A photograph of two young women, one Black and one white, laughing and hugging each other outdoors. They are both wearing denim jackets. The image is partially obscured by a dark teal diagonal shape on the left and bottom. The background is a blurred outdoor setting with greenery.

# Faire le point sur Une meilleure santé pour tous

Rapport sur les résultats en santé – décembre 2025





# Faire le point sur Une meilleure santé pour tous

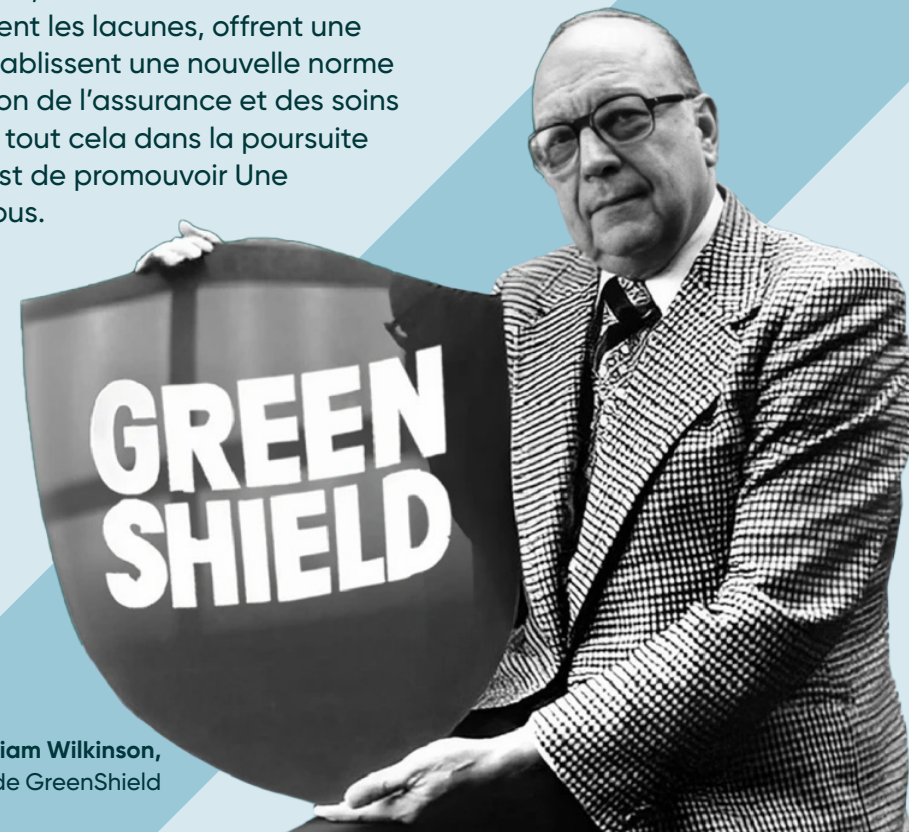
Le *Rapport sur les résultats en santé*, publié chaque trimestre par GreenShield, passe en revue le système de soins de santé au Canada, en fournissant des données exploitables sur l'accessibilité et la prestation des soins, et sur l'impact crucial de l'intégration de l'assurance et des soins de santé sur l'amélioration des résultats en santé.

S'appuyant sur les expériences des 7,5 millions de Canadiens et Canadiennes servis par GreenShield, chaque rapport souligne les résultats mesurables de notre modèle intégré d'assurance et de soins de santé, tout en cernant les possibilités de favoriser la bonne santé en milieu de travail et d'améliorer et de réimaginer les soins pour les personnes et les communautés dans l'ensemble du pays.

Au cœur du présent rapport se trouve la mission de GreenShield, soit de promouvoir Une meilleure santé pour tous, laquelle commence par l'impact durable. Seule organisation sans but lucratif de services d'assurance et de soins de santé intégrés

au Canada, GreenShield offre des services de santé mentale, de pharmacie, de télémédecine et de prise en charge des maladies chroniques. En s'attaquant aux obstacles systémiques en matière d'accès, d'efficacité et d'équité, GreenShield ouvre la voie avec des solutions innovatrices conçues pour améliorer la santé de tous.

Le *Rapport sur les résultats en santé* rend compte de ce parcours et de cet engagement. Il démontre comment, à GreenShield, les soins novateurs et axés sur les résultats comblent les lacunes, offrent une valeur mesurable et établissent une nouvelle norme pour ce que l'intégration de l'assurance et des soins de santé peut réaliser, tout cela dans la poursuite de notre mission, qui est de promouvoir Une meilleure santé pour tous.





