



## Liste de vidéos Moments doux de TELUS Conclusions du sondage canadien

Les animaux ont une grande incidence sur le mieux-être des Canadiens. [Les études](#) démontrent que le fait de regarder des images et des vidéos d'animaux pendant seulement 30 minutes a des effets positifs sur la tension artérielle, le rythme cardiaque et l'anxiété. De plus, [cette étude \(disponible en anglais uniquement\)](#) dans laquelle les personnes ayant des interactions de 10 minutes avec un animal disaient éprouver un plus grand sentiment de satisfaction, met en lumière l'évidence que les animaux nous apportent de la joie et du réconfort.

TELUS a donc lancé sa [Liste de vidéos Moments doux](#) (YouTube et Télé OPTIK) pour que les Canadiens puissent relaxer et faire le plein de bonheur en regardant leurs animaux-vedettes TELUS préférés. En plus d'aider les auditeurs à mieux se sentir, la liste permettra également de venir en aide aux animaux et aux organismes de bienfaisance qui les soutiennent. Pour chaque visionnement, TELUS versera 1 \$ (jusqu'à concurrence de 100 000 \$ par l'intermédiaire de la Fondation TELUS pour un futur meilleur) à des organismes de bienfaisance qui soutiennent les animaux d'assistance, la réhabilitation des animaux sauvages et les animaux de thérapie à l'échelle du pays.

Comparable aux chaînes qui diffusent des feux de foyer ou des listes de musique calme, la Liste de vidéos Moments doux est conçue pour favoriser le mieux-être des Canadiens en leur apportant un sentiment de calme et de joie, et ce, d'une manière pratique et numérique. Ils pourront donc profiter des animaux-vedettes emblématiques de TELUS qu'ils ont appris à connaître et à aimer.

Pour examiner le lien qui unit l'humain et l'animal, et démontrer leur importance dans nos vies, qu'ils soient dans nos maisons, dans la nature ou dans leurs environnements naturels, TELUS a mené un sondage en ligne auprès de 2 114 adultes canadiens (du 20 au 27 janvier 2023). L'échantillon représentatif à l'échelle nationale a été fourni par Dynata Inc.

En voici les principales conclusions.

### Les Canadiens estiment que le seul fait de regarder du contenu en ligne axé sur les animaux a un effet positif sur leur humeur :

- D'ailleurs, ceux qui regardent du contenu portant sur les animaux sont plus susceptibles de ressentir du bonheur (80 %).
- Pour 63 % d'entre eux, les vidéos similaires au contenu de la Liste de vidéos Moments doux ont amélioré leur humeur, en plus de faire en sorte qu'ils se sentent heureux (58 %), relaxés (48 %) et joyeux (41 %).
- Le contenu animalier préféré des Canadiens comprend des photos ou des vidéos de bébés animaux (52 %), des sauvetages d'animaux domestiques (51 %), et des histoires animalières touchantes et positives (50 %).
- De plus, certains d'entre eux croient que leurs animaux de compagnie aiment aussi le divertissement! D'ailleurs, 56 % des Canadiens allument la télé, ou une autre forme de divertissement, lorsqu'ils sortent pour éviter que leurs animaux se sentent seuls.

## De façon générale, les Canadiens croient que les animaux domestiques favorisent leur mieux-être :

- Il y a d'ailleurs des animaux de compagnie dans 6 ménages canadiens sur 10 (59 %).
- Les deux tiers des Canadiens ont un chien, et la moitié d'entre eux possèdent un chat. Parmi les autres animaux, on retrouve des poissons, des reptiles, des animaux de ferme et des écureuils.
- Même les Canadiens qui n'ont pas d'animaux estiment que le fait d'en avoir un, ou d'interagir avec eux, a une incidence positive sur la santé et le mieux-être général (83 %). Sept Canadiens sur 10 mentionnent passer du temps en nature pour prendre soin de leur santé mentale (69 %).
- 70 % des Canadiens ont choisi d'avoir des animaux pour améliorer leurs problèmes d'anxiété ou de dépression, combattre leur solitude, ou réduire leur niveau de stress.
- 94 % des Canadiens ayant des animaux estiment qu'ils ont eu des effets positifs sur leurs vies et sont pratiquement tous d'accord pour dire que les animaux ont une incidence positive sur la santé et le mieux-être de l'ensemble de la population.
- 78 % des parents ont choisi d'avoir des animaux à la maison pour aider leurs enfants à combattre la solitude et l'anxiété, ou pour favoriser leur confiance et leur estime de soi.

## Les bienfaits de nos animaux au Québec :

- 60 % des Québécois ont dit que les vidéos similaires au contenu de la Liste de vidéos Moments doux ont amélioré leur humeur et fait en sorte qu'ils se sentent plus joyeux (50 %), heureux (48 %) et relaxés (43 %).
- 58 % des habitants du Québec ont des animaux de compagnie.
- 54 % des habitants du Québec qui ont des animaux de compagnie allument la télé, ou une autre forme de divertissement, pour leurs animaux lorsqu'ils sortent.
- 65 % des Québécois qui ont des animaux de compagnie regardent la télé avec ces derniers.
- 60 % des Québécois trouvent du réconfort auprès de leurs animaux pendant les journées difficiles sur le plan émotionnel.
- 70 % des Québécois ont choisi d'avoir des animaux pour améliorer leurs problèmes d'anxiété ou de dépression (20 %), combattre leur solitude (23 %) ou réduire leur niveau de stress (27 %).

