-mai-20	Antoine Lacroix	<a href="#">Déconfinement: formule hybride en vue pour les psychologues</a>	Déconfinement	Population générale	Le déconfinement permettra aux psychologues d'offrir des séances en personne, à distance ou encore en formule hybride.	Québec	Détresse psychologique, anxiété			Mesures hybrides de consultation en psychologie
Le Soleil	21-mai-20	Isabelle Pion	<a href="#">Le plein air comme thérapie</a>	Déconfinement	Population générale	Le plein air fait partie de la solution au déconfinement, mais également pour la santé mentale, selon des professionnels.	Québec			être en plein air	
22 mai: Autorisation de rassemblements extérieurs (max 10 personnes, max 3 ménages)											
Le Soleil	22-mai-20	Lucie Mandeville	<a href="#">Jouer dehors... enfin!</a>	Actions attendues du gouvernement	Population générale	Les bienfaits de l'activité physique sur la santé mentale sont reconnus. Des experts en santé insistent pour que les jeux d'équipes extérieures soient de nouveau permis, et ce, le plus rapidement possible.	Québec		Isolement	Jouer dehors, socialiser	

Média	Date	Auteur	Titre	Thème	Groupe ciblé	Résumé	Géogr.	Effets de la pandémie	Facteurs de risque	Facteurs protection	Mesures/ Solutions
Cision	22- mai- 20	Fondati on Douglas	<a href="#">Roméo Dallaire au secours de la santé mentale</a>	Nouveaux outils, mesures et initiatives en santé mentale	Populatio n générale	Lancement du Mouvement Bâtissons l'espoir avec la Fondation Douglas et Roméo Dallaire afin de sensibiliser la population canadienne aux enjeux liés à la santé mentale causés par la pandémie actuelle.	Canada	Symptômes dépressifs, dépression	Problèmes de santé mentale déjà présents		
Le Devoir	22- mai- 20	Magdali ne Boutros	<a href="#">Enfants et parents ont besoin de soutien psychologique</a>	Augmentatio n de la détresse et de la demande	Familles	Les demandes de consultations chez Tel- Jeunes et la LigneParents ont augmenté depuis le début de la pandémie. Également, les interventions tendent à être plus longues.	Québec	Stress, anxiété, colère, incompréhension, sentiment d'injustice, difficulté à s'endormir		Parler, demander de l'aide	Service téléphone et texto de Tel- Jeune et la LigneParents
La Sentinelle	23- mai- 20	René Martel	<a href="#">Moins de demandes, mais plus de besoins</a>	Nouveaux outils, mesures et initiatives en santé mentale	Populatio n générale	Les demandes de services en santé mentale ont baissé, comparativement à l'an passé, pour le Nord-du-Québec. Cependant, une baisse des demandes ne signifie pas qu'il y a une baisse des besoins.	Milieu rural	Détresse psychologique, anxiété, irritabilité, instabilité	Perte d'emploi, ouverture des écoles, adolescents		Interventions par le biais de la technologie, appels téléphoniques des intervenants aux personnes connues des services.
Le Journal de Montréal	23- mai- 20	Christine Grou	<a href="#">Dix semaines de confinement: quand la santé mentale s'effrite</a>	Confinement	Populatio n générale	Les effets d'un confinement prolongés se font ressentir, une grande fatigue physique et psychologique s'est installée. L'impatience et l'incertitude face à l'avenir contribuent à cette situation.	Québec	Impatience, trouble du sommeil, tristesse, anxiété, colère, épuisement, incertitude, anxiété	Isolement, perte d'encadrement scolaire	Se parler, entourer, demander de l'aide	

Média	Date	Auteur	Titre	Thème	Groupe ciblé	Résumé	Géogr.	Effets de la pandémie	Facteurs de risque	Facteurs protection	Mesures/Solutions
Le Soleil	24-mai-20	Charles Roy et Vickie Beuregard	<a href="#">Les services de santé mentale fortement négligés pendant le confinement</a>	Enjeu de l'accès à l'offre de services	Population générale	L'offre de services en santé mentale a diminué depuis le début de la pandémie, à cela s'ajoute un allongement des listes d'attente et une difficulté pour les personnes utilisant les services avant la pandémie à recevoir de l'aide psychologique	Québec	Détresse psychologique			
Le Droit	24-mai-20	Ani-Rose Deschatelets	<a href="#">COVID-19: à qui les enfants peuvent-ils se confier dans l'Est ontarien?</a>	Enjeu de l'accès à l'offre de services	Enfants, adolescents	Selon une psychologue ontarienne, il faut prioriser davantage la santé mentale des jeunes dans la gestion de la crise. L'offre de services pour les jeunes n'est pas assez grande pour répondre à la demande dans l'Est ontarien.	Autres provinces	Stress, anxiété	Vie chamboulée (familles perdent leur emploi, routine change)		
25 mai: Réouverture des magasins avec porte extérieure (CMM)											
Le Devoir	25-mai-20	La Presse Canadienne	<a href="#">Une application mobile pour la santé mentale du personnel soignant</a>	Nouveaux outils, mesures et initiatives en santé mentale	Professionnels de la santé	Deux chercheurs lancent une application mobile d'autosurveillance des réactions de stress du personnel soignant dans le but de développer des façons d'aider le personnel, mais aussi de connaître les situations qui laissent plus de marques.	Québec	Trouble du stress post-traumatique	Travailler en première ligne, épuisement, peur du virus -)		personnel soignant
Le Journal de Québec	25-mai-20	Dominique Lelièvre	<a href="#">COVID-19 et anxiété: ne négligez pas les troubles du sommeil, dit un chercheur de Québec</a>	Étude	Population générale	Un chercheur de l'Université Laval supervise le volet canadien d'un projet de recherche sur les troubles du sommeil et la santé mentale en temps de pandémie. Il souhaite la participation d'au moins	Québec	Peur, anxiété, trouble du sommeil, santé mentale affectée, stress,	Trouble du sommeil, perte de repère, peur de la maladie, incertitude face à l'avenir, diminution des rapports sociaux,		

Média	Date	Auteur	Titre	Thème	Groupe ciblé	Résumé	Géogr.	Effets de la pandémie	Facteurs de risque	Facteurs protection	Mesures/Solutions
						1000 Québécois à cette étude qui se fait en ligne.		symptômes dépressifs	plus faible exposition à la lumière, travailleurs de la santé		
Le Devoir	25- mai- 20	Marco Bélair- Cirino	<a href="#">Le pic en santé mentale n'est pas atteint</a>	Augmentation de la détresse et de la demande	Population générale	On s'attend à une augmentation de la demande de soutien en santé mentale durant le déconfinement, comme elle a été observée dans d'autres pays.	Ville	Peur, stress, accentuation des problèmes antérieurs de santé mentale, détérioration de la santé mentale, trouble de stress post-traumatique	Familles monoparentales, femmes victimes de violence, immigrants, personnes âgées, travailler milieu santé, épuisement professionnel		
Université de Montréal	25- mai- 20	Université de Montréal	<a href="#">Impact psychologique de la COVID-19</a>	Étude	Population générale	Une étude visant à identifier les impacts psychologiques de la COVID-19 vient d'être lancée. Plus de 2000 personnes sont nécessaires afin de remplir un questionnaire en ligne concernant leur santé mentale.	Québec	Peur			
Le Journal de Québec	25- mai- 20	Agence QMI	<a href="#">COVID-19: mesurer le niveau de stress par les cheveux</a>	Étude	Professionnels de la santé	Une recherche visant à déterminer le degré de stress avant et après la crise du coronavirus chez les travailleurs de la santé recherche 300 volontaires. Les participants rempliront un questionnaire et les chercheurs prélèveront des échantillons de cheveux afin d'y mesurer le niveau de cortisol.	Québec				