# Table des matières

Soins proactifs : une meilleure santé et de meilleurs résultats	3
Perspectives exécutives	5
Les soins proactifs à GreenShield	7
GreenShield+	9
Télémédecine	11
Pleins feux sur les soins de santé préventifs	13
Santé mentale	15
Pleins feux sur la continuité des soins	18
Pharmacie	23
Pleins feux sur la nutrition personnalisée	26
GreenShield Communautaire	27





# La prévention : l'angle mort du système de santé

De l'imagerie à faible risque de la plus haute qualité aux thérapies biologiquement adaptées, les progrès de la médecine moderne ont amélioré à jamais notre capacité à traiter les maladies courantes et complexes. Pourtant, malgré ces innovations, les améliorations tout aussi remarquables de notre santé et de notre longévité, au fil des cinquante dernières années, tiennent davantage de la qualité de notre alimentation, de l'air que nous respirons, des relations que nous entretenons, de notre mode de vie actif et de la richesse de notre environnement social, bien plus que des soins médicaux reçus. Nous avons besoin de systèmes de santé solides pour nous soutenir lorsque notre santé est fragile. Or, aujourd'hui plus que jamais, nous avons besoin de systèmes qui nous aident à préserver notre santé. Nous avons besoin de nouvelles façons d'accéder aux soins de santé, adaptées au monde moderne, et d'une continuité des soins pour améliorer notre expérience et nos résultats.

Les Canadiens et Canadiennes font déjà plus attention à leur santé que jamais<sup>1</sup>. Que ce soit par des choix alimentaires et de boissons axés sur la santé, l'utilisation de montres intelligentes et d'autres dispositifs portables qui permettent d'accéder directement à des données sur la santé, ou encore des centres de condition physique développant progressivement des services de santé de qualité clinique, la santé est de

plus en plus perçue par les personnes, les entreprises et les gouvernements comme le bien le plus précieux et un véritable investissement. Une gestion proactive de la santé permet non seulement d'améliorer le niveau d'énergie, la concentration et la santé mentale au quotidien, mais elle permet également de prévenir les maladies et de favoriser un développement et un vieillissement sains<sup>2</sup>. Comme tout investissement dans des ressources essentielles, investir dans des soins de santé efficaces se traduit par des résultats significatifs pour les familles, les preneurs de contrat et les systèmes de santé<sup>3</sup>.





# Qu'est-ce que les soins de santé proactifs?

Les soins de santé proactifs visent à maintenir les personnes en bonne santé et à réduire les risques plutôt qu'à guérir les maladies. Dans le cas des maladies chroniques, une prise en charge efficace et proactive permet d'éviter des crises de santé, qui sont dévastatrices pour les familles et mettent à rude épreuve le système de santé. Grâce à des approches comme l'adoption d'un mode de vie sain, l'intervention précoce, la personnalisation, les soins en équipe et le suivi continu, les soins proactifs visent à améliorer les résultats en santé et à réduire les coûts.

Une approche proactive consiste à prendre en compte la santé globale, car il est bien connu que le mode de vie est la cause de nombreuses maladies. Environ un cancer sur cinq peut être évité grâce à une bonne alimentation, à de l'exercice physique et au maintien d'un poids santé<sup>4</sup>. Le stress est un facteur de développement et d'aggravation de nombreux problèmes de santé. Une gestion proactive de la santé mentale peut aider à réduire le stress et à donner aux gens les outils dont ils ont besoin pour surmonter les difficultés émotionnelles.

Les soins proactifs sont fondés sur la collaboration et exigent une continuité des soins. De fortes relations, une communication fréquente, des équipes de soins coordonnées et une bonne utilisation des données sont nécessaires pour réussir. Les données et les technologies nécessaires pour faire des soins intégrés et proactifs une réalité ne sont apparues qu'au cours des dernières années, et GreenShield a été à l'avant-garde de la mise en place de ces outils et de nouveaux modèles de soins pour les Canadiens et Canadiennes.

# Les soins proactifs, une priorité nationale

Pour chaque dollar investi dans la prévention en santé, on estime à 14 \$ les économies réalisées par le système de santé<sup>5</sup>. La prévention des maladies et la promotion de la santé sont des priorités nationales et considérées comme essentielles à la viabilité du système de soins de santé<sup>6</sup>. La majorité des Canadiens et Canadiennes estiment que les stratégies de prévention en matière de santé sont bénéfiques pour eux-mêmes et pour l'avenir des services de santé au pays<sup>6,7</sup>. Conséquemment, bon nombre des travailleurs et travailleuses, en particulier les plus jeunes, s'attendent à ce que leurs employeurs contribuent à leur bien-être personnel en leur offrant des produits et des services de santé de haute qualité<sup>8</sup>.

De nombreux Canadiens et Canadiennes ne disposent pas des ressources nécessaires pour prendre leur santé en main. Une personne adulte sur cinq au Canada n'a pas de fournisseur de soins primaires<sup>9</sup>. Parmi celles qui en ont un, beaucoup ont de la difficulté à obtenir un rendez-vous rapidement, car leur fournisseur est souvent disponible seulement pendant les heures de bureau<sup>10</sup>. Les rendez-vous en ligne, souvent planifiés en dehors des heures de bureau, permettent de combler ces lacunes et de traiter les problèmes mineurs avant qu'ils ne s'aggravent. Les soins virtuels intégrés constituent un élément important de la priorité croissante accordée par le Canada pour les soins primaires, préventifs et proactifs<sup>11</sup>.





