

Léger

Édition 2026

La ville du bonheur

le **journal** de
montréal

le **journal**
de **québec**

TVA
NOUVELLES

Date : 10 / 08 / 2026



Ce rapport dresse un état des lieux du bonheur tel que perçu par les citoyen·ne·s du Canada et des États-Unis. Fondé sur un vaste échantillon représentatif, il met en lumière les dynamiques régionales, générationnelles et sociales qui façonnent le mieux-être en 2026.

MÉTHODE

Un sondage Web a été réalisé auprès de **63 710 Canadien·ne·s, dont 30 830 répondant·e·s au Québec, et auprès de 6 408 Américain·e·s**, âgé·e·s de 18 ans et plus pouvant s’exprimer en français ou en anglais.

Il est à noter que les questions qui n’ont pas été utilisées dans le calcul du palmarès ont été posées dans le cadre des sondages omnibus menés du 26 au 28 juin 2026 auprès d’échantillons représentatifs de **1 528 Canadiens** et de **1 015 Américains**.

QUAND ?

Les données ont été recueillies via LEO, le panel propriétaire de Léger, du 9 au 29 juin 2026.

MARGE D’ERREUR

Canada : Bien qu’il ne soit pas possible de calculer une marge d’erreur pour un échantillon Web non probabiliste, à titre comparatif, un échantillon probabiliste de 63 710 personnes aurait une marge d’erreur maximale de ± 0,39 %, 19 fois sur 20.

Québec : Bien qu’il ne soit pas possible de calculer une marge d’erreur pour un échantillon Web, à titre comparatif, la marge d’erreur maximale pour un échantillon de 30 830 répondants est de ± 0,56 %, et ce 19 fois sur 20.

États-Unis : Bien qu’il ne soit pas possible de calculer une marge d’erreur pour un échantillon Web, à titre comparatif, la marge d’erreur maximale pour un échantillon de 6 408 répondants est de ± 1,2 %, et ce 19 fois sur 20.

PONDÉRATION

Les résultats ont été pondérés **en fonction du genre, de l’âge, et de la région (provinces pour le Canada et états pour les États-Unis)** afin d’assurer un échantillon représentatif de la population.

COMPARAISON

Lorsque possible, les résultats de 2026 ont été comparés avec les résultats de l’édition 2025 (Sondage Web réalisé du 31 mars au 13 avril 2025 auprès de 39 841 Canadien·ne·s, dont 19 895 Québécois·e·s). La portion américaine du sondage est une nouveauté en 2026.

Notes

Différences significatives

Les nombres dans les tableaux en caractères **rouges** indiquent une différence significative statistiquement **inférieure** par rapport au complément, alors que les nombres en caractères **verts** indiquent une différence significative statistiquement **supérieure** par rapport au complément.

Les résultats présentant des différences significatives et pertinentes sont indiqués dans une zone de texte à côté de la présentation des résultats globaux.

Arrondissement des données

Les données présentées ont été arrondies. Par conséquent, il est possible que les totaux diffèrent légèrement de 100 % ou de la somme des parties.

Conversion de la moyenne

Pour fins d’analyse et de présentation, la moyenne des réponses a été convertie sur une échelle de 100. Ainsi, une note de 1 correspond à 10/100, une note de 10 correspond à 100/100, et ainsi de suite.

À retenir du rapport 2026 :

1

Saint-Sauveur est la ville du bonheur au Québec

Avec un indice de bonheur de 82,0 sur 100, Saint-Sauveur arrive en tête des villes québécoises mesurées en 2026, devant Prévost (81,0) et Lavaltrie (79,8).

2

Les Québécois toujours les plus heureux

Le Québec affiche un indice de bonheur de 74,5, contre 69,3 dans le reste du Canada, ainsi qu'un niveau d'optimisme supérieur, soit 72,2 contre 66,6. Les Québécois sont aussi moins nombreux à se classer parmi les personnes malheureuses, 22 % contre 33 %.

3

Avec un niveau de bonheur en hausse en 2026

Au Québec, l'indice de bonheur atteint 74,5 sur 100, en hausse de 2,1 points par rapport à 2025. Cette progression s'observe également dans l'ensemble du Canada, où l'indice augmente de 1,8 point.

4

Malgré les pressions financières, les principaux ancrages du bonheur demeurent largement non économiques

Le coût de la vie et les pressions financières pèsent lourd sur le bien-être, mais ce sont d'abord la famille, la vie personnelle et la santé qui contribuent le plus au bonheur. Au Canada, au Québec et aux États-Unis, ces trois dimensions arrivent largement devant le travail, les loisirs ou les voyages.

5

Une ville heureuse, c'est d'abord une ville où l'on se sent bien au quotidien

La sécurité, l'accès à la nature et la qualité de la vie de quartier ressortent comme les principaux ingrédients du bonheur municipal. Les infrastructures, le transport ou l'offre d'activités arrivent plus loin, ce qui suggère que l'expérience vécue du milieu compte davantage que la seule offre de services.

6

Les plus âgés demeurent les plus heureux, mais ce sont les jeunes qui progressent le plus

Les 55 ans et plus affichent de loin le niveau de bonheur le plus élevé au Québec et dans l'ensemble du Canada. Au Québec, les 18 à 24 ans enregistrent la plus forte hausse depuis 2025, à +3,3 points, un signe encourageant malgré un écart générationnel qui demeure important.

En 2026, le bonheur résiste, sans jamais être acquis

Les résultats montrent qu'au-delà des chiffres, le bonheur repose sur des dimensions profondément humaines : prendre soin de sa santé, préserver ses liens, et vivre dans un milieu sécuritaire. Ils rappellent aussi que certains défis communs, notamment les pressions financières et l'incertitude face à l'avenir, continuent de peser sur le bien-être de la population. C'est donc collectivement, comme individus, comme communautés et comme société, que nous pouvons faire de cette progression un mieux-être durable.

Les palmarès 2026 du bonheur déclaré

Le Québec se distingue à plusieurs niveaux : il arrive au 1er rang des provinces canadiennes, tandis que Montréal se classe première parmi les 10 plus grandes villes du Canada. À l'échelle québécoise, Saint-Sauveur, Prévost et Lavaltrie arrivent en tête des villes mesurées selon l'indice de bonheur déclaré.

Top 3 parmi les villes québécoises mesurées

Ville	IBL
Saint-Sauveur	82,0
Prévost	81,0
Lavaltrie	79,8

Top 3 parmi les provinces canadiennes

Province	IBL
Québec	74,5
Terre-Neuve-et-Labrador	71,0
Nouveau-Brunswick	70,3

Top 3 parmi les régions québécoises

Région	IBL
Côte-Nord	77,5
Saguenay–Lac-Saint-Jean	76,4
Lanaudière	76,2

Top 3 parmi les 10 plus grandes villes canadiennes

Ville	IBL
Montréal	72,5
Brampton	71,7
Toronto	69,4

Note : Les résultats présentent le niveau de bonheur déclaré. Pour faire partie du palmarès des villes québécoises, une ville devait compter un minimum de 50 répondants non pondérés; le n varie d'une ville à l'autre. Les écarts rapprochés entre certaines villes doivent être interprétés avec prudence.
Source : Palmarès 2026 du rapport — villes québécoises, régions, provinces canadiennes et 10 plus grandes villes du Canada.