Média	Date	Auteur	Titre	Thème	Groupe ciblé	Résumé	Géogr.	Effets de la pandémie	Facteurs de risque	Facteurs protection	Mesures/ Solutions
Mort de George Floyd 25 mai 2020											
Cision	26-mai-20	Les Éleveurs de dindons du Canada	<a href="#">Les Éleveurs de dindons du Canada annoncent un don supplémentaire de 80 000\$ à Jeunesse, J'écoute et aux 4-H du Canada grâce à l'initiative Le Projet Dindons</a>	Nouveaux outils, mesures et initiatives en santé mentale	Enfants, adolescents	Les Éleveurs de dindons du Canada remettent un don de 80 000\$, qui sera distribué à Jeunesse, J'écoute et aux A-H du Canada, deux organismes destinés à aider et à encourager les jeunes Canadiens à prendre soin de leur santé, dont leur santé mentale.	Canada	Inquiétude	Communauté rurale et agricole		Don de 80 000\$ à deux organismes pour les jeunes
Le Soleil	26-mai-20	La Presse Canadienne	<a href="#">Sondage: les Québécois confiants malgré la pandémie</a>	Sondage	Population générale	Selon un sondage, les Québécois ont moins peur de contracter la COVID-19, vivent moins de stress en sortant de la maison et estiment que leur santé mentale est meilleure que les autres Canadiens, malgré le bilan de plus lourd du Canada.	Québec	Inquiétude, stress			
Le Journal de Montréal	27-mai-20	Gabrielle Morin-Lefebvre	<a href="#">COVID-19: une détresse plus accrue chez les personnes LGBTQ+</a>	Augmentation de la détresse et de la demande	Communauté LGBTQIA 2+	L'organisme Interligne reçoit d'importants volumes d'appels, dont plus du tiers concernant la COVID-19. Le directeur de l'organisme s'inquiète des impacts de l'isolement sur la détresse vécue dans la communauté LGBTQ+.	Québec	Violences domestiques, idées suicidaires, anxiété, symptômes dépressifs, isolement	Isolement, violence conjugale et familiale, fermeture des organismes, manque d'accès aux soins, manque de revenus		
Le Quotidien	27-mai-20	Regroupement des services en intervention	<a href="#">La santé mentale en temps de crise</a>	Actions attendues du gouvernement	Population générale	Le regroupement des services d'intervention de crise du Québec (RESICQ) se positionne pour une analyse de l'offre globale des services en intervention de crises	Québec	Anxiété, détérioration de la santé mentale			

Média	Date	Auteur	Titre	Thème	Groupe ciblé	Résumé	Géogr.	Effets de la pandémie	Facteurs de risque	Facteurs de protection	Mesures/Solutions
			de crise du Québec (RESICQ)			disponibles au Québec et pour le développement d'une première stratégie nationale pour les services en intervention de crise en santé mentale qui doit s'insérer dans un plan d'urgence, puis dans le prochain plan d'action en santé mentale du gouvernement.					
Le Journal de Montréal	27- mai- 20	Tommy Thurber	<a href="#">Arénas fermés: gare aux dépressions</a>	Confinement	Population générale	Le docteur en psychologie du sport, Sylvain Guimond, rappelle les impacts négatifs sur la santé mentale que génère l'impossibilité de pratiquer les sports d'équipe.	Québec	Isolement, dépression, incertitude	Isolement, ne pas pouvoir pratiquer son sport	Sentiment d'appartenance, pouvoir pratiquer un sport	
Québec atteint 50 000 cas											
Québec Science	29- mai- 20	Renaud Manuguerra-Gagné	<a href="#">Le confinement, un risque pour les enfants?</a>	Actions attendues du gouvernement	Enfants, adolescents	Les enfants montrent des symptômes de détresse suite au confinement. Les pédiatres souhaitent un assouplissement des règles de distanciation pour les enfants.	Québec	Irritabilité, difficulté de concentration, anxiété, symptômes de détresse, accentuation problèmes antérieurs de santé mentale, manque de motivation	Enfants de familles monoparentales ou défavorisées, enfants avec parents moins disponibles		
Le Journal de Montréal	30- mai- 20	Marie-France Bornais	<a href="#">L'anxiété apprivoisée: dire plutôt «Ça va aller»</a>	Nouveaux outils, mesures et initiatives en santé mentale	Population générale	Les auteurs du livre L'anxiété apprivoisée soutiennent qu'il est important de s'outiller pour prendre soin de sa santé mentale. Cela passe	Québec	Incertitudes			

Média	Date	Auteur	Titre	Thème	Groupe ciblé	Résumé	Géogr.	Effets de la pandémie	Facteurs de risque	Facteurs protection	Mesures/ Solutions
						avant tout par de la compassion pour soi.					
Mois de juin											
1er juin: Reprises des activités touristiques et de certains centres de soins de santé											
Cision	01-juin-20	Morneau Shepell Inc.	<a href="#">La santé mentale demeure faible malgré la reprise des activités</a>	Déconfinement	Travailleurs	Malgré le déconfinement, plusieurs travailleurs canadiens ressentent encore de la détresse. Même s'ils ont gardé leur emploi, les réductions salariales nuisent à la santé mentale de ces travailleurs.	Canada		Perte d'emploi, réduction salariale, isolement, productivité au travail, femmes, personnes de 20 à 29 ans, personnes ayant un revenu de moins de 30 000\$ par année	Avoir un emploi, pas de réduction salariale, soutien et reconnaissance du travail accompli (travailleurs de la santé), personnes bénéficiant d'un programme d'aide aux employés, soins ou soutien, communication avec la famille et les amis, occupations à la maison, ressources d'autogestion	
Journal métro	01-juin-20	Zoe Magalhaes	<a href="#">La Clinique de psychologie Villeray Petite-Patrie ouvre une ligne d'écoute gratuite</a>	Nouveaux outils, mesures et initiatives en santé mentale	Population générale	La Clinique de psychologie Villeray Petite-Patrie offre un service d'écoute téléphonique gratuit sur rendez-vous.	Ville		Perte d'emploi, télétravail avec enfants, fatigue		Service de ligne d'écoute gratuite sur rendez-vous à Montréal

Média	Date	Auteur	Titre	Thème	Groupe ciblé	Résumé	Géogr.	Effets de la pandémie	Facteurs de risque	Facteurs protection	Mesures/ Solutions
Cision	02-juin-20	Medavie	<a href="#">Medavie et Jack.org s'associent pour soutenir les jeunes Canadiens pendant la pandémie de COVID-19 et après</a>	Nouveaux outils, mesures et initiatives en santé mentale	Enfants, adolescents	Medavie, un partenaire national en solution de santé offre un don jumelé de 200 000\$ à Jack.org, un organisme caritatif canadien qui forme et autonomise les jeunes leaders pour qu'ils militent pour une meilleure santé mentale dans leur communauté.	Canada				Ressources en santé mentale et d'intervention virtuelle pour les jeunes : Jack.org
Cision	02-juin-20	MÉMO-Qc	<a href="#">Des personnes handicapées et la COVID-19: Sondage de MÉMO-Qc</a>	Sondage	Personnes en situation de handicap	Un sondage maison révèle que 23% des membres de Moelle épinière et motricité Québec (MÉMO-Qc) se sentent en détresse ou stressés.	Québec			Réseau familial, amical, voisinage	
L'Eau vive	03-juin-20	Lucas Pilleri	<a href="#">Quand la pandémie pèse lourd sur notre moral</a>	Confinement	Population générale	Entrevue avec Hélène Davis, travailleuse sociale, conseillère et psychothérapeute pour Family Service Saskatoon sur les impacts de la pandémie sur le bien-être mental.	Autres provinces		Isolement (aînés), réorganisation des habitudes de vie/routine, inquiétude pour proches qui travaillent dans les services de première ligne, garde partagée, violence à la maison, être un travailleur de première ligne	Réseau ou relation d'aide afin de s'exprimer et parler de ses difficultés	
Université du Québec à Montréal	04-juin-20	Magalie Masson	<a href="#">Difficile conciliation travail-famille</a>	Étude	Travailleurs	Une équipe de chercheurs de l'UQAM recherche des participants afin d'étudier les effets du confinement sur la conciliation travail-famille et ses effets sur la santé mentale.	Québec				

Média	Date	Auteur	Titre	Thème	Groupe ciblé	Résumé	Géogr.	Effets de la pandémie	Facteurs de risque	Facteurs protection	Mesures/ Solutions
Le Journal de Québec	05-juin-20	Jérémy Bernier	<a href="#">COVID-19: les travailleurs québécois en pleine détresse psychologique</a>	Sondage	Travailleurs	Selon un sondage web, le niveau de détresse psychologique des travailleurs québécois a augmenté. Ceux pour qui l'employeur a à coeur la santé mentale des employés présentent cependant moins de détresse que ceux pour qui l'employeur ne la prend pas en compte.	Québec		Environnement de travail où l'on ne tient pas compte du bien-être mental des employés, facteurs déjà connus (condition de travail, soutien des collègues, reconnaissance)	Environnement de travail où l'employeur a la santé mentale des travailleurs à coeur	
Le Soleil	05-juin	Marc Allard	<a href="#">La détresse qui guette les «anges gardiens»</a>	Questionnement sur les effets futurs de la pandémie	Professionnels de la santé	Des experts s'inquiètent pour la santé mentale des travailleurs de la santé. Plusieurs pourraient développer un trouble de stress post-traumatique.	Québec		Exposition à la COVID, travailleurs de la santé, épuisement.		
Radio-Canada	07-juin-20	Agence France-Press	<a href="#">Inquiétude sur la consommation d'alcool et de drogues pendant la pandémie</a>	Consommation d'alcool et de drogues	Population générale	La Dre Theresa Tam, administratrice en chef de l'agence de santé publique du Canada s'inquiète de la santé mentale des Canadiens et de l'augmentation de la consommation d'alcool et de malbouffe qu'entraîne la pandémie.	Canada				
Le Droit	07-juin-20	Jean-François Cliche	<a href="#">La COVID-19 peut-elle laisser des séquelles psychologiques?</a>	Questionnement sur les effets futurs de la pandémie	Personnes atteintes de la COVID-19	Selon plusieurs études, il est possible de souffrir de dépression ou de trouble de stress post-traumatique après un séjour à l'hôpital. Les personnes traitées pour la COVID-19 pourraient donc ressentir des symptômes de détresse, d'anxiété, de dépression et de stress post-traumatique.	Québec		Personnes ayant eu la COVID-19.		