# Perspectives exécutives

À GreenShield, nous adoptons une approche globale et rigoureuse pour améliorer les résultats en santé en soutenant les Canadiens et Canadiennes tout au long du continuum de soins. De la prévention proactive et de l'intervention précoce à la prise en charge avancée des maladies chroniques, notre écosystème intégré d'assurance et de soins de santé numériques permet de rester plus longtemps en bonne santé et de se rétablir rapidement. Notre modèle unique de fournisseur-payeur, grâce auquel nous combinons assurance et soins de santé, nous permet de cibler les besoins plus tôt, de combler les lacunes plus rapidement et de mesurer l'impact plus efficacement. Cela se traduit par de meilleurs résultats en santé pour les personnes adhérentes et une plus grande valeur pour les preneurs de contrat.



## Survol de notre impact au troisième trimestre



**Notre écosystème numérique intégré d'assurance et de soins de santé simplifie grandement le processus de soumission des réclamations et l'accès aux soins** – GreenShield+ a pris en charge près de **800 000** parcours d'assurance et de soins de santé au cours de ce trimestre<sup>12</sup>.



**Des soins axés sur le numérique qui répondent aux besoins des utilisateurs et utilisatrices** – **94 %** sont satisfaits des services de consultation du Programme d'aide aux employés et employées (PAE) de GreenShield et **93 %** de clients et clientes satisfaits de notre service de télémédecine<sup>13,14</sup>.



**Des soins de santé mentale innovants et proactifs** – Parmi ceux et celles qui ont eu recours à la thérapie cognitivo-comportementale (TCC) en ligne, **63 %** ont constaté un soulagement de leurs symptômes d'anxiété et **44 %** ont constaté un soulagement de leurs symptômes de dépression<sup>14</sup>.



**Une grande continuité des soins et des liens étroits avec les fournisseurs de services de consultation** – Grâce à notre algorithme personnalisé de recherche de professionnels et professionnelles en santé mentale, **94 %** des utilisateurs et utilisatrices restent avec la première personne avec qui ils ont été jumelés chaque année et **87 %** restent avec la même personne tout au long de leur parcours de soins en santé mentale<sup>14</sup>.



**La livraison à domicile des médicaments permet d'obtenir des taux d'observance élevés** – Les taux d'observance thérapeutique de la Pharmacie GreenShield étaient **9 %** plus élevés que ceux de ses concurrents ce trimestre (**95 %** pour les médicaments traitant l'asthme, **91 %** pour ceux traitant la douleur et **88 %** pour ceux traitant le diabète)<sup>15</sup>.



## ... tout en faisant la promotion d'Une meilleure santé pour tous

En tant qu'entreprise sans but lucratif qui offre des services d'assurance et de soins de santé, nos excédents sont réinvestis et nos services redéployés afin de soutenir les communautés mal desservies et en quête d'équité d'un océan à l'autre.

GreenShield Communautaire adopte une approche proactive et en amont de la santé, en se concentrant sur les causes profondes des maladies plutôt que sur les symptômes. Nos programmes axés sur la prévention aident les Canadiens et Canadiennes à maintenir un bien-être physique, mental et social en leur donnant accès aux outils, à l'éducation et aux ressources leur permettant de prendre leur santé en main.





# Les soins proactifs à GreenShield

GreenShield permet aux Canadiens et Canadiennes de prendre leur santé en main et d'optimiser leur bien-être grâce à des soins accessibles et numériques. En veillant à ce que les gens aient accès à des soins en temps opportun, nous contribuons à prévenir les problèmes mineurs avant qu'ils ne s'aggravent. Notre continuum de soins comprend la télémédecine, la prise en charge des maladies chroniques, le soutien à la santé hormonale et des programmes de prévention pour des maladies comme le diabète et les maladies cardiaques. Pour favoriser un mode de vie sain, nous proposons également un service d'accompagnement par l'intermédiaire de notre équipe Services santé globale et mieux-être.

La santé mentale est la pierre angulaire de notre approche. GreenShield propose des options souples et personnalisées pour répondre à un large éventail de besoins. Notre Programme de TCC en ligne comprend des outils autoguidés pour gérer les problèmes de santé mentale à faible risque, et notre algorithme unique de jumelage permet aux gens de trouver le professionnel ou la professionnelle de la santé qui leur convient, et ce, dès le premier rendez-vous.

Nous croyons que pour soutenir la santé individuelle, il faut commencer par renforcer les communautés dans lesquelles nous vivons et travaillons.

Par l'entremise de GreenShield Communautaire, nous investissons dans des initiatives et des partenariats stratégiques qui favorisent des environnements propices à la santé dans tout le Canada. Ce trimestre, nous avons franchi une étape

historique avant la date prévue, en investissant plus de 75 millions de dollars pour avoir une incidence favorable sur la santé et le bien-être de plus d'un million de Canadiens et Canadiennes. D'ici 2030, nous souhaitons élargir notre impact pour toucher trois millions de Canadiens et Canadiennes. Notre priorité : des solutions accessibles et évolutives en santé mentale, un meilleur accès aux médicaments essentiels et une prise en charge efficace des maladies chroniques.