1

Palmarès



Le palmarès des villes du bonheur au Québec

Rang	Villes	Niveau de bonheur (Indice sur 100)	Rang	Villes	Niveau de bonheur (Indice sur 100)	Rang	Villes	Niveau de bonheur (Indice sur 100)
1	Saint-Sauveur	82,0	31	Pont-Rouge	76,3	61	Mascouche	74,2
2	Prévost	81,0	32	Sainte-Marthe-sur-le-Lac	76,3	62	Sainte-Thérèse	74,1
3	Lavaltrie	79,8	33	Terrebonne	76,3	63	Shawinigan	74,1
4	Candiac	79,5	34	Rivière-du-Loup	76,2	64	Joliette	74,0
5	Saint-Lazare	79,4	35	Saint-Basile-le-Grand	76,2	65	Saint-Jérôme	74,0
6	Varenes	79,3	36	Boucherville	76,2	66	Saint-Bruno-de-Montarville	73,8
7	Repentigny	78,8	37	Sainte-Julie	76,0	67	Saint-Eustache	73,7
8	Saint-Augustin-de-Desmaures	78,6	38	Boisbriand	75,9	68	Saint-Colomban	73,7
9	Sainte-Catherine	78,4	39	Chambly	75,9	69	Sorel-Tracy	73,6
10	Saint-Lin-Laurentides	78,3	40	Saguenay	75,8	70	Deux-Montagnes	73,2
11	Magog	78,1	41	Sainte-Adèle	75,7	71	Rawdon	73,1
12	Vaudreuil-Dorion	78,1	42	Beloeil	75,7	72	Gatineau	72,9
13	Saint-Georges	78,0	43	Mont-Saint-Hilaire	75,6	73	Brossard	72,9
14	La Tuque	77,8	44	Saint-Jean-sur-Richelieu	75,5	74	Montréal	72,5
15	Saint-Constant	77,8	45	Lachute	75,5	75	Longueuil	72,4
16	Blainville	77,7	46	Québec	75,4	76	Montmagny	72,2
17	Rimouski	77,6	47	Sherbrooke	75,4	77	Victoriaville	72,0
18	Gaspé	77,4	48	Salaberry-de-Valleyfield	75,4	78	Thetford Mines	71,9
19	Alma	77,3	49	Granby	75,3	79	Sainte-Sophie	71,9
20	Sept-Îles	77,2	50	Sainte-Julienne	75,3	80	Laval	71,6
21	Saint-Charles-Borromée	77,2	51	Kirkland	75,2	81	Dorval	71,3
22	Drummondville	76,8	52	Rouyn-Noranda	75,2	82	Châteauguay	71,0
23	Cowansville	76,8	53	Pointe-Claire	75,1	83	Côte-Saint-Luc	70,9
24	Saint-Raymond	76,7	54	Sainte-Anne-des-Plaines	75,1	84	Dollard-Des Ormeaux	70,7
25	Rosemère	76,6	55	Sainte-Marie	75,1	85	Val-d'Or	69,3
26	La Prairie	76,6	56	Saint-Hyacinthe	75,0			
27	Beauharnois	76,5	57	L'Assomption	74,9			
28	Lévis	76,5	58	Mirabel	74,8			
29	Saint-Lambert	76,4	59	Trois-Rivières	74,7			
30	Bécancour	76,4	60	L'Ancienne-Lorette	74,6			

**Indice moyen
au Québec,
74,5 sur 100**



Le palmarès des villes du Québec à travers le temps

Le 12^e baromètre des villes

Année	Ville #1	Indice du niveau de bonheur
2007	Repentigny	79,4
2008	Sainte-Julie	80,3
2009	Sainte-Julie	82,7
2010	Repentigny	80,9
2011	Sainte-Julie	79,2
2012	Rimouski	80,0
2013	Rimouski	82,1
2014	Sainte-Julie	83,2
2019	Varennnes	79,2
2021	Shefford	81,9
2025	Saint-Augustin-de-Desmaures	78,8
2026	Saint-Sauveur	82,0



Le palmarès des régions du Québec

Indice du niveau de bonheur moyen (sur 100)

Rang	Région administrative	Indice sur 100 2026	Indice sur 100 2025	Écart 2026-2025
1	Côte-Nord	77,5	75,4	+2,1
2	Saguenay-Lac-Saint-Jean	76,4	73,0	+3,4
3	Lanaudière	76,2	73,4	+2,8
4	Centre-du-Québec	75,8	73,2	+2,6
5	Chaudière-Appalaches	75,8	73,1	+2,7
6	Capitale-Nationale	75,7	73,5	+2,2
7	Bas-Saint-Laurent	75,6	73,0	+2,6
8	Laurentides	75,1	74,1	+1
9	Mauricie	75,1	74,4	+0,7
10	Montérégie	74,8	72,9	+1,9
11	Estrie	74,4	73,1	+1,3
12	Abitibi-Témiscamingue	73,7	69,7	+4
13	Outaouais	73,7	73,6	+0,1
14	Gaspésie/Îles-de-la-Madeleine	73,2	72,3	+0,9
15	Montréal	72,5	69,4	+3,1
16	Laval	71,6	70,2	+1,4
Province du Québec (moyenne provinciale)		74,5	72,4	+2,1

Indice moyen au Québec,
74,5 sur 100



Le palmarès des grandes villes* du Québec

Indice du niveau de bonheur moyen (sur 100)

#	Grandes villes*	Indice 2026	Indice 2025	Écart 2026-2025	Rang Palmarès 2026
1	Lévis	76,5	73,6	+2,9	28
2	Terrebonne	76,2	73,0	+3,2	33
3	Saguenay	75,7	73,5	+2,2	40
4	Saint-Jean-sur-Richelieu	75,5	71,5	+4	44
5	Québec	75,4	73,0	+2,4	46
6	Sherbrooke	75,4	72,6	+2,8	47
7	Trois-Rivières	74,6	73,5	+1,1	59
8	Gatineau	72,9	73,3	-0,4	72
9	Montréal	72,5	69,4	+3,1	74
10	Longueuil	72,5	72,7	-0,2	75
11	Laval	71,8	70,2	+1,6	80

Indice moyen au Québec, 74,5 sur 100

*Les villes de plus de 100,000 habitants sont considérées comme de grandes villes.

Le palmarès des générations au Québec



Indice du niveau de bonheur moyen (sur 100)

Groupe d'âge	Écart 2026-2025	Indice 2026	Indice 2025	Indice 2021	Indice 2020	Indice 2014	Indice 2011	Indice 2008
18-24 ans	+3,3	72,0	68,7	63,1	71,2	73,2	76,6	79,9
25-34 ans	+2,3	72,1	69,8	67,9	74,5	76,9	77,8	77,7
35-44 ans	+2,4	71,7	69,3	67,8	75,6	75,6	77,0	78,9
45-54 ans	+2,2	71,6	69,4	69,6	77,6	75,7	79,2	76,7
55 et +	+1,8	77,9	76,1	73,2	78,8	77,9	79,2	79,8
Total	+2,1	74,5	72,4	69,7	74,4	75,9	77,8	78,9

Le palmarès des provinces canadiennes



Indice du niveau de bonheur moyen (sur 100)

Rang	Province	Indice sur 100 2026	Indice sur 100 2025	Écart 2026-2025
1	Québec	74,5	72,4	+2,1
2	Terre-Neuve	71,0	69,5	+1,5
3	Nouveau-Brunswick	70,3	70,2	+0,1
4	Saskatchewan	69,8	68,5	+1,3
5	Ontario	69,6	67,2	+2,4
6	Manitoba	69,3	66,7	+2,6
7	Colombie-Britannique	69,0	68,0	+1
8	Alberta	68,5	68,0	+0,5
9	Nouvelle-Écosse	67,7	68,2	-0,5
10	Île-du-Prince-Édouard	67,6	66,5	+1,1
Canada (Indice moyen)		70,5	68,7	+1,8