Média	Date	Auteur	Titre	Thème	Groupe ciblé	Résumé	Géogr.	Effets de la pandémie	Facteurs de risque	Facteurs protection	Mesures/ Solutions
8 juin: Québec atteint 5 000 décès; Reprise des sports d'équipe (soccer, baseball, hockey) à l'extérieur et sous réserve des DSP											
Le Journal de Montréal	08-juin-20	Dominique Scali	<a href="#">Immersion au coeur de la détresse des Québécois</a>	Augmentation de la détresse et de la demande	Population générale	Une journaliste nous donne un aperçu de la situation dans les lignes d'écoute téléphonique. Depuis la pandémie, l'Association des centres d'écoute du Québec a observé une augmentation de 25% des appels.	Québec		Isolement		
Le Devoir	08-juin-20	Isabelle Porter	<a href="#">Les abonnés aux douleurs chroniques dans la détresse</a>	Augmentation de la détresse et de la demande	Personnes vivant avec une maladie physique ou mentale	Les personnes souffrant de douleurs chroniques manifestent de plus en plus de signes de détresse. L'isolement est un des facteurs augmentant cette détresse.	Québec		Isolement, personnes souffrant de douleurs chroniques, report d'injections de cortisone, fermeture de la plupart des cliniques de la douleur, accès difficile aux médecins		
Cision	08-juin-20	CSMO-ÉSAC	<a href="#">LÉO: la nouvelle ligne d'écoute pour les travailleurs-euses et bénévoles de l'économie sociale et de l'action communautaire</a>	Nouveaux outils, mesures et initiatives en santé mentale	Professionnels de la santé	Une ligne d'écoute provinciale gratuite pour les travailleurs-euses et bénévoles du secteur de l'économie sociale et de l'action communautaire est lancée par le Comité sectoriel de main-d'oeuvre de l'économie sociale et de l'action communautaire (CSMO-ÉSAC), en réponse à la détresse psychologique qui émerge en temps de COVID-19.	Québec		Travailleurs de première ligne de la pandémie, perte d'emploi, grande sollicitation pour fournir des services essentiels		Ligne d'écoute téléphonique gratuite pour les travailleurs-euses de l'économie sociale et de l'action communautaire.

Média	Date	Auteur	Titre	Thème	Groupe ciblé	Résumé	Géogr.	Effets de la pandémie	Facteurs de risque	Facteurs protection	Mesures/ Solutions
Institut national de la recherche scientifique	09-juin-20	Audrey-Maude Vézina	<a href="#">Résilience et stress périnatal en temps de pandémie</a>	Étude	Femmes	Une professeure de l'Institut national de la recherche scientifique lance une recherche sur la résilience et le stress périnatal en temps de pandémie au Québec. L'étude comparera la situation de ces femmes dans cinq régions du Québec.	Québec		Réduction des sources de soutien social, violence conjugale		
Le Soleil	09-juin-20	Olivier Bossé	<a href="#">Le PLQ veut juguler la détresse psychologique chez les entrepreneurs</a>	Actions attendues du gouvernement	Travailleurs	Le PLQ a déposé un projet de loi visant à régler le problème de la détresse vécue chez les entrepreneurs et les agriculteurs québécois. Ce projet de loi est d'autant plus pertinent avec la pandémie.	Québec		Situation financière		Projet de loi déposé par le PLQ pour lutter contre la détresse des entrepreneurs et des agriculteurs.
La Presse	11-juin-20	Jean-Benoît Legault	<a href="#">Moins de diagnostics de dépression au Québec qu'ailleurs en Amérique du Nord</a>	Sondage	Population générale	Selon une récente enquête menée du 15 au 17 mai, les Québécois sont moins susceptibles d'avoir reçu un diagnostic de dépression comparativement au reste des Nord-Américains.	Amérique du Nord		Peur de contracter la COVID-19, isolement, pertes d'emplois		
Le Journal de Montréal	11-juin-20	Jérémy Bernier	<a href="#">COVID-19: le confinement nuit à la santé des gens obèses</a>	Sondage	Personnes vivant avec une maladie physique ou mentale	Selon une étude américaine, les personnes souffrant d'obésité sont durement affectées par le confinement. En effet, 73% des patients de l'UT Southwestern Weight Wellness Program ont observé une augmentation importante de leur anxiété. Selon une experte québécoise, la situation	Amérique du Nord		Confinement		

Média	Date	Auteur	Titre	Thème	Groupe ciblé	Résumé	Géogr.	Effets de la pandémie	Facteurs de risque	Facteurs protection	Mesures/ Solutions
La Presse	11-juin-20	Rima Elkouri	Faire nos devoirs	<a href="#">Questionnement sur les effets futurs de la pandémie</a>	Enfants, adolescents	est comparable au Québec. Selon un rapport rédigé avant la pandémie, beaucoup d'enfants vivent de la dépression, de l'anxiété et de la détresse au Québec. Cependant, avec la pandémie, les conclusions des experts demeurent pertinentes et devront être utilisées pour repenser l'après-COVID19.	Québec		Jeunes ayant déjà des diagnostics de dépression, anxiété, changement de routine, perte réseau social, deuils		
Journal métro	11-juin-20	François Lemieux	<a href="#">La pandémie augmente les besoins en santé mentale</a>	Augmentation de la détresse et de la demande	Personnes vivant avec une maladie physique ou mentale	Perspective communautaire en santé mentale, un organisme de soutien aux personnes ayant des troubles de santé mentale remarque que la pandémie et le confinement exacerbent les problématiques des patients actuels.	Ville		Isolement		
Le Devoir	12-juin-20	Pauline Gravel	<a href="#">Sondage: les Québécois confiants malgré la pandémie</a>	Sondage	Population générale	La solitude et l'isolement engendrés par le confinement risquent de nuire à la santé mentale et physique des personnes. Les coûts qui y sont associés pourraient même être plus importants que ceux de la COVID-19 elle-même, selon un chercheur de l'Université McGill.	Monde		Isolement, solitude, consommation d'alcool, fumer, jeunes et personnes âgées qui ne savent pas se servir des outils de communication moderne	Accès à des plateformes de communication modernes (surtout celles avec une composante visuelle)	

Média	Date	Auteur	Titre	Thème	Groupe ciblé	Résumé	Géogr.	Effets de la pandémie	Facteurs de risque	Facteurs protection	Mesures/ Solutions
Le Quotidien	12-juin-20	Julie Bouchard	<a href="#">Stress et attention: un défi en temps de pandémie</a>	Confinement	Population générale	Un retour sur les sortes de stress vécu dans les différentes phases de la pandémie. Trois mois après le début du confinement, le stress aigu est devenu un stress chronique.	Québec		Confinement des aînés, maladie, perte d'emploi, changement de revenu, isolement social, conditions de télétravail	Prendre soin de nous, activités qui font du bien, alimentation, faire du sport	
Le Quotidien	12-juin-20	Anne-Marie Gravel	<a href="#">Des tablettes pour favoriser la santé mentale</a>	Nouveaux outils, mesures et initiatives en santé mentale	Personnes vivant avec une maladie physique ou mentale	La Fondation Équilibre Saguenay-Lac-Saint-Jean a offert 20 tablettes électroniques aux usagers des services en santé mentale de la région afin de briser l'isolement et leur permettre d'avoir accès à des consultations à distance.	Milieu rural		Isolement	Contact avec la famille	Don de 20 tablettes à des usagers des services de soins en santé mentale du Saguenay-Lac-Saint-Jean.
Le Devoir	13-juin-20	Annick Poitras	Et mentalement, ça va bien aller?	<a href="#">Questionnement sur les effets futurs de la pandémie</a>	Population générale	Entrevue avec la Dre Christine Grou, présidente de l'Ordre des psychologues du Québec, portant sur les traces que laissera la pandémie sur notre santé mentale.	Québec		Personnalité, deuil, insécurité alimentaire, mise à pied, conciliation travail-famille à la maison, lieu du confinement (ex: avec jardin ou pas), pas de tissu social, professionnels de la santé	Tissu social, personnalité, environnement	
ONFR+	14-juin-20	Didier Pilon	<a href="#">Des professionnels de la santé mentale racontent la pandémie</a>	Enjeu de l'accès à l'offre de services	Population générale	Les professionnels de la santé de l'Ontario ont dû adapter leurs services avec la pandémie. Cependant, certains s'inquiètent de l'accessibilité de la nouvelle offre de service virtuelle.	Autres provinces		Isolement social, personne ayant interruption de service (ex.: sans-abri), personnes ayant une maladie chronique		
15 juin: Reprise de la restauration (sauf CMM); Autorisation de rassemblements intérieurs sauf CMM (max 10 personnes, max 3 ménages)											