GreenShield a pour mission d'investir dans la santé. En tant que premier fournisseur-payeur au Canada, nous occupons une place enviable pour fournir des services de santé qui préviennent les complications graves et réduisent les coûts à long terme. Notre modèle sans but lucratif garantit que les excédents sont réinvestis et que les services sont déployés pour soutenir les communautés défavorisées à travers le Canada et faire progresser notre mission, qui est de promouvoir **Une meilleure santé pour tous.**

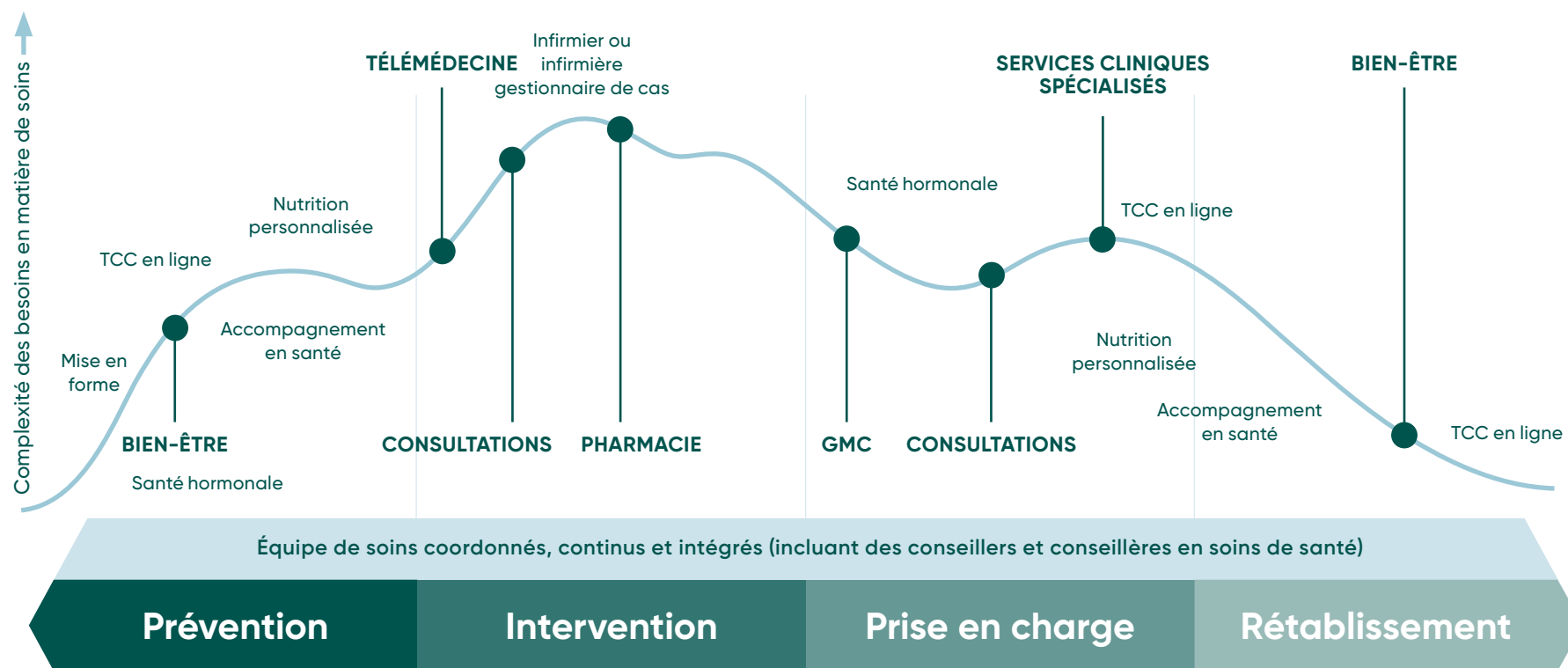






# Continuum de soins

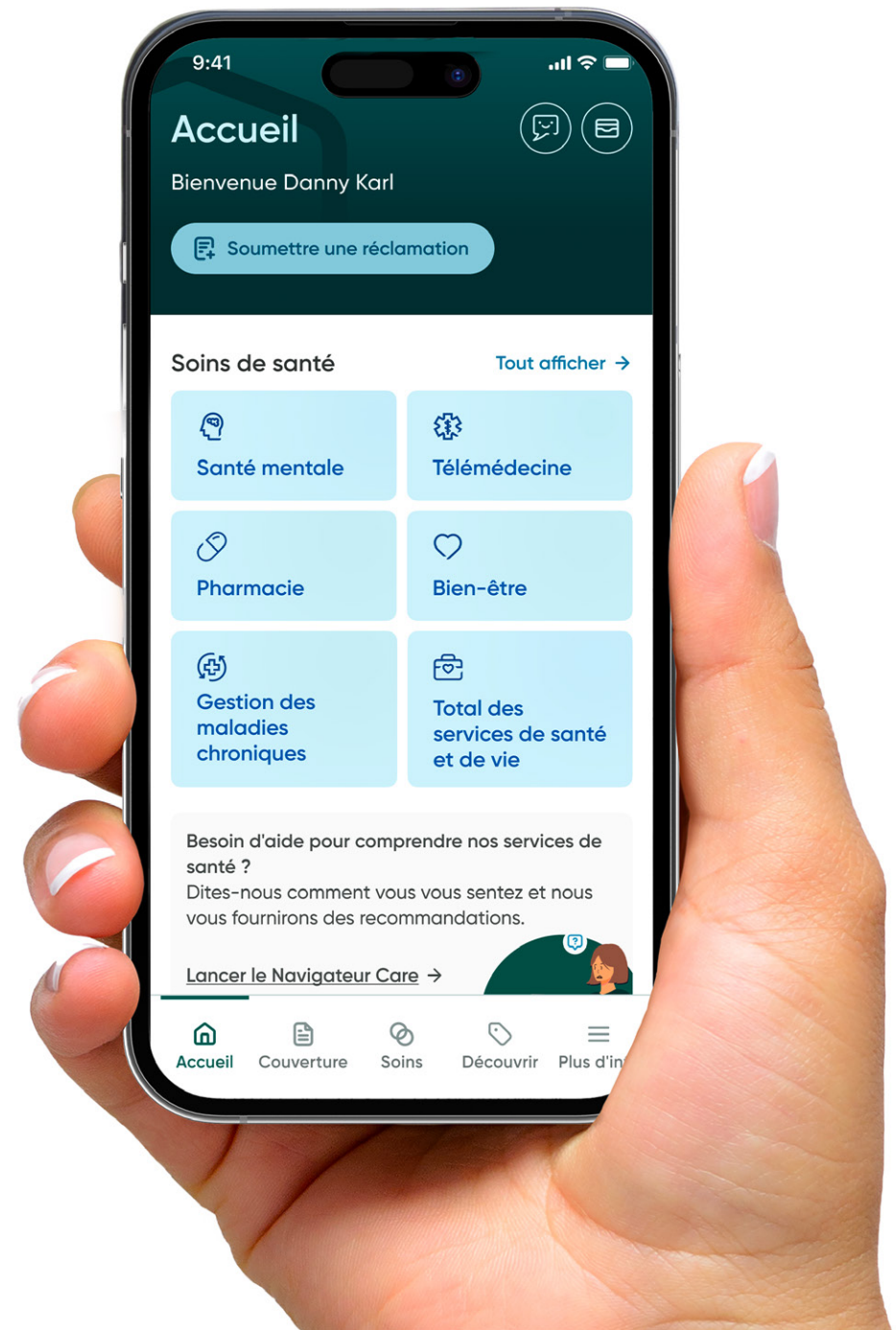
Les programmes de GreenShield sont pensés pour accompagner les gens tout au long de leur parcours de soins, ce qui garantit une prise en charge continue et personnalisée.



Remarque : Nos programmes et services s'étendent à toutes les phases de soins  
GMC = gestion des maladies chroniques



GreenShield+ est une solution intégrée unique en son genre qui transforme l'expérience de l'assurance et des soins de santé.





# GreenShield+

GreenShield+, accessible via la plateforme Web et l'application mobile, est l'écosystème numérique de GreenShield, unique en son genre et dédié aux soins de santé et à l'assurance. Il offre un niveau d'intégration sans précédent entre les services de santé (télémédecine, pharmacie, gestion des maladies chroniques et services de santé mentale) et les régimes d'assurance. Avec GreenShield+, les employés et employées peuvent vérifier leurs protections, accéder à leur