Indice moyen au Canada,
70,5 sur 100

Le palmarès, top 10 des plus grandes villes du Canada*

Indice du niveau de bonheur moyen (sur 100)

Rang	Les 10 plus grandes villes du Canada	Indice sur 100 2026	Indice sur 100 2025	Écart 2026-2025
1	Montréal (Québec)	72,5	69,4	+3,1
2	Brampton (Ontario)	71,7	66,7	+5
3	Toronto (Ontario)	69,4	65,8	+3,6
4	Vancouver (Colombie-Britannique)	69,0	66,3	+2,7
5	Hamilton (Ontario)	68,7	67,5	+1,2
6	Mississauga (Ontario)	68,7	70,3	-1,6
7	Calgary (Alberta)	68,6	67,4	+1,2
8	Ottawa (Ontario)	68,3	66,4	+1,9
9	Edmonton (Alberta)	67,7	66,3	+1,4
10	Winnipeg (Manitoba)	67,2	65,9	+1,3
Canada (moyenne nationale)		70,5	68,7	+1,8

Indice moyen au Canada, 70,5 sur 100

*Les 10 plus grandes villes du Canada selon les estimations de Statistique Canada au 1er juillet 2023.

Le palmarès des états américains*

Indice du niveau de bonheur moyen (sur 100)

Rang	État	Indice sur 100 2026	Rang	État	Indice sur 100 2026	Rang	État	Indice sur 100 2026
1	Florida	75,3	13	Wisconsin	70,9	25	Ohio	66,7
2	Kansas	74,5	14	Oklahoma	70,3	26	Alabama	66,7
3	New Jersey	74,4	15	Tennessee	70,2	27	Nevada	66,0
4	Arizona	73,1	16	Illinois	70,1	28	Iowa	65,6
5	Virginia	73,1	17	North Carolina	69,9	29	Kentucky	65,4
6	South Carolina	72,9	18	Colorado	69,7	30	Michigan	65,3
7	Texas	72,7	19	Arkansas	69,6	31	Oregon	65,3
8	Pennsylvania	72,1	20	California	69,1	32	Indiana	64,3
9	Connecticut	71,9	21	Minnesota	68,7	33	Maryland	63,7
10	New York	71,5	22	Mississippi	68,5	34	Missouri	63,0
11	Louisiana	71,4	23	Massachusetts	67,5	35	West Virginia	62,5
12	Georgia	71,2	24	Washington	66,7			

Indice moyen aux États-Unis, 70,0 sur 100

*Les états qui ne figurent pas dans le palmarès ont été exclus en raison d'un nombre de répondants insuffisant pour permettre une interprétation statistiquement fiable des résultats.

Le Québec se distingue du reste du Canada

QUÉBEC

Un niveau de bonheur
nettement plus élevé

74,5

NIVEAU DE BONHEUR

Reste du Canada: 69,3

1er

au classement
des provinces

Un optimisme plus élevé

QUÉBEC

72,2

RESTE DU CANADA

66,6

Moins de Québécois
se disent malheureux

22 %

33 %

Les palmarès 2026 du bonheur déclaré

En 2026, le Québec affiche le niveau de bonheur déclaré le plus élevé parmi les territoires mesurés, devant le Canada et les États-Unis. Au cours des 12 derniers mois, la stabilité demeure la situation la plus fréquente dans les trois territoires sondés, tandis que les États-Unis se distinguent par davantage de mouvements, tant à la hausse qu'à la baisse.



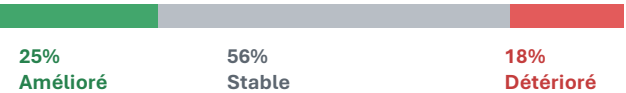
Québec

Indice 2026

74,5 / 100

+2,1 points vs 2025

Évolution du bonheur déclaré au cours des 12 derniers mois



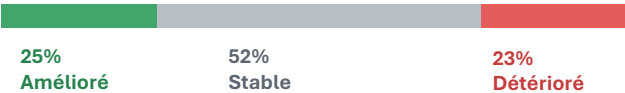
Canada

Indice 2026

70,5 / 100

+1,8 point vs 2025

Évolution du bonheur déclaré au cours des 12 derniers mois



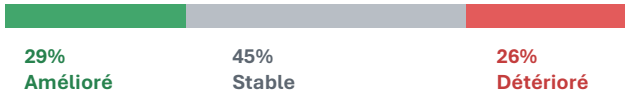
États-Unis

Indice 2026

70,0 / 100

Nouvelle mesure 2026

Évolution du bonheur déclaré au cours des 12 derniers mois

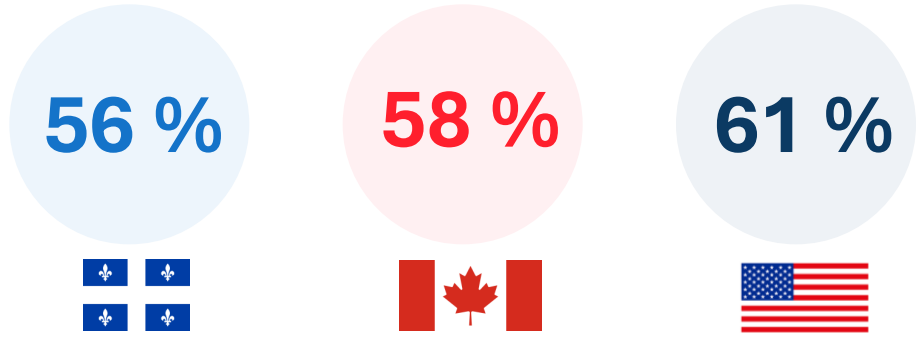


Les principaux freins au bonheur en 2026

Le coût de la vie demeure le principal obstacle au bonheur

Le coût de la vie nuit au bonheur de plus d'une personne sur deux

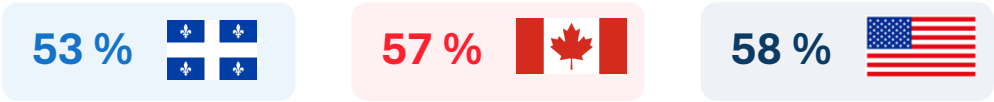
PART DES RÉPONDANTS



Part des répondants affirmant que le coût de la vie nuit actuellement à leur bonheur.

Les pressions financières arrivent au premier rang des sources de pression

Coût de la vie, logement, dettes, revenus et avenir financier



Les principales sources de pression

	Québec	Canada	États-Unis
Pressions financières	53%	57%	58%
Santé physique	37%	32%	33%
Santé mentale	18%	23%	26%
Incertitude face à l'avenir	22%	23%	21%

À RETENIR

En 2026, le bonheur est fortement influencé par les conditions économiques. Le coût de la vie et les pressions financières constituent, de loin, les principaux obstacles au mieux-être au Québec, au Canada et aux États-Unis.

Note : résultats déclarés. Question posée dans le cadre de l’omnibus canadien de Léger, mené du 26 au 28 juin 2026 auprès de 1 528 Canadien-ne-s et de 1 015 Américain-e-s.

Ce qui contribue au bonheur dans une municipalité

Dans leur municipalité, les Canadien·ne·s associent d’abord leur bonheur à des conditions très concrètes : se sentir en sécurité, avoir accès à des espaces verts et profiter d’une vie de quartier de qualité. Le bonheur municipal ne repose donc pas seulement sur l’offre de services, mais aussi sur le sentiment de bien vivre dans son milieu.