Média	Date	Auteur	Titre	Thème	Groupe ciblé	Résumé	Géogr.	Effets de la pandémie	Facteurs de risque	Facteurs protection	Mesures/ Solutions
Acadie Nouvelle	15-juin-20	Réal Fradette	<a href="#">COVID-19: le cauchemar d'une immunosupprimée</a>	Portrait	Personnes vivant avec une maladie physique ou mentale	Portrait de la situation d'une personne immunosupprimée depuis la pandémie.	Autres provinces		Personne immunosupprimée (conséquences fatales si attrape COVID, comportement insouciant des gens)		
Radio-Canada	15-juin-20	Sarah Xenos	<a href="#">Huit nouveaux centres Foundry ouvriront leurs portes en C.-B.</a>	Nouveaux outils, mesures et initiatives en santé mentale	Enfants, adolescents	Ouverture de nouveaux centres de services en santé mentale pour les jeunes britannico-colombiens. La province fait face à deux crises, celle de la COVID-19 et celle du fentanyl. Ces nouveaux centres apporteront donc un soutien supplémentaire pour les jeunes.	Autres provinces				Service de soutien en ligne
Cision	15-juin-20	Espace mieux-être Canada	<a href="#">Espace mieux-être Canada encourage à faire un pas en avant en donnant accès à du soutien en santé mentale gratuit et disponible en tout temps</a>	Nouveaux outils, mesures et initiatives en santé mentale	Population générale	Espace mieux-être Canada lance une nouvelle campagne pour la santé mentale, dans le contexte de la pandémie. La plateforme en ligne offre également de l'aide immédiate aux personnes éprouvant des problèmes de santé mentale et de consommation de substances.	Canada		Isolement, incertitude financière, fermeture des écoles et services de garde et lieux de travail.		Plateforme en ligne gratuite (Espace mieux-être Canada)

Média	Date	Auteur	Titre	Thème	Groupe ciblé	Résumé	Géogr.	Effets de la pandémie	Facteurs de risque	Facteurs protection	Mesures/ Solutions
Cision	15-20 juin	Association médicale canadienne	<a href="#">L'AMC, en collaboration avec la Banque Scotia et Gestion financière MD, lance une ligne de soutien pour aider les médecins et les apprenants en médecine</a>	Nouveaux outils, mesures et initiatives en santé mentale	Professionnels de la santé	Lancement d'une nouvelle plateforme de soutien en santé mentale pour les médecins et les apprenants en médecine, dans le contexte de la pandémie.	Canada		Conditions de travail stressantes pour le personnel de la santé, travailleurs de la santé		Ligne de soutien pour les médecins et les apprenants en médecine
Journal Métro	16-20 juin	Katrine Desautels	<a href="#">L'essoufflement d'une intervenante de travailler en zone rouge</a>	Portrait	Professionnels de la santé	Une intervenante en déficience intellectuelle travaillant dans une zone rouge d'un établissement en santé mentale raconte son épuisement. Elle vit entre autres de l'épuisement empathique.	Ville		Épuisement professionnel, donner trop d'empathie, fatigue, répétition des gestes de protection (aliénation).		
Radio-Canada	17-02 juin	Radio-Canada	<a href="#">Consommation d'alcool durant la pandémie: avertissement de la santé publique</a>	Consommation d'alcool et de drogues	Population générale	La consommation d'alcool et de drogues a augmenté pendant la pandémie, une façon de gérer le stress et l'anxiété. Cependant, la Santé publique invite les consommateurs à s'informer et à mesurer les risques de consommation.	Canada				

Média	Date	Auteur	Titre	Thème	Groupe ciblé	Résumé	Géogr.	Effets de la pandémie	Facteurs de risque	Facteurs protection	Mesures/ Solutions
Le Journal de Montréal	17-juin-20	Clara Loiseau	<a href="#">Impacts psychologiques: les Québécois moins affectés par la pandémie que les Américains</a>	Confinement	Population générale	Les Québécois, malgré un nombre élevé de cas de COVID-19 et de morts recensés dans la province sont ceux qui vivent le moins de dépression et d'anxiété comparativement au reste du Canada et aux États-Unis. Selon l'étude menée par l'Université de Sherbrooke, cela pourrait s'expliquer par le niveau d'information dont disposaient les Québécois grâce aux points de presse quotidiens.	Québec			Être informé: Accroît sentiment de cohérence, soit la faculté permettant de comprendre un événement et de trouver des solutions pour y faire face.	
Le Devoir	18-juin-20	Olivier Sylvestre	<a href="#">Quels sont les effets du confinement chez les jeunes?</a>	Confinement	Enfants, adolescents	Des études menées sur des animaux et des groupes de jeunes, comme de jeunes prisonniers mis en isolement, ont démontré que l'isolement avait des effets négatifs à long terme, comme l'anxiété, l'hyperactivité et une tendance à la dépendance. Bien qu'on ne puisse pas généraliser les résultats à l'ensemble des jeunes et que les études doivent aller plus loin, on peut se douter que le confinement pourrait occasionner des effets similaires sur les jeunes.	Monde		Confinement, ne pas voir ses amis		

Média	Date	Auteur	Titre	Thème	Groupe ciblé	Résumé	Géogr.	Effets de la pandémie	Facteurs de risque	Facteurs protection	Mesures/Solutions
Radio-Canada	18-juin-20	Radio-Canada	<a href="#">Une chercheuse veut améliorer la santé mentale des premiers répondants post-pandémie</a>	Nouveaux outils, mesures et initiatives en santé mentale	Premiers répondants	Une professeure de l'Université Lakehead de Thunder Bay a obtenu du financement afin de développer des ressources en santé mentale pour les pompiers qui travaillent pendant la pandémie.	Autres provinces		Exposition/Traumatise: travailleurs première ligne		
Radio-Canada	18-juin-20	Stéphane Parent	<a href="#">Succès des jeux vidéo jugé essentiel à la santé mentale durant la pandémie</a>	Nouveaux outils, mesures et initiatives en santé mentale	Population générale	Les jeux vidéo pourraient aider à une bonne santé mentale, notamment à travers les rapports sociaux entre joueurs. Le mouvement #JouonsSéparésEnsemble, initié par l'industrie du jeu vidéo, vise justement à promouvoir cette activité sociale qui se fait dans le respect des mesures de distanciation physique.	Monde			Lien social	
Radio-Canada	18-juin-20	Anne-Louise Despatie	<a href="#">La santé mentale dans l'angle mort de la pandémie</a>	Augmentation de la détresse et de la demande	Population générale	Des experts pensent que le pic en santé mentale qui est à prévoir avec le déconfinement est déjà commencé au Canada et s'inquiètent de la capacité du réseau public de répondre aux besoins en santé mentale.	Canada		Isolement, absence de routine, manque de services, perte d'emploi, deuil, tensions conjugales, insécurité		
La Presse	18-juin-20	Anne-Marie Boucher et Diane Chatigny	<a href="#">La ligne est mince entre l'équilibre et la chute</a>	Questionnement sur les effets futurs de la pandémie	Population générale	Regard sur la pandémie et la santé mentale. La situation actuelle pourrait-elle permettre de déstigmatiser la détresse émotionnelle, d'élever notre regard empathique?	Québec		Peur, insomnie, consommation alcool, cigarette, maison lieu de travail, épuisement, peur de mourir, perte d'emploi		