régime, entrer en contact avec des fournisseurs de soins de santé et obtenir le remboursement de leurs réclamations, le tout sur une plateforme facile à utiliser. Grâce à notre nouvelle fonctionnalité Parcours de soins, alimentée par l'intelligence artificielle, nous permettons aux utilisateurs et utilisatrices de comprendre encore plus facilement leurs protections et d'obtenir du soutien adapté à leurs besoins spécifiques en matière de santé.



GreenShield+ a pris en charge près de 800 000 parcours d'assurance et de soins de santé



Plus de 3 millions de visites ce trimestre, avec plus de 7 visites par personne, ce qui indique un engagement élevé



94 % des utilisateurs et utilisatrices reviennent à GreenShield+ tous les mois

## Principaux besoins de soutien des utilisateurs et utilisatrices du Parcours de soins de santé de GreenShield+<sup>18</sup>

**39%**

Santé mentale ou stress

**12%**

Santé générale

**3%**

Aide à la carrière ou à l'emploi

**20%**

Affection mineure

**8%**

Alimentation et exercice physique

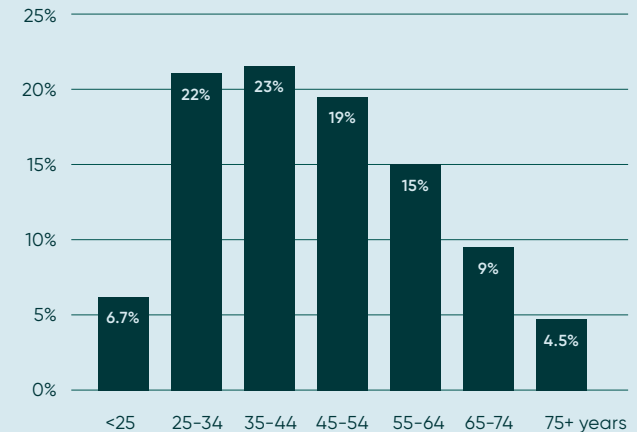
**3%**

Conseils financiers ou juridiques

## Les chiffres montrent que GreenShield+ est très en demande

### Répartition selon l'âge

Personnes inscrites à GreenShield+ (juillet à septembre 2025)<sup>12</sup>



### Répartition selon le genre

**48%**  
Femmes

**50%**  
Hommes

**2%**  
Non divulgués



## TÉLÉMÉDECINE

Connexion rapide avec des professionnels et professionnelles de la santé au Canada pour des soins médicaux en ligne efficaces.