Ce qui contribue au bonheur personnel

Avant même les loisirs, les voyages ou la vie professionnelle, le bonheur personnel repose d’abord sur les liens proches et les conditions de vie intime. Au Canada, au Québec et aux États-Unis, la famille, la vie personnelle et la santé arrivent en tête des facteurs qui contribuent le plus au bonheur.

Québec

Les trois principaux facteurs

Facteur	Résultat
Ma famille	65 %
Ma vie personnelle	59 %
Ma santé	51 %

Canada

Les trois principaux facteurs

Facteur	Résultat
Ma famille	62 %
Ma vie personnelle	59 %
Ma santé	46 %

États-Unis

Les trois principaux facteurs

Facteur	Résultat
Ma famille	62 %
Ma vie personnelle	61 %
Ma santé	47 %

À retenir

Le bonheur déclaré est d’abord ancré dans la sphère personnelle : les relations familiales, l’équilibre de vie et la santé comptent davantage que la vie professionnelle, les loisirs ou les voyages.

Note : Question posée dans le cadre de l’omnibus canadien de Léger, mené du 26 au 28 juin 2026 auprès de 1 528 Canadien-ne-s. Les répondant-e-s pouvaient choisir jusqu’à trois réponses; le total peut donc excéder 100 %. Les résultats présentent des perceptions déclarées.

2



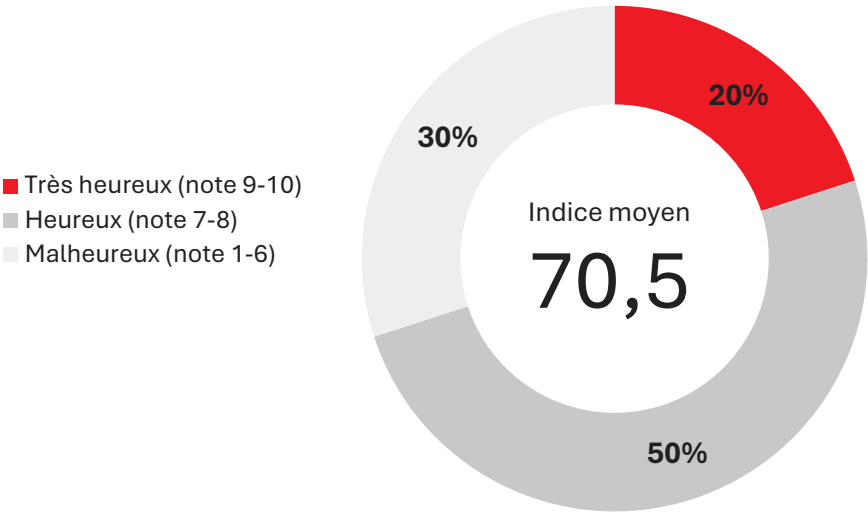
Niveau de bonheur
des **Canadien·ne·s**

Niveau de bonheur des **Canadien·ne·s**

Les Canadien·ne·s donnent en moyenne une note de **70,5 sur 100 à leur niveau de bonheur**. Une majorité dit que leur niveau de bonheur est resté le même (52%) ou s’est amélioré (25%). Toutefois, 23% affirment que leur niveau de bonheur a diminué, une proportion qui est en diminution comparativement à 2025.

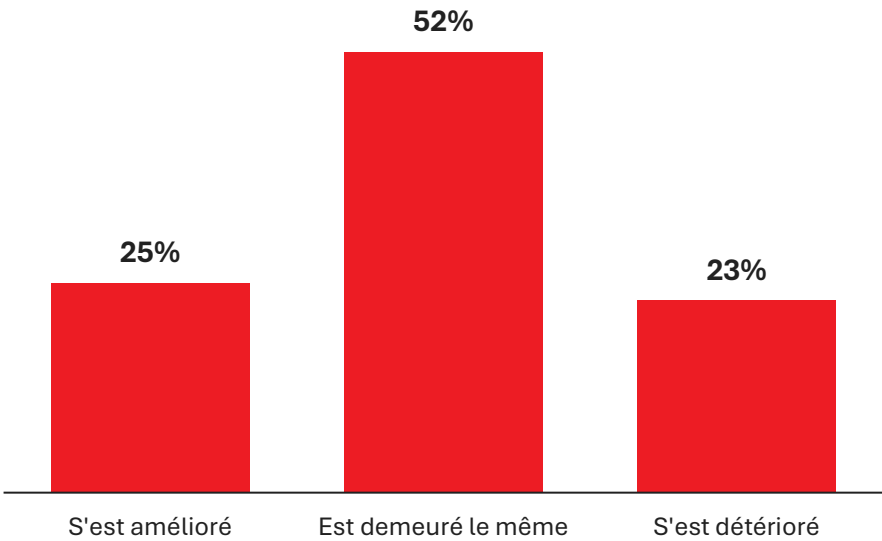
Sur une échelle de 1 à 10, comment évaluez-vous votre niveau de bonheur toutes choses considérées ?

Base: Tous les répondant·e·s : Canada, n= 63 710



Dans la dernière année, diriez-vous que votre état ou votre niveau de bonheur, s’est amélioré, est demeuré le même, s’est détérioré ?

Base: Tous les répondant·e·s : Canada, n= 63 710

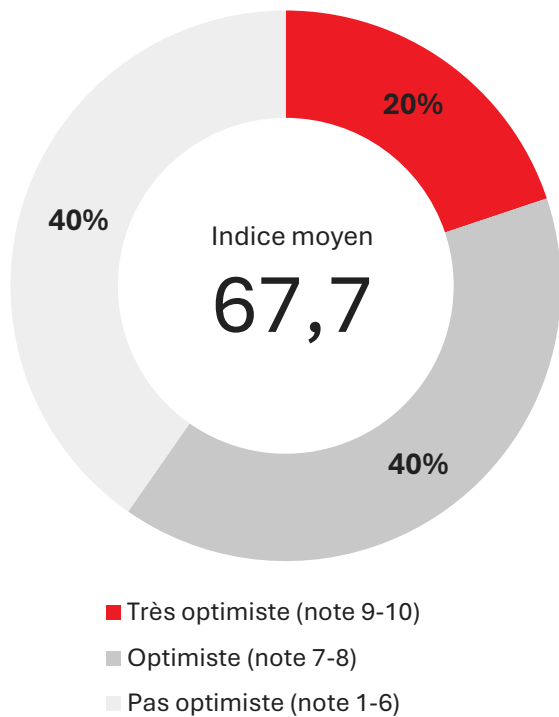


Niveau d’optimiste des **Canadien·ne·s** et principaux facteurs contribuant au bonheur

Les Canadien·ne·s donnent en moyenne une note de **67,7 sur 100 à leur niveau d’optimiste face à leur avenir**. Il est à noter que 40% des Canadien·ne·s ne sont pas optimiste face à leur avenir. En ce qui concerne les principaux facteurs qui contribuent au bonheur, la famille arrive en tête de liste.