Média	Date	Auteur	Titre	Thème	Groupe ciblé	Résumé	Géogr.	Effets de la pandémie	Facteurs de risque	Facteurs protection	Mesures/ Solutions
Le Journal de Montréal	18-juin-20	Antoine Lacroix	<a href="#">Les aînés, «oubliés du déconfinement»</a>	Actions attendues du gouvernement	Aînés	Une lettre signée par 67 médecins demande à ce que le gouvernement agisse rapidement pour le déconfinement des aînés. Le confinement nuit à leur santé mentale et physique. En effet, on observe une détérioration de leurs facultés, de leur autonomie, de leur qualité de vie.	Québec		Confinement		
Radio-Canada	19-juin-20	Radio-Canada	<a href="#">COVID-19: Des chercheuses étudient l'impact sur la santé mentale des enfants</a>	Étude	Enfants, adolescents	Une nouvelle étude sur les impacts de la COVID-19 sur la santé mentale des enfants est lancée par des chercheuses de Sherbrooke.	Québec		Changement de routine		
Cision	19-juin-20	Observatoire québécois des inégalités	<a href="#">Lancement du Baromètre des inégalités - COVID-19</a>	Nouveaux outils, mesures et initiatives en santé mentale	Population générale	L'Observatoire québécois des inégalités lance un outil de surveillance de l'évolution des inégalités au Québec depuis le début de la pandémie. Les indicateurs liés aux inégalités de détresse ont atteint un pic élevé en avril, mais ont diminué en mai.	Québec		Personnes mieux nanties plus touchées au départ que le reste de la population, avant de plafonner à un sommet élevé en avril et mai. Femme		
Le Journal de Québec	19-juin-20	Agence QMI	<a href="#">Une étude sur l'impact du confinement sur la santé mentale des élèves québécois</a>	Étude	Enfants, adolescents	Une nouvelle étude sur les impacts du confinement sur la santé mentale des élèves québécois voit le jour. L'étude vise également à déterminer le type d'élèves qui profitent d'une éducation à distance.	Québec			Éducation à distance (élèves victimes d'intimidation, troubles anxieux, peur de l'échec public)	

Média	Date	Auteur	Titre	Thème	Groupe ciblé	Résumé	Géogr.	Effets de la pandémie	Facteurs de risque	Facteurs protection	Mesures/ Solutions
Le Journal de Québec	19-juin-20	Martin Lavoie	<a href="#">La COVID-19 a un effet sur la santé mentale</a>	Questionnement sur les effets futurs de la pandémie	Population générale	Une équipe du Danemark a procédé à une recension de la littérature portant sur la COVID-19 et la santé mentale. Selon les études, la COVID-19 aurait un effet négatif sur la santé mentale des personnes atteintes du virus, du personnel soignant et même sur la santé mentale de la population générale.	Monde				
Le Journal de Montréal	20-juin-20	Yan Lauzon	<a href="#">Télétravail: la santé mentale des employés, une priorité</a>	Portrait	Travailleurs	Le cofondateur d'une entreprise montréalaise raconte comment son entreprise aide les employés à maintenir une bonne santé mentale en contexte de pandémie et de télétravail.	Ville		Épuisement professionnel, confinement		Organiser des activités, du temps prévu pour la conversation non organisée, faire exercice physique, routine, aménager son chez-soi.
Le Devoir	20-juin-20	Charlotte Mercille	<a href="#">Comment combattre la «fatigue Zoom»?</a>	Confinement	Travailleurs	La pandémie a fait grimper le temps passé devant les écrans. Cela entraîne notamment beaucoup de fatigue et détruit les repères psychosociaux et non verbaux lors d'interactions virtuelles.	Québec		Télétravail		
Le Devoir	20-juin-20	Isabelle Delorme	<a href="#">La crise nous met dans de beaux draps</a>	Étude	Population générale	L'impact de la pandémie sur le sommeil fera l'objet d'une nouvelle étude internationale. Les experts rappellent qu'un bon sommeil est nécessaire	Monde		Insomnie		Bien dormir

Média	Date	Auteur	Titre	Thème	Groupe ciblé	Résumé	Géogr.	Effets de la pandémie	Facteurs de risque	Facteurs protection	Mesures/ Solutions
						pour une bonne santé mentale et physique.					
Le Devoir	20-juin-20	Pascaline David	<a href="#">Une détresse exacerbée par la pandémie</a>	Actions attendues du gouvernement	Personnes vivant avec une maladie physique ou mentale	Les personnes atteintes de maladies mentales ont vécu une augmentation de la détresse psychologique avec la pandémie. Des mesures concrètes de la part du gouvernement sont demandées afin d'améliorer les ressources déjà disponibles, dont l'augmentation du financement accordé aux organismes.	Québec		Personnes atteintes de maladies mentales, isolement, distanciation physique, travailleurs de la santé, confinement		Développement d'outils virtuels, formation par visioconférence, soutien téléphonique, capsule pour informer bénéficiaires (d'aide en santé mentale) et leurs familles
22 juin: Reprise de la restauration dans la CMM; Autorisation de rassemblements intérieurs dans la CMM (max 10 personnes et 3 ménages); réouverture des salles de spectacles, de théâtre, cinémas; ouverture estivale des camps de jour											
La Nouvelle union	22-juin-20	Line Lacaille	<a href="#">À quoi servent les vacances après le déconfinement?</a>	Déconfinement	Population générale	Le confinement a eu des effets néfastes pour la santé mentale et ces effets sont toujours présents avec le déconfinement. Une psychothérapeute conseille donc de prendre soin de soi et de prendre des vacances.	Québec		Solitude, peur, conciliation travail-famille à la maison, éducation des enfants, commissions pour les aînés, attente dans les commerces, changement d'horaire, demande accrue de concentration (plateforme visioconférence), soucis financiers, augmentation des tâches	Prendre des vacances, prendre soin de soi	

Média	Date	Auteur	Titre	Thème	Groupe ciblé	Résumé	Géogr.	Effets de la pandémie	Facteurs de risque	Facteurs protection	Mesures/Solutions
Le Journal de Montréal	22-juin-20	Myriam Lefebvre	<a href="#">Le confinement à la source d'une deuxième vague, mais psychiatrique?</a>	Enjeu de l'accès à l'offre de services	Population générale	Les experts redoutent une augmentation des troubles en santé mentale due au confinement et une incapacité du réseau de santé de combler la demande de soins.	Québec		domestiques, pression conjugale, perte de liens sociaux. Confinement		Télémédecine, que le gouvernement s'attaque au problème de manque de main-d'oeuvre
En Beauce	23-juin-20	Gabrielle Denoncourt	<a href="#">Briser l'isolement des personnes âgées avec des jardinières</a>	Nouveaux outils, mesures et initiatives en santé mentale	Aînés	Le CISSS de Chaudière-Appalaches a mis sur pied un projet de jardinage visant à contrer l'isolement des aînés. Ce projet devrait rejoindre au total 1000 personnes.	Milieu rural		Arrêt des activités (dans salles communautaires, etc.)		Projet Jardignons nos balcons (contrer l'isolement chez les aînés)
Radio-Canada	23-juin-20	Radio-Canada	<a href="#">Des Autochtones disent que la pandémie a mis leur santé mentale à rude épreuve</a>	Sondage	Premières Nations	Selon un sondage de Statistique Canada, la pandémie a eu pour effet d'augmenter l'anxiété et le stress déjà ressenti par les Autochtones. 38% des répondants ont indiqué avoir une santé mentale passable ou mauvaise contre 16% en 2017.	Canada		Mesures de distanciation physique, femme autochtone		
Cision	23-juin-20	Commission de la santé mentale du Canada	<a href="#">La statut d'emploi et le revenu ont un impact sur la santé mentale des Canadiennes et des Canadiens pendant la pandémie de COVID-19, indique un nouveau sondage</a>	Sondage	Population générale	Un nouveau sondage indique que le statut d'emploi, le revenu ainsi que la disponibilité des stratégies d'adaptation ont un impact important sur la santé mentale. Les déterminants sociaux sont importants quant au type de capacité d'adaptation utilisé par une personne.	Canada		Isolement, préoccupation pour soi et famille	Stratégie d'adaptation: Faire de l'exercice, discuter avec la famille et amis, télémédecine, consulter un professionnel	Employeurs: permettre aux employés d'accéder à des programmes de résilience et de capacité d'adaptation.

Média	Date	Auteur	Titre	Thème	Groupe ciblé	Résumé	Géogr.	Effets de la pandémie	Facteurs de risque	Facteurs protection	Mesures/ Solutions
Le Journal de Lévis	24-juin-20	Alexandre Bellemaire	<a href="#">Une santé mentale fragilisée par la COVID-19</a>	Nouveaux outils, mesures et initiatives en santé mentale	Population générale	Le directeur des programmes Santé mentale et Dépendance au Centre intégré de santé et de services sociaux de Chaudière-Appalaches (CISSS-CA) fait état de la situation dans la région et explique comment ils ont adapté l'offre de service en lien avec la pandémie.	Milieu rural		Personne ayant déjà des problèmes de santé mentale, perte d'emploi, précarité financière, confinement, situation familiale plus difficile.	Bon tissu social	Ajout d'intervenants dans les équipes d'intervention de crise, téléconsultation, organismes, institutions, services d'aide et élus municipaux assurent une vigie constante, mise sur pied d'un service spécialisé (suivi de 5 semaines)
Journal Métro	25-juin-20	Amine Esseghir	<a href="#">Temps difficiles pour les jeunes LGBT</a>	Augmentation de la détresse et de la demande	Communauté LGBTQIA 2+	Différents organismes de soutien aux personnes en quête de leur identité sexuelle ainsi que des sexologues observent que le confinement a pu nuire à la santé mentale des jeunes de la communauté LGBTQIA+. Le nombre d'appels que reçoit l'organisme Interligne est passé de 2000 à 2500 appels par mois avant la pandémie à environ 3500 appels par mois.	Québec		Personne de la communauté LGBTQIA+, difficulté à se procurer des bloqueurs d'hormones, isolement, jeunes pas acceptés par la famille ou qui n'ont fait le coming-out qu'à leurs amis		Augmentation de l'offre de service pour organisme Interligne, groupe de discussion virtuel

