

## POUR DIFFUSION IMMÉDIATE FOR IMMEDIATE RELEASE

### Données du sondage du Nouvel An : principaux constats

#### NATIONAL

- Près de sept Canadiens sur dix (69 %) considèrent le début de la nouvelle année comme une occasion de prendre un nouveau départ.
- De plus, 68 % des Canadiens ne prennent pas de résolutions du Nouvel An.
- Plus de la moitié des Canadiens (53 %) sont d'avis qu'il est important de se fixer des objectifs au début de la nouvelle année.
- Les trois quarts (73 %) des Canadiens avouent qu'ils finissent par abandonner leurs résolutions.
- Parmi ceux qui ne prennent pas de résolutions, 28 % trouvent que prendre des résolutions est plus une tradition ou une mode qu'un engagement ferme.
- Plus des deux tiers des Canadiens (67 %) soulignent qu'ils seraient plus enclins à exprimer des intentions s'ils savaient leurs intentions plus faciles à réaliser en cours d'année.
- Plus de huit Canadiens sur dix (83 %) sont d'accord qu'il est important d'être bien outillé pour atteindre ses objectifs; la majorité (61 %) souhaite en savoir plus sur l'aide offerte dans leur communauté pour réaliser leurs objectifs.
- Près de neuf Canadiens sur dix (88 %) conviennent qu'ils sont à la recherche de moyens pour améliorer leur bien-être. Parmi ceux qui sont susceptibles d'exprimer une intention du Nouvel An, l'intention la plus populaire est de mener une vie plus saine (65 %). D'autres intentions ont été relevées, dont mettre l'accent sur le positif (53 %), passer du temps en famille et entre amis (40 %), rester fidèle à soi-même (37 %) et faire de nouveaux apprentissages (37 %).
- Un peu plus de la moitié (53 %) des Canadiens atteindrait probablement leurs objectifs s'ils les fixaient avec un compagnon ou une compagne, et les femmes sont beaucoup plus susceptibles (56 %) d'être en accord avec cette affirmation que les hommes (49 %).

#### COLOMBIE-BRITANNIQUE

- Parmi les Canadiens qui expriment une intention du Nouvel An, les Britanno-Colombiens sont le deuxième groupe le plus susceptible de mettre l'accent sur l'adoption d'un mode de vie sain (71 %), comparé aux résidents des autres régions du Canada.
- Parmi les Canadiens qui ne tiennent pas leurs résolutions du Nouvel An, les Britanno-Colombiens (31 %) sont plus susceptibles que les Canadiens des provinces de l'Atlantique (21 %) de dire qu'ils ne les ont pas tenues, car ils se fixent aussi des objectifs personnels au courant de l'année.
  - Grand Vancouver : les résidents du Grand Vancouver qui sont susceptibles d'exprimer une intention du Nouvel An sont parmi ceux qui sont les plus susceptibles de mettre l'accent sur un mode de vie sain (76 %).
- Intentions les plus populaires : 1. Adopter un mode de vie sain, 2. Mettre l'accent sur le positif, 3. Passer du temps en famille et entre amis.

#### ALBERTA

- Parmi ceux qui ne tiennent pas leurs résolutions du Nouvel An, les Albertains (33 %) forment le deuxième groupe le plus susceptible, comparé aux autres régions du Canada, de dire qu'ils ne les ont pas tenues, car « prendre des résolutions relève plus d'une mode et de la tradition que d'un engagement ferme. »
- Parmi ceux qui expriment des intentions du Nouvel An, plus d'Albertains (72 %) mettent l'accent sur l'adoption d'un mode de vie sain que n'importe quelle autre région au Canada.
- La tendance semble démontrer que les Albertains (41 %), ainsi que les résidents du Manitoba et de la Saskatchewan (41 %), sont plus susceptibles que ceux des autres régions du Canada de mettre l'accent sur l'intention de « faire de nouveaux apprentissages ».
- Intentions les plus populaires : 1. Adopter un mode de vie sain, 2. Mettre l'accent sur le positif, 3. Faire de nouveaux apprentissages.