# Télémédecine

Grâce à la télémédecine, les soins proactifs sont désormais plus accessibles, plus efficaces et mieux adaptés à chaque patient et patiente. L'accès virtuel aux soins de routine et aux soins spécialisés contribue à éliminer les barrières géographiques et à diminuer les temps d'attente. De plus, il réduit l'absentéisme des travailleurs et des travailleuses et leur permet de gagner du temps. Les rendez-vous de télémédecine sont adaptés pour tous les emplois du temps : **44 %** des rendez-vous de télémédecine à GreenShield ont eu lieu en dehors des heures normales de bureau, ce qui a permis de réduire les interruptions de travail évitables<sup>13</sup>.

En plus d'améliorer l'accès aux soins, la télémédecine s'est révélée aussi efficace (parfois même plus) que les soins traditionnels pour divers problèmes de santé<sup>19</sup>. Le recours à la télémédecine est associé à une amélioration significative de la santé, démontrée par une diminution des biomarqueurs spécifiques à la maladie et des symptômes, ainsi que par une amélioration générale de l'état de santé<sup>20</sup>. Des soins pratiques et efficaces conduisent à des taux élevés de satisfaction. En moyenne, les personnes qui ont eu recours au service de télémédecine de GreenShield ont indiqué un **taux de satisfaction de 93 %** ce trimestre<sup>13</sup>.

## GreenShield Télémédecine en chiffres

(juillet à septembre 2025)<sup>13</sup>

 **14,000+**  
Consultations virtuelles réalisées

 **18 minutes**  
Durée moyenne des consultations

 **9,000+**  
Ordonnances exécutées

 **1,500+**  
Examens de laboratoire à distance

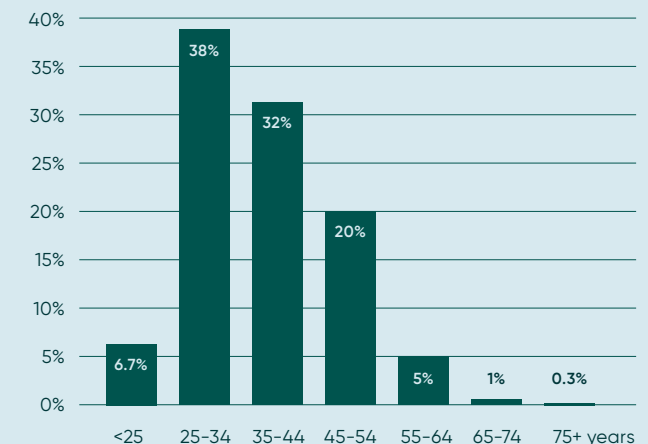
 **400+**  
Recommandations vers des spécialistes

 **93%**  
Taux de satisfaction moyen des utilisateurs et utilisatrices

## Télémédecine de GreenShield : données démographiques

### Répartition selon l'âge

Personnes inscrites à GreenShield  
Télémédecine (juillet à septembre 2025)<sup>13</sup>



### Répartition selon le genre

**57%**  
Femmes

**43%**  
Hommes

**0.2%**  
Non-binaires

**0.1%**  
Autres



# Combiner le dépistage biométrique et les consultations personnalisées pour améliorer la santé des employés et employées

Adopter une approche proactive et investir dans les soins préventifs présentent des avantages à long terme pour la qualité de vie et la productivité des gens<sup>21</sup>.

Le programme de soins de santé préventifs de GreenShield adopte une approche proactive visant à améliorer la santé et la productivité à long terme grâce à des dépistages ciblés et des plans de soins personnalisés. Les employés et employées bénéficient d'une série de tests sanguins personnalisés, adaptés à leur profil démographique unique. À l'issue du dépistage, les infirmiers et infirmières du programme examinent les résultats, organisent des consultations individuelles et assurent un suivi pour les possibilités d'optimisation de la santé identifiées. Lors de chaque consultation, l'infirmier ou l'infirmière élabore un plan de santé personnalisé afin de répondre aux besoins immédiats et d'assurer le bien-être à long terme de l'employé ou employée, en l'orientant vers des ressources comme le Programme de santé hormonale de GreenShield ou des fournisseurs de confiance au sein de notre vaste réseau de soins.