Média	Date	Auteur	Titre	Thème	Groupe ciblé	Résumé	Géogr.	Effets de la pandémie	Facteurs de risque	Facteurs protection	Mesures/ Solutions
Cision	25-juin-20	Bell Canada	<a href="#">Jeunesse, J'écoute et Bell Cause pour la cause accroissent leur soutien en santé mentale pour les jeunes</a>	Nouveaux outils, mesures et initiatives en santé mentale	Enfants, adolescents	Un million de dollars sera investi par Bell Cause pour la cause et Jeunesse, J'écoute afin de bonifier le soutien apporter aux jeunes en temps de crise. Cette augmentation de l'offre vient ainsi répondre à une demande globale chez Jeunesse, J'écoute qui a augmenté de 58% depuis la pandémie.	Canada		Isolement, deuil, discrimination, abus, toxicomanie, automutilation		Don d'un million de dollars pour Bell Cause pour la cause et Jeunesse, J'écoute: service élargi d'intervention de première ligne pour les jeune en situation de crise
GlobeNewsWire	26-juin-20	GlobeNewsWire	<a href="#">Les soins virtuels sont essentiels pendant la COVID-19</a>	Nouveaux outils, mesures et initiatives en santé mentale	Population générale	Le Centre canadien sur les dépendances et l'usage de substance ainsi que plusieurs organismes invitent les Canadiens à demander de l'aide dès qu'ils ressentent des symptômes de détresse et à utiliser les ressources virtuelles mises à leur disposition, dont le nouveau portail Espace mieux-être Canada.	Canada	Pandémie a rendu l'accès aux soins plus difficile			Portrait Espace mieux-être Canada,

Média	Date	Auteur	Titre	Thème	Groupe ciblé	Résumé	Géogr.	Effets de la pandémie	Facteurs de risque	Facteurs protection	Mesures/ Solutions
Le Nouvelliste	26-juin-20	Amélie Houle	<a href="#">Les maisons pour femmes victimes de violence conjugale et la pandémie: «Une source de stress supplémentaire»</a>	Augmentation de la détresse et de la demande	Femmes	Des maisons d'hébergement à Trois-Rivières ont dû s'adapter avec la pandémie et ont remarqué que le confinement apportait un stress supplémentaire aux femmes victimes de violences, surtout à cause de l'isolement. Elles ont également dû faire face à de nombreux défis comme se trouver un logement ou avoir accès à de l'aide juridique.	Ville		Femmes victimes de violence conjugale, isolement, difficulté à trouver un logement, un avocat	Garder contact avec la famille	Rogers a fourni des téléphones aux femmes hébergées dans les maisons d'hébergement de Trois-Rivières
Le Journal de Québec	27-juin-20	Agence QMI	<a href="#">COVID-19: attention au trouble de stress post-traumatique</a>	Questionnement sur les effets futurs de la pandémie	Professionnels de la santé	Le trouble de stress post-traumatique peut survenir après avoir vécu ou été témoin d'un événement traumatisant, comme la pandémie de COVID-19. Certaines personnes sont plus à risque, dont les travailleurs de première ligne comme les premiers répondants et les professionnels de la santé.	Canada		Travailleurs de première ligne: premiers répondants, travailleurs de la santé, préposés aux services de soutien à la personne, membres des Forces armées canadiennes (FAC) qui ont prodigué des soins aux aînés.		Plateforme Espace mieux-être Canada

Média	Date	Auteur	Titre	Thème	Groupe ciblé	Résumé	Géogr.	Effets de la pandémie	Facteurs de risque	Facteurs protection	Mesures/ Solutions
Le Journal de Québec	27-juin-20	Anne-Sophie Poiré	<a href="#">Le confinement a fait bondir l'anxiété chez les enfants</a>	Augmentation de la détresse et de la demande	Enfants, adolescents	La pandémie a augmenté le niveau de détresse et d'anxiété chez plusieurs enfants. Certains pédiatres ont dû augmenter la médication, faute d'accès aux services pour les enfants pendant le confinement, à la demande des parents.	Québec		Confinement, milieu défavorisé (manque d'accès à la nourriture, violence), routine déstabilisée (plus d'école)	Arrêt de l'école: moins de stress lié à l'école.	Augmentation de la médication offerte aux enfants
La Presse	29-juin-20	Louise Bradley	<a href="#">L'anxiété entourant l'assouplissement des restrictions</a>	Déconfinement	Population générale	Certaines personnes ressentiront de l'anxiété malgré le déconfinement. En effet, les risques médicaux liés à la COVID-19 ainsi que l'incertitude économique et sociale pourraient engendrer de l'anxiété chez certains.	Québec		Risques médicaux liés à la COVID-19, incertitudes économiques et sociales, personne avec trouble d'anxiété sociale, retour au travail	Suivre les recommandations de la santé publique afin de réapprendre à gérer le risque, être confronté à ce qui nous effraie	
Mois de juillet											
La Nouvelle union	01-juill-20	La Nouvelle union	<a href="#">Les adolescents peuvent retrouver leurs Maisons des jeunes</a>	Déconfinement	Enfants, adolescents	Avec le déconfinement, les Maisons des jeunes, partout au Québec, ont pu rouvrir leurs portes. Ce service considéré comme essentiel pour plusieurs intervenants s'est adapté aux consignes de la Santé publique afin de pouvoir offrir un milieu de vie aux jeunes où ces derniers pourront participer à plusieurs activités, mais surtout socialiser.	Québec		isolement, manque de contact humain, retrait de leurs milieux de vie quotidiens		Adaptation: offre de service en ligne pendant confinement, puis suivi des consignes de la Santé publique du Québec

Média	Date	Auteur	Titre	Thème	Groupe ciblé	Résumé	Géogr.	Effets de la pandémie	Facteurs de risque	Facteurs protection	Mesures/ Solutions
Radio-Canada	01-juill-20	Radio-Canada	<a href="#">La clinique Caméléon disparaîtra à la fin de l'été</a>	Augmentation de la détresse et de la demande	Population générale	La directrice d'une clinique en santé mentale et dépendance à Montréal observe une augmentation de la détresse et des comportements compulsifs comme la consommation d'alcool depuis le début de la pandémie. Cependant, cette clinique fermera ses portes en août faute de financement.	Ville		confinement: complique la pratique d'activités physiques et sociales, personne en détresse s'abstiennent de consulter par peur d'attraper la maladie, automédication et personnes qui ont «compulsé» (recrudescence de consommation d'alcool, de drogues, de tabac, de nourriture, de sexe, jeu vidéos)		
TVA Nouvelle	02-juill-20	TVA Nouvelles	<a href="#">La pandémie fait exploser les cas de détresse psychologique</a>	Augmentation de la détresse et de la demande	Population générale	Dans le Bas-Saint-Laurent, certains services d'aide ont observé une augmentation de près de 25% de leur clientèle depuis le début de la pandémie, surtout des personnes âgées entre 45 et 65 ans. La sensibilisation faite auprès des communautés pendant la pandémie aura permis aux gens de démystifier les tabous sur la santé mentale et d'aller demander de l'aide, même à titre préventif.	Milieu rural		Séparation, isolement, jeunes	Déconfinement (brise isolement) Compréhension des gens de ce qu'est la santé mentale, veulent en prendre soin, moins de tabous)	

Média	Date	Auteur	Titre	Thème	Groupe ciblé	Résumé	Géogr.	Effets de la pandémie	Facteurs de risque	Facteurs protection	Mesures/ Solutions
Le Nouvelliste	03-juill-20	Brigitte Trahan	<a href="#">«Revenir vers notre humanité»</a>	Portrait	Travailleurs	Une enseignante en psychoéducation raconte comment le confinement lui a apporté un état bien plus calme qu'avant et pourquoi prendre du temps est bénéfique pour notre santé mentale.	Ville			Confinement :Prendre du temps pour soi, faire des activités que l'on ne fait plus, être seul et se rendre compte de l'importance du contact humain, reconnecter avec nos valeurs	
Le Journal de Québec	04-juill-20	Clara Loiseau	<a href="#">Pas de visites en psychiatrie</a>	Confinement	Personnes vivant avec une maladie physique ou mentale	L'interdiction de sortie dans certains instituts en santé mentale inquiète les proches des patients ainsi que les intervenants et fait monter la tension dans certaines unités. Selon le président par intérim du Syndicat des techniciens et professionnels du Centre intégré universitaire de santé et de services sociaux (CIUSSS) de l'Est-de-l'Île-de-Montréal, «il y aurait environ 30% de plus de désorganisation et d'agressions chez certains patients».	Québec		Interdiction de sortie: perte d'ancrage avec le réel pour les patients des institutions en santé mentale, perte de contact humain		