## POUR DIFFUSION IMMÉDIATE FOR IMMEDIATE RELEASE

### MANITOBA/SASKATCHEWAN

- Parmi les Canadiens qui ne tiennent pas leurs résolutions du Nouvel An, la tendance indique que les résidents de la Saskatchewan et du Manitoba (35 %) sont plus susceptibles que ceux des autres régions du Canada de ne pas tenir leurs résolutions, car « prendre des résolutions est plus une tradition ou une mode qu'un engagement ferme. »
- Parmi les Canadiens qui exprimeront des intentions du Nouvel An, la tendance indique que les résidents de la Saskatchewan et du Manitoba sont plus susceptibles d'établir des objectifs liés à « passer du temps en famille et entre amis » (51 %) et « faire de nouveaux apprentissages » (41 %) comparés aux autres régions du Canada.
- Intentions les plus populaires : 1. Adopter un mode de vie sain, 2. Mettre l'accent sur le positif, 3. Passer du temps en famille et entre amis.

### ONTARIO

- Parmi ceux qui établissent des intentions du Nouvel An, la tendance indique que les Ontariens sont plus susceptibles d'établir des objectifs liés à « rester fidèle à soi-même » (41 %) comparés aux autres régions du Canada.
  - Les résidents de la région du Grand Toronto qui exprimeront des intentions du Nouvel An sont, selon la tendance, plus susceptibles de mettre l'accent sur le positif (68 %) que les autres régions du Canada.
  - La tendance montre que les résidents de la région du Grand Toronto (73 %) sont plus susceptibles d'envisager le début d'une année comme l'occasion de prendre un nouveau départ que ceux du Grand Vancouver (69 %), du Grand Montréal (72 %) et de la Nouvelle-Écosse (65 %).
- Intentions les plus populaires : 1. Adopter un mode de vie sain, 2. Mettre l'accent sur le positif, 3. Passer du temps en famille et entre amis et rester fidèle à soi-même.

### QUÉBEC

- Les résidents du Québec sont les plus susceptibles (44 %) de prendre des résolutions du Nouvel An, comparé à la Colombie-Britannique (25 %), l'Alberta (23 %), le Manitoba et la Saskatchewan (33 %), l'Ontario (29 %) et les provinces de l'Atlantique (27 %).
- Les Québécois qui prennent des résolutions sont les plus susceptibles de les tenir (37 %), comparés aux résidents de l'Alberta (15 %), la Saskatchewan, le Manitoba (19 %) et l'Ontario (22 %).
- Les Québécois sont plus susceptibles de considérer le début d'une année comme l'occasion de prendre un nouveau départ (74 %) comparés aux résidents de la Colombie-Britannique (64 %), l'Alberta (63 %) et l'Ontario (67 %).
  - Région métropolitaine de Montréal : parmi ceux qui ne tiennent pas leurs résolutions du Nouvel An, les résidents de la région métropolitaine de Montréal (22 %) sont plus susceptibles que les résidents de la région du Grand Toronto (8 %) de le justifier par le « manque de volonté ».
  - Les résidents du Grand Montréal sont plus susceptibles d'être « fortement en accord » (37 %) avec l'énoncé « afin d'atteindre mes objectifs, il est important d'avoir le bon équipement et les bons outils », comparé aux résidents du Grand Vancouver (22 %).
- Intentions les plus populaires : 1. Adopter un mode de vie sain, 2. Mettre l'accent sur le positif, 3. Rester fidèle à soi-même.

### PROVINCES DE L'ATLANTIQUE

- La tendance semble indiquer que les résidents des provinces de l'Atlantique (75 %) sont plus susceptibles d'exprimer des intentions du Nouvel An comparé à ceux des autres régions du Canada.
- Elle semble aussi indiquer que les résidents des provinces de l'Atlantique sont aussi plus susceptibles de souhaiter en savoir plus sur l'aide offerte dans leur communauté pour réaliser leurs objectifs (67 %).
- Intentions les plus populaires : 1. Adopter un mode de vie sain, 2. Mettre l'accent sur le positif, 3. Passer du temps en famille et entre amis.