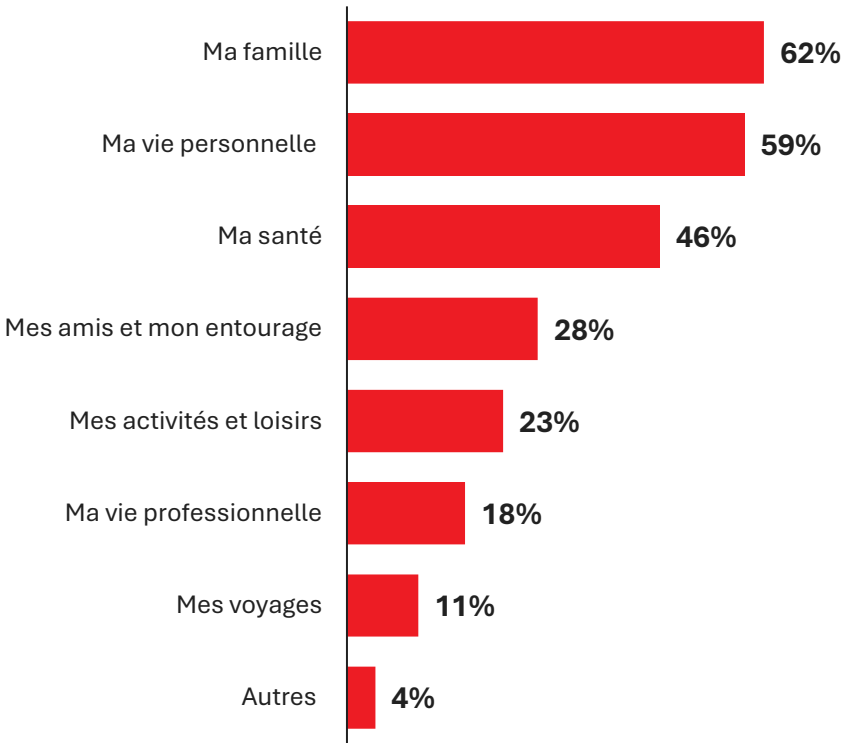
Sur une échelle de 1 à 10, à quel point êtes-vous optimiste face à votre avenir personnel?

Base: Tous les répondant·e·s : Canada, n= 1 528



Parmi les éléments suivants, lesquels contribuent le plus à votre bonheur personnel? *Maximum 3 réponses**

Base: Tous les répondant·e·s : Canada, n= 1 528



*Ces questions ont été posées dans le cadre de l’omnibus canadien de Léger, mené du 26 au 28 juin 2026 auprès d’un échantillon représentatif de 1 528 Canadiens. / Comme les répondants pouvaient donner plus d’une réponse, le total peut excéder 100%.

Principaux facteurs contribuant au bonheur dans leur municipalité des Canadien·ne·s

Le sentiment de sécurité, les espaces verts et la qualité de la vie de quartier sont les éléments qui contribuent le plus au bonheur des Canadien·ne·s dans leur municipalité.

Parmi les éléments suivants, lesquels contribuent le plus à votre bonheur dans votre municipalité? Maximum 3 réponses*

Base: Tous les répondant·e·s : Canada, n= 1 528



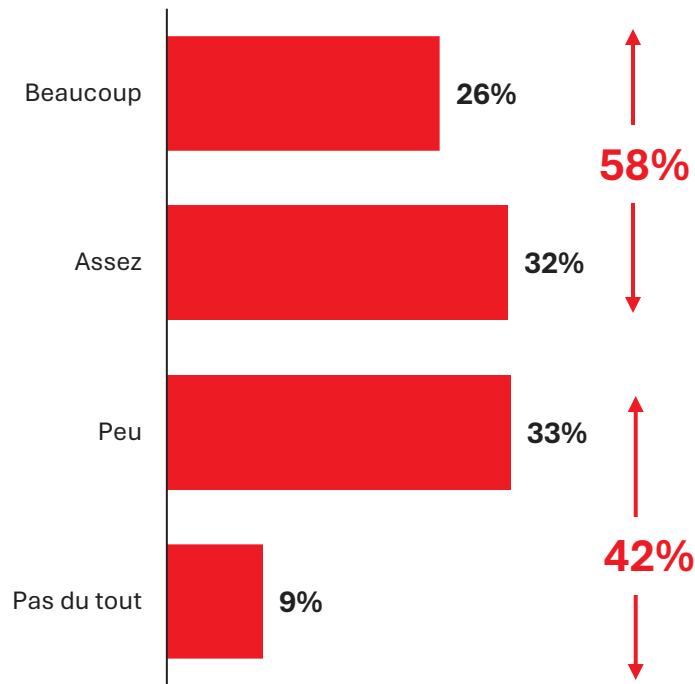
*Cette question a été posée dans le cadre de l'omnibus canadien de Léger, mené du 26 au 28 juin 2026 auprès d'un échantillon représentatif de 1 528 Canadiens. / Comme les répondants pouvaient donner plus d'une réponse, le total peut excéder 100%.

Impact du coût de la vie sur le bonheur des **Canadien·ne·s**

Près de 6 Canadien·ne·s sur dix affirment que le coût de la vie nuit à leur bonheur. Il s’agit d’ailleurs du facteur qui exerce le plus de pression sur le bonheur, avant la santé physique et mentale.

Dans quelle mesure le coût de la vie nuit-il actuellement à votre bonheur?

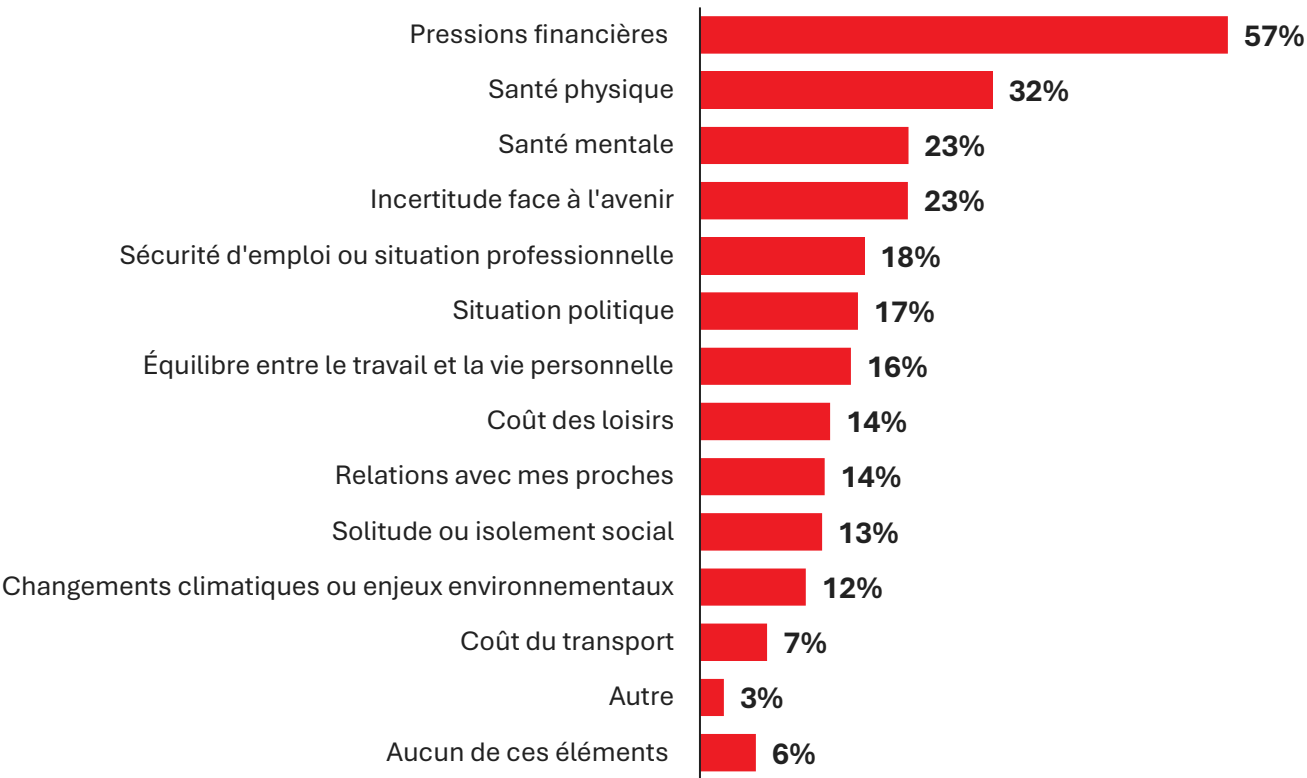
Base: Tous les répondant·e·s : Canada, n= 1 528



Parmi les éléments suivants, lesquels exercent le plus de pression sur votre bonheur?