Média	Date	Auteur	Titre	Thème	Groupe ciblé	Résumé	Géogr.	Effets de la pandémie	Facteurs de risque	Facteurs protection	Mesures/ Solutions
Cision	06-juill-20	Morneau Shepell Inc.	<a href="#">La santé mentale des Canadiens est liée à la qualité du soutien fourni par leur employeur durant la pandémie de COVID-19</a>	Étude/Rapport	Travailleurs	Selon les résultats du dernier rapport mensuel sur l'Indice de santé mentale de Morneau Shepell, il existe une forte corrélation entre la réponse aux besoins en santé mentale de l'employeur et la santé mentale. De plus, on observe une baisse du score à l'Indice de santé mentale par rapport au score de référence avant la pandémie.	Canada		Employeurs qui répondent aux besoins en santé mentale de leurs employés de façon incohérente, médiocre ou très médiocre. Déconfinement: Réintégrer le milieu de travail en temps de pandémie (peur du virus)	Soutien offert par l'employeur	
Cision	06-juill-20	Centre d'excellence - TSPT	<a href="#">Le Centre d'excellence sur le trouble de stress post-traumatique émet des recommandations pour limiter les effets psychologiques de la pandémie chez les travailleurs de première ligne</a>	Nouveaux outils, mesures et initiatives en santé mentale	Professionnels de la santé	Un guide a été créé par deux centres en santé mentale afin d'aider les professionnels de la santé qui vivent de la détresse et des situations difficiles durant la pandémie.	Canada		Travailleurs de première ligne		Guide pratique (Détresse morale chez les travailleurs de la santé durant la pandémie de COVID-19: Guide sur les blessures morales)
Radio-Canada	09-juill-20	Anne Marie Lecomte	<a href="#">La pandémie, source de stress intense pour les parents</a>	Augmentation de la détresse et de la demande	Famille	La pandémie et notamment la conciliation travail-famille maison-école à la maison a occasionné du stress intense à plusieurs parents canadiens.	Canada		Routine bouleversée, conciliation travail-famille maison, parent en télétravail, perte d'emploi, devoir enseigner à son enfant, incohérence dans les consignes		

Média	Date	Auteur	Titre	Thème	Groupe ciblé	Résumé	Géogr.	Effets de la pandémie	Facteurs de risque	Facteurs protection	Mesures/ Solutions
Le Nouvelliste	09-juill-20	Louise Michaud, France Paradie, Joelle Ravary	<a href="#">COVID-19, femmes et travail</a>	Augmentation de la détresse et de la demande	Femmes	Plusieurs femmes québécoises vivent de la détresse depuis la pandémie, surtout en raison de la conciliation travail-famille. Elles ont également dû composer avec l'exacerbation de plusieurs inégalités basées sur le genre.	Québec		données pour la scolarisation des enfants Conciliation travail-vie personnelle, santé, sécurité, économie -) la COVID-19 exacerbe les inégalités basées sur le genre, vulnérabilité des femmes autochtones, racisées, handicapées: modèle de société défavorable pour les femmes, augmentation de la charge de travail, peu de mesures au travail	Meilleure reconnaissance du travail des femmes	On devrait introduire une obligation de prévention de la violence, incluant la violence conjugale dans la Loi sur la santé et la sécurité au travail (LSST), meilleure reconnaissance du travail des femmes
Le Journal de Québec	10-juill-20	Agence QMI	<a href="#">Apprentissage à distance: des enseignants inquiets</a>	Sondage	Travailleurs	Selon un sondage, des enseignants sont inquiets pour la santé mentale de leurs élèves qui doivent vivre l'école à distance ainsi que pour leur propre santé mentale en raison du retour en classe prévu à l'automne. En effet, ces derniers n'ont pas reçu de directive du gouvernement quant à la reprise et ne se sentent pas préparés.	Canada		École à distance, pas de plan de retour à l'école (pas de consignes claires)		

Média	Date	Auteur	Titre	Thème	Groupe ciblé	Résumé	Géogr.	Effets de la pandémie	Facteurs de risque	Facteurs protection	Mesures/ Solutions
Les Affaires	10-juill-20	Olivier Schmouker	<a href="#">Qui est le plus touché psychologiquement par la COVID-19?</a>	Augmentation de la détresse et de la demande	Communauté LGBTQIA 2+	Une chercheuse s'est penchée sur l'impact psychologique de la pandémie sur les Canadiens et a découvert que c'est le groupe des diverses identités de genre (DIG) qui serait le plus affecté psychologiquement.	Canada		Changement de routine et mesures imposées, peur de tomber malade ou qu'un de nos proches tombe malade, peur de perdre notre emploi, peiner à trouver un emploi à cause de la récession économique. Faire partie des DIG (diverses identités de genre), perte d'emploi, obligations financières		
Cision	10-juill-20	Services aux Autochtones Canada	<a href="#">Le gouvernement du Canada appuie le programme d'intervention de la Nation nishnawbe aski en santé mentale et de lutte contre les dépendances pour les Premières Nations du nord de l'Ontario</a>	Nouveaux outils, mesures et initiatives en santé mentale	Premières Nations	Le ministre des Services aux Autochtones annonce un investissement de 2 657 560\$ dans le programme d'intervention en santé mentale et de lutte contre les dépendances pendant la pandémie. Ce programme a été créé par la Nation nishnawbe aski (NNA) afin de répondre aux besoins de la communauté, dont l'identification et l'amélioration des services de santé mentale et de mieux-être.	Autres provinces		Vivre en région éloignée, isolement		Investissement de 2 657 560\$ de la part du gouvernement afin de soutenir un programme mis en place par la Nation nishnawbe aski (NNA) ayant pour but d'intervenir en santé mentale et pour la lutte contre les dépendances

Média	Date	Auteur	Titre	Thème	Groupe ciblé	Résumé	Géogr.	Effets de la pandémie	Facteurs de risque	Facteurs protection	Mesures/ Solutions
Radio-Canada	11-juill-20	Catherine Bouchard	<a href="#">Des travailleurs de la santé en détresse en raison de la COVID-19</a>	Augmentation de la détresse et de la demande	Professionnels de la santé	Plusieurs professionnels de la santé vivent de la détresse ainsi qu'un stress continu dans le cadre de leur travail durant la pandémie. Les services d'aide restent difficilement accessibles, notamment en ce qui concerne les délais avant d'avoir une rencontre avec un professionnel.	Milieu rural		Professionnels de la santé qui perd un patient atteint de la COVID-19, épuisement professionnel, travailleur de la santé, isolement		Auto soin, et ligne d'aide psychosociale
La Presse	12-juill-20	Hugo Pilon-Larose	<a href="#">Soins pour personnes handicapées, l'émission Zoom des « oubliés sans parole »</a>	Nouveaux outils, mesures et initiatives en santé mentale	Personnes en situation de handicap	Une émission sur Zoom a vu le jour afin de donner une voix aux personnes en situation de handicap dont on ne parle pas assez dans les médias. Cette émission a pour but de raconter, mais également de proposer des solutions aux personnes vivant de la détresse par exemple. Certains demandent également de simplifier les programmes leur étant destinés.	Québec		Isolement, personne en situation de handicap, maintien à domicile exécrable: services réduits faute de personnel		Propose de payer plus cher les préposés, car manque de services, un programme québécois d'assistance personnelle dirigée (les personnes handicapées ne seraient pas forcées de rester à l'hôpital ou à domicile avec des services minimums)
Radio-Canada	14-juill-20	Radio-Canada	<a href="#">Les appels à Jeunesse, J'écoute bondissent depuis la pandémie</a>	Augmentation de la détresse et de la demande	Enfants, adolescents	En Colombie-Britannique, le service d'aide téléphonique Jeunesse, J'écoute a enregistré une augmentation de 51% des textos reçus et de 71% du nombre d'appels téléphoniques depuis le début de la pandémie.	Autres provinces		Isolement, problèmes d'image, d'alimentation, mutilation, agressions psychologiques ou sexuelles, deuil Inquiétude des		

