Indice de bonheur au travail d'ADP Canada : le bonheur des travailleurs s'essouffle en ce début d'été

Le dernier Indice révèle que les occasions de socialiser dans un cadre convivial au travail demeurent relativement rares pour de nombreux travailleurs au Canada.

Le bonheur des travailleurs au Canada a légèrement reculé en juillet, selon L'*Indice* mensuel de bonheur au travail d'APD Canada Cie. (« l'*Indice* ») du mois de juillet

Le score national de bonheur au travail du mois de juillet 2026 est de 6,8/10, en baisse de 0,1 point par rapport à juin et inchangé comparativement à juillet 2025.

Les derniers résultats de l'*Indice* révèlent aussi que la moitié (50 %) des travailleurs au Canada indiquent que leur employeur organise des activités sociales conviviales au moins une fois par trimestre, tandis qu'un sur cinq (21 %) affirme que ces événements n'ont lieu qu'une fois ou deux par année.

Lorsque les organisations organisent des activités d'équipes, elles optent plus fréquemment pour des repas ou dîners d'équipe (29 %) ainsi que les célébrations des fêtes ou les événements saisonniers (22 %). Ces moments semblent avoir un effet positif sur les relations de travail : près de la moitié des répondants (48 %) estiment qu'ils renforcent les liens entre collègues. Les travailleurs mentionnent également un sentiment d'appartenance accru (40 %), une meilleure collaboration au sein des équipes (38 %) ainsi qu'un regain de moral (37 %) parmi les principaux bénéfices de ces activités.

« Le dernier *Indice* montre que les occasions offertes aux employé(e)s de créer des liens significatifs peuvent avoir des retombées durables sur le milieu de travail, explique Heather Haslam, vice-présidente du marketing chez ADP Canada. Même si les activités sociales demeurent relativement rares pour bon nombre de travailleurs, ces instants favorisent systématiquement le renforcement des liens entre collègues, le sentiment d'appartenance, une meilleure collaboration et un moral accru. Alors que les organisations cherchent à attirer et à fidéliser les talents, favoriser des liens authentiques entre les membres des équipes constitue une façon simple, mais efficace, de renforcer l'engagement des employés et de contribuer à une culture organisationnelle plus positive. »

Faits saillants de l'*Indice de bonheur au travail* de juillet 2026

- **Score national de bonheur au travail** : 6,8/10 (-0,1) *
- **Ventilation des indicateurs**
  - **Indicateur primaire** : 7,0/10 (NC) *
  - **Indicateurs secondaires :**
    - Équilibre travail-vie personnelle et flexibilité: 7,0/10 (NC) *
    - Reconnaissance et soutien: 6,7/10 (-0,1)*
    - Rémunération et avantages sociaux : 6,3/10 (-0,1) *
    - Options d'avancement de carrière : 6,3/10 (NC) *

L'*Indice* révèle que près de la moitié (46 %) des travailleurs au Canada se disent satisfaits de leurs rôles et responsabilités actuels. L'*équilibre travail-vie personnelle et la flexibilité*demeure le principal facteur contribuant à la satisfaction globale.

Les baby-boomers (7,4/10) restent la génération la plus heureuse ce mois-ci, tandis que la génération Z (6,7/10) affiche le niveau de bonheur le plus faible. Le Québec, l'Ontario, la Colombie-Britannique et le Canada Atlantique (6,9/10) arrivent en tête du classement, alors que l'Alberta (6,5/10) recule de 0,1 point par rapport au mois dernier et reste la région la moins bien classée en juillet.

Score national de bonheur au travail : aperçu générationnel

- **Baby-boomers (62+) :** 7,4/10 (+0,2) *
- **Les milléniaux (30-45) :** 6,8/10 (NC) *
- **La génération X (46-61) :** 6,8/10 (NC) *
- **La génération Z (18-29) :** 6,7/10 (-0,2) *

Aperçu des scores régionaux de bonheur au travail

- **Québec :** 6,9/10 (-0,1) *
- **Colombie-Britannique** : 6,9/10 (+0,1) *
- **Ontario** : 6,9/10 (NC) *
- **Canada Atlantique :** 6,9/10 (+0,1) *
- **Sask./Manitoba** : 6,8/10 (-0,1) *
- **Alberta :** 6,5/10 (-0,1)*

À propos de la méthodologie de l'*Indice de bonheur au travail*

L'*Indice de bonheur au travail* est mesuré mensuellement au moyen d'un sondage administré par Harris Poll Canada au nom d'ADP Canada Cie. L'enquête est menée au cours de la première semaine de chaque mois déclaré à des fins de cohérence et demande à plus de 1 822 adultes canadiens employés sélectionnés au hasard (y compris des employés et des travailleurs indépendants) qui sont des panélistes en ligne d'évaluer une série de facteurs liés au lieu de travail, sur une échelle de 1 à 10. Les écarts dans ou entre les totaux par rapport aux tableaux de données sont dus à l'arrondissement.

Les résultats sont pondérés selon l'éducation, l'âge, le genre et la région (et au Québec, la langue) pour correspondre à la population, selon les données du recensement. Il s'agit de s'assurer que l'échantillon est représentatif de l'ensemble de la population adulte du Canada. À des fins de comparaison, un échantillon probabiliste de cette taille a une marge d'erreur estimée (qui mesure la variabilité d'échantillonnage) de +/- 2,3 %, 19 fois sur 20.

L'Indice continuera d'être publié le dernier mercredi du mois, les prochains résultats devant être publiés le mercredi 26 août 2026.

---

https://centredepresse.adp.ca/2026-07-29-Indice-de-bonheur-au-travail-dADP-Canada-le-bonheur-des-travailleurs-sessouffle-en-ce-debut-dete