Maximum 3 réponses*

Base: Tous les répondant·e·s : Canada, n= 1 528



*Cette question a été posée dans le cadre de l’omnibus canadien de Léger, mené du 26 au 28 juin 2026 auprès d’un échantillon représentatif de 1 528 Canadiens.

3



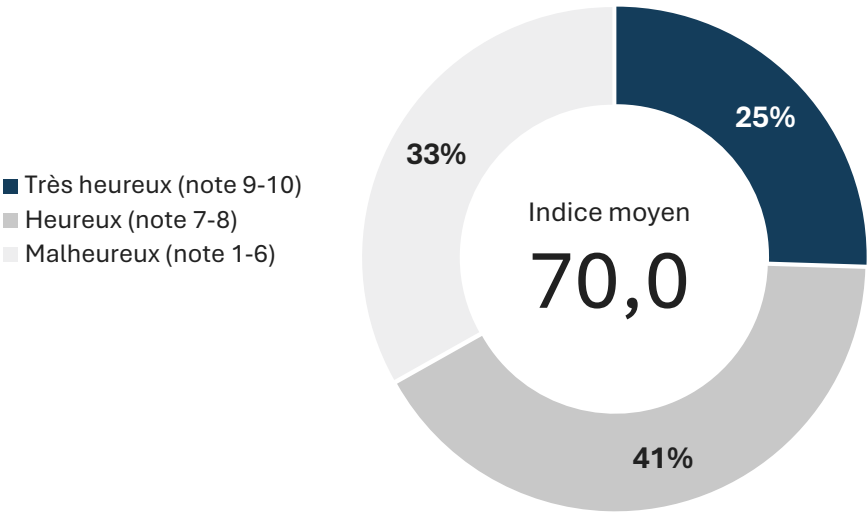
Niveau de bonheur
des **Américain·es**

Niveau de bonheur des Américain·e·s

Les Américain·es donnent en moyenne une note de 70,0 sur 100 à leur niveau de bonheur.
Près du tiers affirment que leur bonheur s’est amélioré au cours de la dernière année, tandis que 45% disent qu’il est demeuré stable et 26% qu’il s’est détérioré.

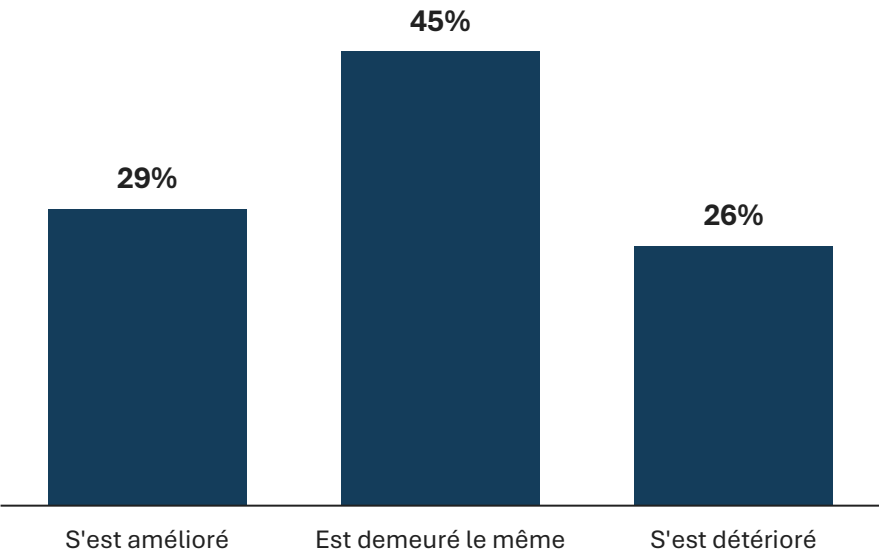
Sur une échelle de 1 à 10, comment évaluez-vous votre niveau de bonheur toutes choses considérées ?

Base: Tous les répondant·e·s : États-Unis, n= 6 480



Dans la dernière année, diriez-vous que votre état ou votre niveau de bonheur, s’est amélioré, est demeuré le même, s’est détérioré ?

Base: Tous les répondant·e·s : États-Unis, n = 6 480

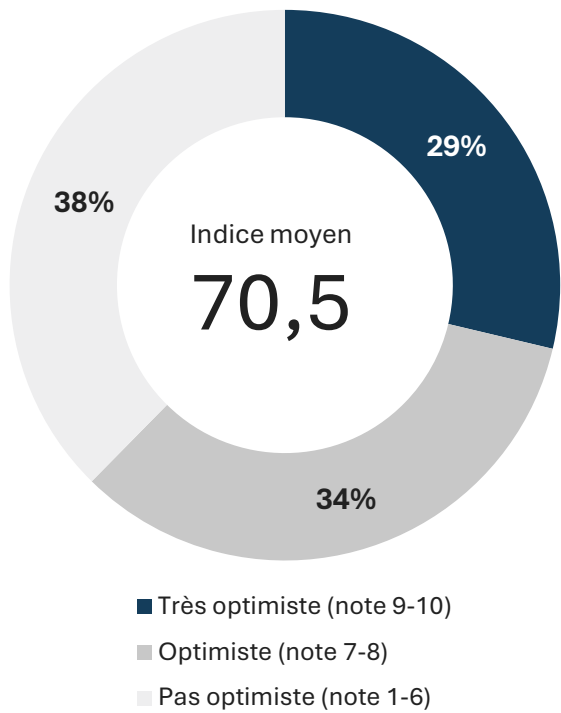


Niveau d’optimiste des Américain·e·s et principaux facteurs contribuant au bonheur

Les Américain·es donnent en moyenne une note de 70,5 sur 100 à leur niveau d’optimiste face à leur avenir. La famille arrive en tête de liste comme étant l’élément qui contribue le plus au bonheur, presque’à égalité avec la vie personnelle.

Sur une échelle de 1 à 10, à quel point êtes-vous optimiste face à votre avenir personnel?