Média	Date	Auteur	Titre	Thème	Groupe ciblé	Résumé	Géogr.	Effets de la pandémie	Facteurs de risque	Facteurs protection	Mesures/ Solutions
									effets à long terme de la pandémie sur la santé mentale des jeunes Canadiens		
Avantages	14-juill-20	Avantages	<a href="#">Pandémie et antidépresseurs intimement liés</a>	Augmentation de la détresse et de la demande	Population générale	Depuis le début de la pandémie, il y aurait eu une augmentation de la demande pour des antidépresseurs. La crainte de manquer de médicaments a également fait bondir les demandes de remboursement aux régimes d'assurance-médicaments dans les semaines précédant le confinement.	Canada			Avoir un employeur sensible au bien-être de la santé mentale de ses employés	Sensibiliser les employeurs concernant le bien-être des employés: ils devront envisager des approches holistiques en matière de soins
Coup d'oeil	16-juill-20	Marc-André Couillard	<a href="#">Santé mentale: de l'aide pour les agriculteurs à La Maison sous les arbres</a>	Questionnement sur les effets futurs de la pandémie	Travailleurs	Roxanne Thibeault, directrice générale de La Maison sous les arbres, présente l'organisme, qui offre un service d'écoute et d'hébergement et fait part de l'inquiétude du comité en santé mentale de l'Union des producteurs agricoles sur les effets de la pandémie, notamment au niveau des pertes financières qui y sont associées, sur la santé mentale des agriculteurs.	Milieu rural	Agriculteurs, pertes financières et inquiétude pour la santé mentale des agriculteurs	Résilience	Maison sous les arbres; service d'écoute 24h 7/7 et hébergement. Présente un service (pas vraiment de lien avec la COVID-19)	

Média	Date	Auteur	Titre	Thème	Groupe ciblé	Résumé	Géogr.	Effets de la pandémie	Facteurs de risque	Facteurs protection	Mesures/ Solutions
Avantages	16-juill-20	Avantages	<a href="#">Le télétravail ne laisse personne indifférent</a>	Sondage	Travailleurs	Selon un récent sondage américain, le télétravail aurait un impact négatif sur la santé psychologique et émotionnelle pour la moitié des répondants. Toutefois, au Canada comme aux États-Unis, plusieurs employés s'attendent à continuer le télétravail dans les prochains mois.	Amérique du Nord		Télétravail, conciliation travail-famille maison		
Hebdo Rive Nord	17-juill-20	Pierre Chartier	<a href="#">Le Tournesol de la Rive-Nord au coeur de la crise</a>	Portrait	Professionnels de la santé	Des intervenantes racontent comment l'organisme pour lequel elles travaillent, Le Tournesol de la Rive-Nord, a dû s'adapter aux mesures de confinement afin de continuer à offrir des services en santé mentale à la population.	Ville			Adaptation des services	
Le Soleil	19-juill-20	Cécile Bardon	<a href="#">Prévention du suicide: l'autre courbe à aplanir</a>	Actions attendues de la part du gouvernement	Population générale	La pandémie exacerbe les facteurs associés au suicide, notamment l'isolement et l'insécurité. Selon Cécile Bardon, professeure au département de psychologie de l'Université du Québec à Montréal, il faut miser sur des mesures de prévention du suicide afin d'éviter une hausse de la mortalité par suicide.	Québec		Pandémie exacerbe les facteurs de risque liés au suicide: isolement, manque de soutien, intimidation, manque d'accès à des ressources adéquates et insécurité économique. Perte d'emploi, confinement	Déconfinement	Ce qu'il faudrait faire: promouvoir la santé mentale, prévenir la détresse, sensibiliser les professionnels de la santé et offrir des services adaptés aux mesures de distanciation physique. Repérage et offre proactive d'aide aux personnes

Média	Date	Auteur	Titre	Thème	Groupe ciblé	Résumé	Géogr.	Effets de la pandémie	Facteurs de risque	Facteurs protection	Mesures/ Solutions
											isolées et vulnérables. Recherches pour développer et valider mesures de prévention
Radio-Canada	20-juill-20	Radio-Canada	<a href="#">Campagne de sensibilisation aux soins psychologiques au CISSS du Bas-Saint-Laurent</a>	Nouveaux outils, mesures et initiatives	Population générale	Une campagne de sensibilisation a été lancée par le Centre intégré de santé et de services sociaux (CISSS) du Bas-Saint-Laurent afin de contrer la détresse psychologique liée à la pandémie. Plusieurs intervenants de la région ont observé une augmentation de la détresse depuis le début de la pandémie.	Milieu rural		Précarité financière, isolement, télétravail, confinement, problèmes conjugaux (liés confinement), perte d'emploi et de revenu, conciliation travail-famille maison	Campagne de	sensibilisation à la santé mentale en lien avec la pandémie: importance de laisser les préjugés liés au fait de consulter pour de l'aide psychologique. Invitation à communiquer avec le service Info-Social.
Le Journal de Montréal	20-juill-20	Luc Laliberté	<a href="#">Inquiétude chez les médecins américains</a>	Enjeu de l'accès à l'offre de services	Professionnels de la santé	Les professionnels de la santé, travaillant dans des conditions stressantes, sont généralement réticents à aller consulter pour leur santé mentale, mais une médecin américaine rappelle qu'il est important qu'ils aillent chercher de l'aide, surtout dans la situation actuelle.	Amérique du Nord		Professionnels de la santé: exposition au virus, stress lié au travail, peur de contaminer les proches		

Média	Date	Auteur	Titre	Thème	Groupe ciblé	Résumé	Géogr.	Effets de la pandémie	Facteurs de risque	Facteurs protection	Mesures/Solutions
Radio-Canada	24-juill-20	Charles Lalande	<a href="#">Sport professionnel, ville-bulle et santé mentale: l'importance de définir les besoins</a>	Déconfinement	Athlètes	Plusieurs se questionnent sur la reprise sportive, sous format de ville-bulle, et de son effet sur la santé mentale des athlètes. Rester isolé dans un hôtel tout le long de la saison pourrait affecter la santé mentale, par exemple. C'est pourquoi les organisations sportives se penchent sur les meilleures façons de concilier les mesures de santé publique et la santé mentale.	Canada		Isolement Important la santé mentale des athlètes. Important aussi de prendre en compte les différentes personnalités des athlètes.	Écoute et compréhension de ceux qui sont anxieux, communiquer avec ses proches, routine, faire des activités	Offre de psychologue dans la ville-bulle et des activités
Radio-Canada	24-juill-20	Radio-Canada	<a href="#">Les adultes de plus de 60 ans plus résistants face à la pandémie, selon une étude</a>	Étude/Rapport	Aînés	Selon une étude, les personnes âgées de plus de 60 ans ont été plus résilientes dans les premières semaines de la pandémie que les plus jeunes adultes. Cela serait entre autres lié à une meilleure capacité d'adaptation.	Amérique du Nord		. Stress continu: conflits interpersonnels, défis liés à la famille et au travail (télétravail, école à la maison, chômage) et Stress lié à la COVID: risque de contracter le virus, souffrir de complication, mort.	Meilleure résilience des populations plus âgées	
Le Journal de Québec	26-juill-20	TVA Nouvelles	<a href="#">Des préposés troublés après des mois de pandémie</a>	Sondage	Professionnels de la santé	Un récent sondage indique que les travailleurs de la santé ont un niveau plus élevé de détresse psychologique que le reste de la population depuis le début de la pandémie.	Québec		Professionnels de la santé: heures de travail supplémentaires obligatoires, traumatisme de la première vague, fatigue		Plusieurs programmes annoncés par le gouvernement seraient insuffisants ou temporaires: certains veulent des mesures qui durent, comme

Média	Date	Auteur	Titre	Thème	Groupe ciblé	Résumé	Géogr.	Effets de la pandémie	Facteurs de risque	Facteurs protection	Mesures/Solutions
La Presse	30-juill-20	Henri Ouellette-Vézina	<a href="#">La santé mentale des travailleurs sous la loupe</a>	Étude/Rapport	Professionnels de la santé	La santé mentale des travailleurs de la santé fera l'objet d'une étude cet automne. Le but de la recherche est de prévenir l'épuisement, l'anxiété et le sentiment d'insécurité de ces travailleurs, grâce à une panoplie d'outils interactifs qui seront développés.	Ville		Professionnels de la santé		un vrai salaire, de bonnes conditions. Étude servant à développer des outils interactifs (groupes de soutien, capsules d'information, outils de gestion du stress, évaluation des besoins par l'entremise de formulaires). Plaidoyer pour plus de ressources en santé publique et en prévention de la santé mentale
Québec Science	31-juill-20	Annie Labrecque	<a href="#">La détresse des malades atteints d'un cancer en temps de COVID-19</a>	Augmentation de la détresse et de la demande	Personnes vivant avec une maladie physique ou mentale	Le niveau de détresse des personnes atteintes d'un cancer aurait augmenté depuis le début de la pandémie selon des experts américains.	Amérique du Nord		Personnes atteintes d'un cancer (vivent déjà de la détresse), isolement entre les traitements		Experts proposent de renforcer le lien soignant-patient avec des rencontres téléphoniques ou virtuelles. Éviter que les patients se sentent abandonnés.