## Fonctionnement

- 1** Dans le cadre de leur consultation, les employés et employées participent à un dépistage complet des biomarqueurs qui comprend une prise de sang, un répertoire complet de tests de laboratoire et une évaluation des risques de complications cardiaques.
- 2** Un infirmier ou une infirmière de l'équipe des services de santé de GreenShield assure le suivi dans les deux jours suivant la réception des résultats du dépistage pour planifier un rendez-vous pour l'évaluation.
- 3** Lors de ce rendez-vous, un plan de soins est élaboré et les employés et employées reçoivent des conseils personnalisés, des recommandations vers des professionnels et professionnelles de la santé sur la plateforme GreenShield+ ainsi que des documents et outils pratiques pour poursuivre leur démarche.
- 4** Avec le consentement des employés et employées, les résultats du dépistage sont ensuite regroupés et communiqués à l'employeur tous les trimestres afin de lui permettre d'adapter les ressources en matière de bien-être aux besoins spécifiques de son personnel.





# Des résultats éloquentes

Un an après la mise en œuvre du Programme de soins de santé préventifs, un échantillon de plus de 10 000 employés et employées s'est soumis à des examens de suivi pour mesurer les changements dans leur état de santé. Les résultats ont montré des améliorations claires et cliniquement significatives pour plusieurs marqueurs sanguins. Il est à noter que les employés et employées qui ont participé à une consultation en soins infirmiers ont montré des améliorations plus importantes en matière de cholestérol, de glycémie et d'autres indicateurs métaboliques que ceux qui n'y ont pas participé. Le Programme de soins de santé préventifs a non seulement une incidence mesurable sur la santé des employés et employées, il fournit aux employeurs de l'information exploitable pour mieux soutenir le bien-être de leur personnel.





## SANTÉ MENTALE

Soutien personnalisé,  
efficace et entièrement  
confidentiel en santé  
mentale





# La santé mentale : partie intégrante de la santé

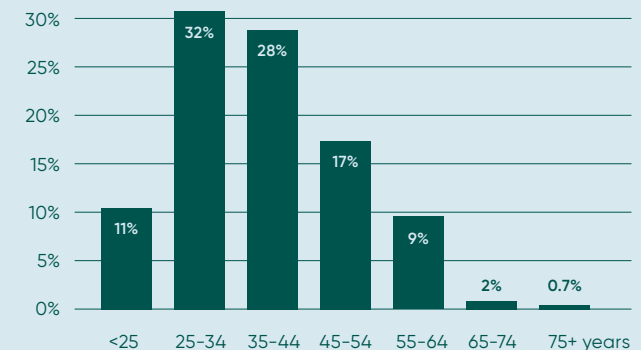
La santé mentale est un élément majeur de votre bien-être. Le stress chronique peut affaiblir le système immunitaire et augmenter l'inflammation, entraînant un risque élevé de maladie cardiaque, de diabète de type 2 et d'obésité<sup>23,24</sup>. Les problèmes de santé mentale sont de plus en plus fréquents et constituent une préoccupation urgente pour les employeurs et leur personnel<sup>25,26</sup>. Dans une enquête récente, une personne sur cinq vivant au Canada a affirmé avoir une mauvaise santé mentale. Les employés et employées qui ont qualifié leur régime d'assurance collective comme inadéquat étaient plus susceptibles de déclarer une mauvaise santé mentale (58 %)<sup>8</sup>. Les problèmes de santé mentale et la diminution du bien-être peuvent entraîner une baisse de la satisfaction au travail, une détérioration du rendement et un épuisement professionnel<sup>27</sup>.

Adopter une approche proactive de la santé mentale consiste à rechercher des ressources et à acquérir des capacités d'adaptation solides avant que les difficultés ne surviennent. Une bonne santé mentale contribue à diminuer le stress et améliore la concentration, la créativité et la prise de décision<sup>28,29</sup>. Les services de santé mentale de GreenShield englobent la consultation traditionnelle, la TCC en ligne et la prise en charge, par les Services cliniques spécialisés, de problèmes plus complexes, comme les traumatismes ou la toxicomanie. Des services de consultation individuelle et de couple sont proposés, en plus des services de conseils, conçus pour aider les employés et employées dans leurs transitions de carrière et de vie ou pour toute question d'ordre juridique ou financier. Un éventail complet de services et des rendez-vous accessibles de différentes façons (en personne, en ligne ou par téléphone) nous permettent de soutenir la santé mentale dans une grande variété de milieux professionnels. Les gens peuvent prendre rendez-vous au besoin. En moyenne, seulement **11 heures** suffisent pour être mis en relation avec un fournisseur de soins de santé et obtenir un premier rendez-vous.