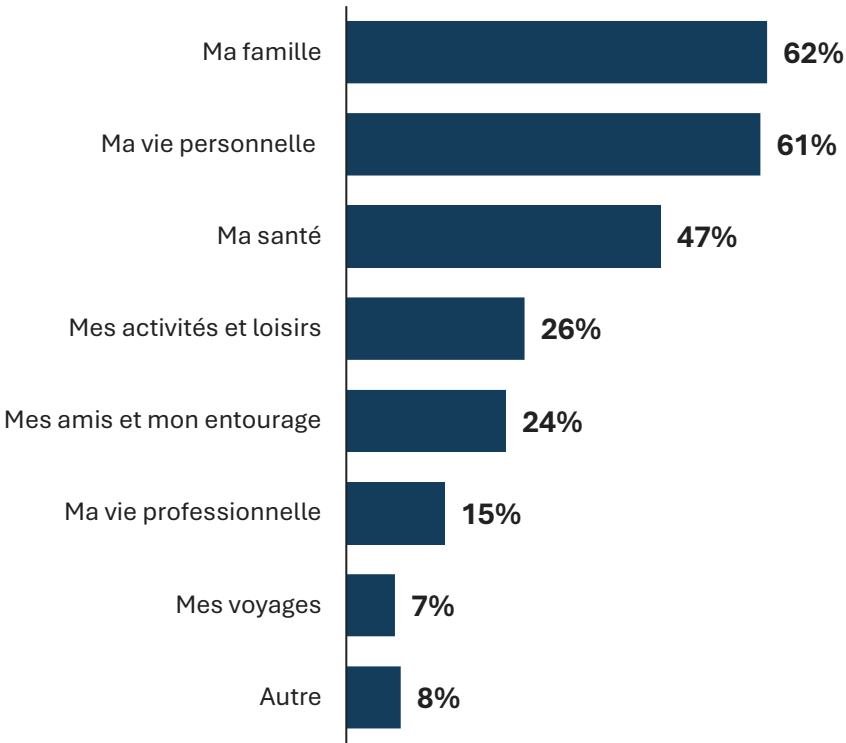
Base: Tous les répondant·e·s : États-Unis, n= 1 015



Parmi les éléments suivants, lesquels contribuent le plus à votre bonheur personnel?

Maximum 3 réponses*

Base: Tous les répondant·e·s : États-Unis, n= 1 015



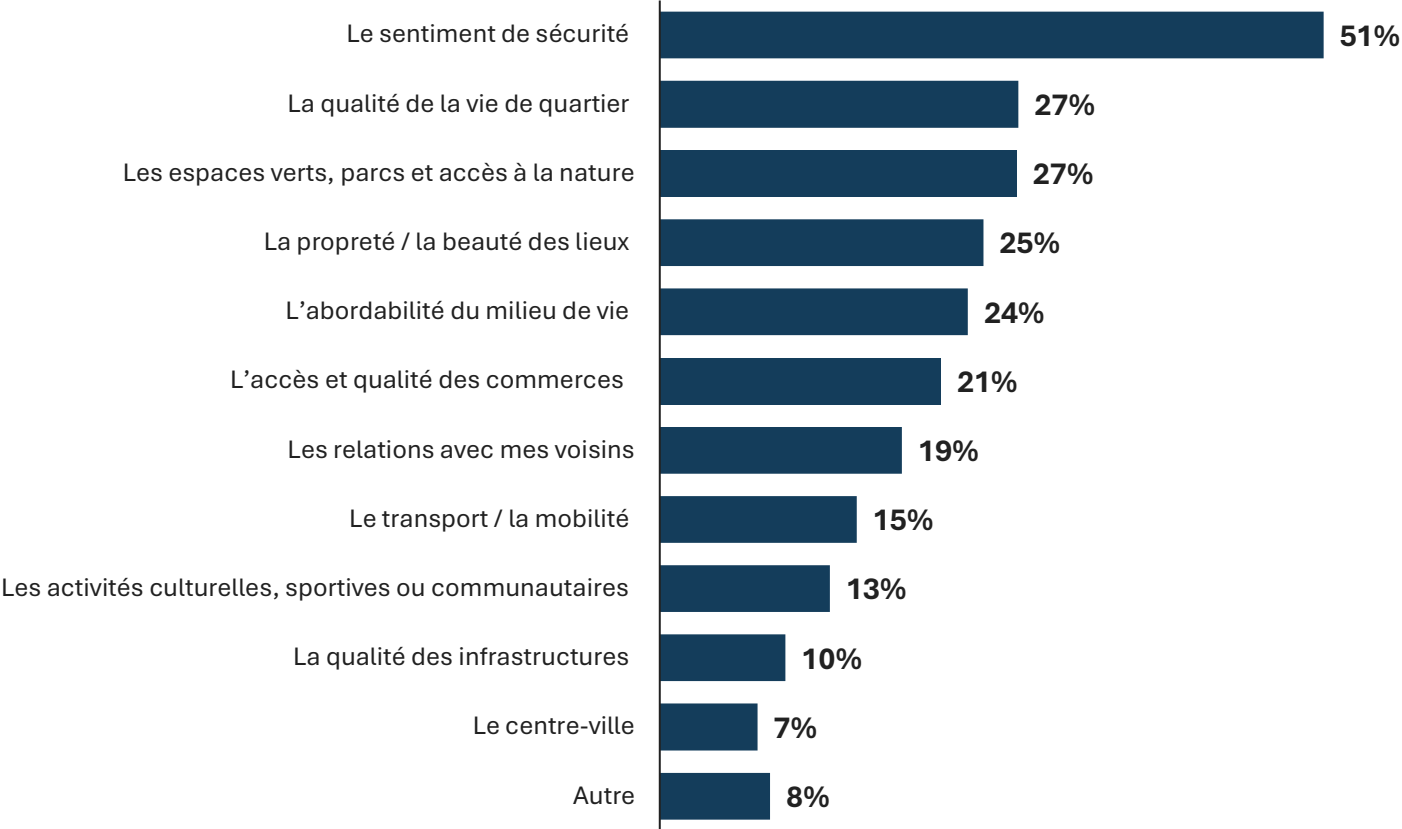
*Ces questions ont été posées dans le cadre de l’omnibus canadien de Léger, mené du 26 au 28 juin 2026 auprès d’un échantillon représentatif de 1 015 Américains.

Principaux facteurs contribuant au bonheur dans leur municipalité des Américain·e·s

Le sentiment de sécurité, la qualité de la vie de quartier et les espaces verts sont les éléments qui contribuent le plus au bonheur des Américain·e·s dans leur municipalité.

Parmi les éléments suivants, lesquels contribuent le plus à votre bonheur dans votre municipalité? Maximum 3 réponses*

Base: Tous les répondant·e·s : États-Unis, n= 1 015



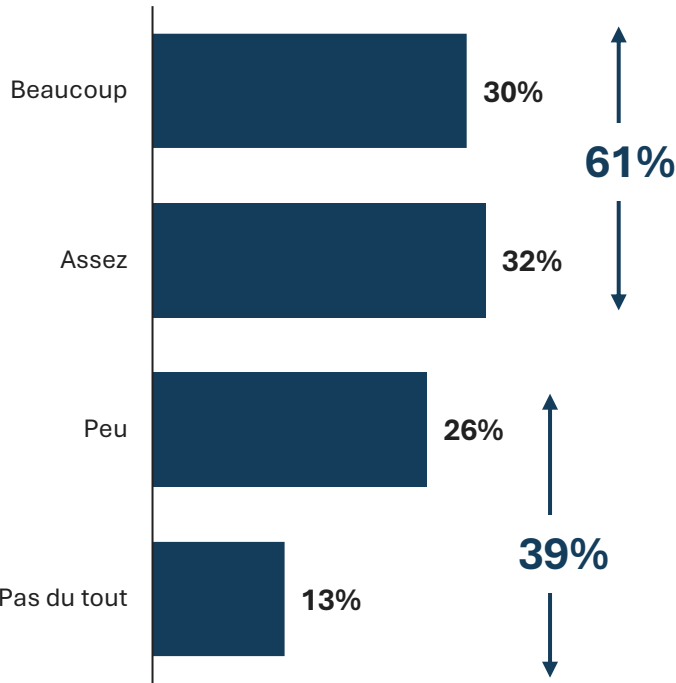
*Cette question a été posée dans le cadre de l'omnibus canadien de Léger, mené du 26 au 28 juin 2026 auprès d'un échantillon représentatif de 1 015 Américains / Comme les répondants pouvaient donner plus d'une réponse, le total peut excéder 100%.

Impact du coût de la vie sur le bonheur des Américain·e·s

Pour six Américain·es sur dix, la hausse du coût de la vie impacte directement leur bonheur, un élément qui pèse plus que les enjeux de santé physique ou mentale.

Dans quelle mesure le coût de la vie nuit-il actuellement à votre bonheur?

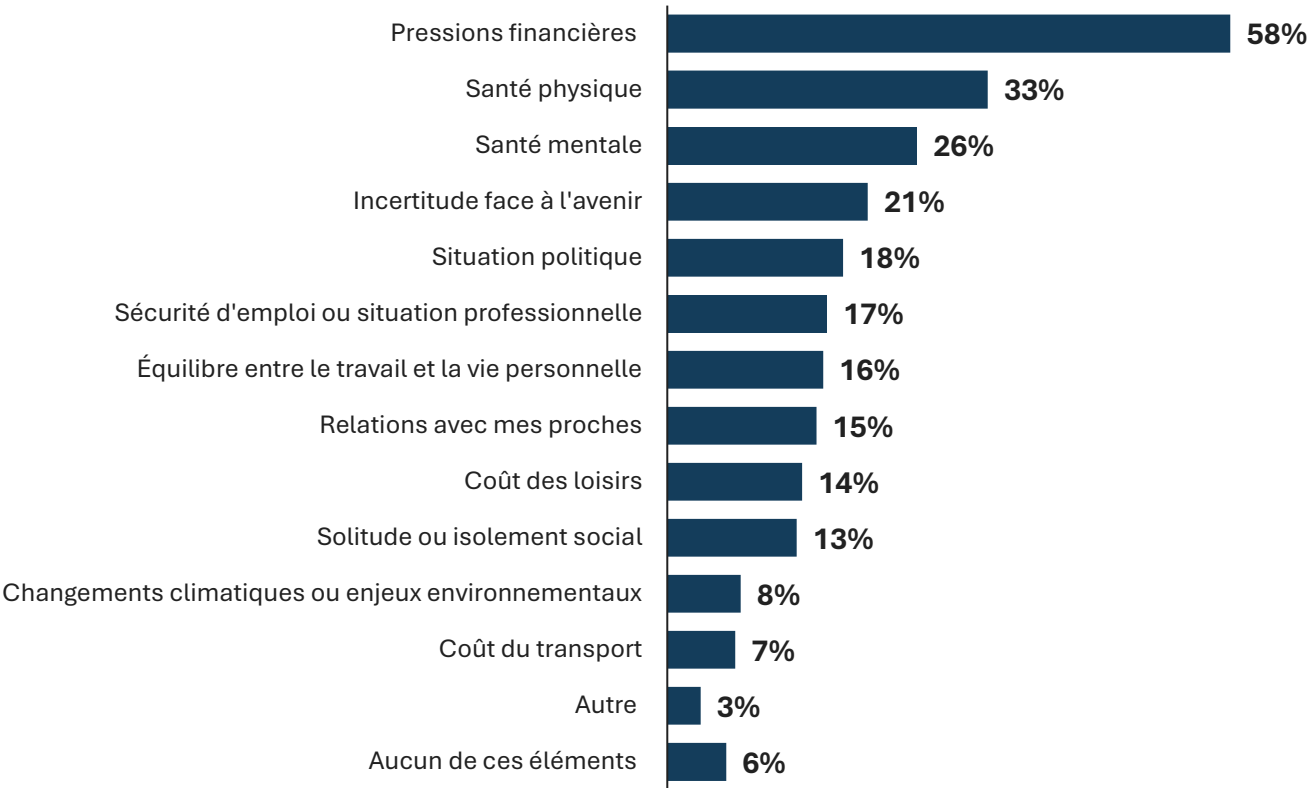
Base: Tous les répondant·e·s : États-Unis, n= 1 015



Parmi les éléments suivants, lesquels exercent le plus de pression sur votre bonheur?

Maximum 3 réponses*

Base: Tous les répondant·e·s : États-Unis, n= 1 015



*Cette question a été posée dans le cadre de l'omnibus canadien de Léger, mené du 26 au 28 juin 2026 auprès d'un échantillon représentatif de 1 015 Américains

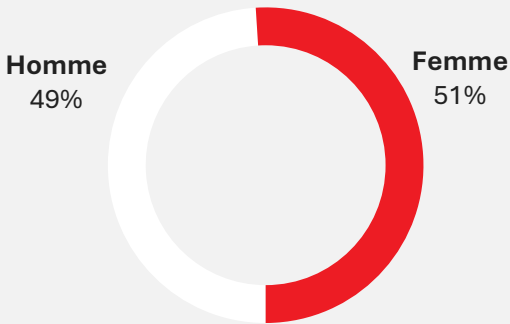
3

Profil
des répondants

CANADA

(n= 63 710)

Genre



Provinces

Colombie-Britannique	Alberta	Manitoba /Saskatchewan	Ontario	Québec	Atlantiques
14%	11%	6%	39%	23%	7%

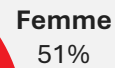
Âge

Entre 18 et 34 ans	27%
Entre 35 et 54 ans	32%
55 ans et plus	41%

Niveau de scolarité

Secondaire ou moins	31%
Collégial	38%
Universitaire	31%

base n=30 830



Entre 18 et 34 ans	25%
Entre 35 et 54 ans	32%
55 ans et plus	44%

Secondaire ou moins	32%
Collégial	40%
Universitaire	28%

Montréal	21%
Montérégie	17%
Capitale-Nationale	12%
Laurentides	8%
Lanaudière	7%
Estrie	6%
Chaudière-Appalaches	6%
Laval	5%
Outaouais	4%
Mauricie	3%
Saguenay-Lac-Saint-Jean	3%
Centre-du-Québec	3%
Bas-Saint-Laurent	2%
Abitibi-Témiscamingue	1%
Gaspésie/Îles-de-la-Madeleine	1%
Côte-Nord	1%
Nord-du-Québec	0,1%

ÉTATS-UNIS

base n=6 408

Genre



Âge

Entre 18 et 34 ans	29%
Entre 35 et 54 ans	33%
55 ans et plus	38%

Niveau de scolarité

Secondaire ou moins	37%
Collégial	22%
Universitaire	40%

États (1/2)

California	12%
Texas	8%
New York	8%
Florida	7%
Pennsylvania	4%
Ohio	4%
North Carolina	4%
Illinois	4%
Georgia	3%
Michigan	3%
New Jersey	2%
Indiana	2%
Alabama	2%
Tennessee	2%
Washington	2%
Virginia	2%
Massachusetts	2%

États (2/2)

Kentucky	2%
Arizona	2%
Louisiana	2%
Colorado	2%
Oregon	2%
South Carolina	2%
Maryland	2%
Missouri	2%
Minnesota	2%
Nevada	1%
Wisconsin	1%
Arkansas	1%
Oklahoma	1%
Iowa	1%
Mississippi	1%
Kansas	1%
Connecticut	1%
West Virginia	1%

Leger

Le pouvoir de savoir

leger360.com