## Données démographiques sur la santé mentale

### Répartition selon l'âge

Données démographiques des personnes ayant eu recours aux consultations en santé mentale et à la TCC en ligne (juillet à septembre 2025)<sup>14</sup>



### Répartition selon le genre

**68%**  
Femmes

**30%**  
Hommes

**0.5%**  
Non-binaires

**0.3%**  
Autres

## Consultations

Près de

 **40,000**

heures de consultations  
en personne, en ligne ou  
par téléphone

 **7,000+**

dossiers traités dans le cadre  
du PAE (77 % de consultations  
individuelles,  
16 % de services de conseil et  
7 % de consultations de couple)

 **3.5**

heures utilisées par  
dossier de consultation  
en moyenne

 **94%**

de clients et clientes  
satisfaits des services  
de consultation

## Les préoccupations les plus courantes exprimées par les personnes ayant recours aux services de consultation :

### STRESS

14 % de l'ensemble des  
préoccupations  
65 % des utilisateurs et  
utilisatrices

### ANXIÉTÉ

12 % de l'ensemble des  
préoccupations  
55 % des utilisateurs et  
utilisatrices

### RELATIONS

5 % de l'ensemble des  
préoccupations  
23 % des utilisateurs et  
utilisatrices

### FAMILLE

7 % de l'ensemble des  
préoccupations  
32 % des utilisateurs et  
utilisatrices

### FINANCES

5 % de l'ensemble des  
préoccupations  
25 % des utilisateurs et  
utilisatrices

### SOLITUDE

4 % de l'ensemble des  
préoccupations  
19 % des utilisateurs et  
utilisatrices

## Les préoccupations les plus courantes exprimées par les personnes ayant recours aux services de conseil :

### TRANSITION DE CARRIÈRE

15 % de l'ensemble  
des préoccupations

### NUTRITION

8 % de l'ensemble  
des préoccupations

### DROIT CIVIL

6 % de l'ensemble  
des préoccupations

### DROIT DE LA FAMILLE

13 % de l'ensemble  
des préoccupations

### AVANCEMENT PROFESSIONNEL

7 % de l'ensemble  
des préoccupations

### ENDETTEMENT ET UTILISATION DU CRÉDIT

5 % de l'ensemble  
des préoccupations







# Continuité des soins : la clé pour créer un élan et le maintenir

La continuité des soins améliore la prise en charge des maladies et la satisfaction des patients et patientes. Garantir des soins cohérents, coordonnés et personnalisés permet d'obtenir de meilleurs résultats et d'améliorer l'expérience utilisateur<sup>30</sup>. Dans le domaine des soins de santé mentale, la continuité des soins est particulièrement importante. Trouver le bon fournisseur de soins de santé mentale et établir une relation durable est essentiel pour favoriser une bonne santé et soulager les symptômes des problèmes de santé mentale<sup>31</sup>. Une relation thérapeutique en continu et ciblée favorise la confiance et le sentiment de sécurité, tandis que les interruptions peuvent entraîner des revers et de l'anxiété<sup>31</sup>. La flexibilité et la rapidité sont également des priorités pour les personnes qui s'engagent dans une thérapie en santé mentale.

GreenShield offre un large éventail de services de santé mentale pour lesquels il est rapide d'obtenir un rendez-vous. GreenShield collabore avec plus de 4 000 fournisseurs de soins de santé mentale à travers le pays, issus de divers horizons et spécialités, afin de garantir que chaque personne puisse accéder exactement aux soins dont elle a besoin, au moment où elle en a besoin<sup>14</sup>.







## La compatibilité, un élément essentiel de la consultation

GreenShield utilise un algorithme exclusif pour identifier le professionnel ou la professionnelle en santé mentale qui convient le mieux à chaque personne. Cet outil s'appuie sur l'information fournie par le client ou la cliente, comme ses préférences et priorités (langue parlée, expérience culturelle ou religieuse), ainsi que sur les compétences et spécialités des professionnels et professionnelles en santé mentale, afin d'assurer une compatibilité dans les meilleurs délais.

Les clients qui ont déjà bénéficié de services de consultation et qui ont des préférences bien définies peuvent sélectionner un fournisseur de soins de santé directement à partir de notre répertoire. Ce dernier est facile à consulter. Les employés et employées qui voient déjà un fournisseur de soins de santé de GreenShield peuvent être jumelés directement avec celui-ci à l'aide d'un code de référence.

Un nombre illimité de consultations gratuites de 15 minutes sont offertes afin que chaque personne puisse choisir le professionnel ou la professionnelle qui lui convient le mieux et s'assurer que le courant passe bien.

## Ce processus de jumelage favorise la continuité des soins

Bon an mal an, **94 %** des personnes adhérentes qui entament une démarche de consultation restent avec le même fournisseur.\*

Une fois que les personnes ont trouvé un fournisseur qui leur convient, elles restent avec celui-ci pendant toute la durée de leur PAE et au-delà. GreenShield+ rend cela possible en permettant aux utilisateurs et utilisatrices de faire une transition en douceur après qu'ils ont épuisé leur banque d'heures assurées.

Dans l'ensemble, sur toute la durée du processus de consultation, **87 %** des personnes sont restées avec le fournisseur qui leur avait été affecté au-delà de la première année.

## Les personnes qui demeurent avec le même fournisseur tout au long de leur parcours affichent des résultats plus satisfaisants.

Elles ont affiché un taux de satisfaction de 90 % (échelle d'évaluation des séances).

Les résultats de l'échelle d'évaluation, qui mesure les progrès réalisés dans quatre domaines clés du bien-être (vie personnelle, relations interpersonnelles, interactions sociales générales et fonctionnement global), étaient en moyenne 35 % supérieurs pour les personnes qui ont gardé le même fournisseur par rapport à celles qui ont changé.

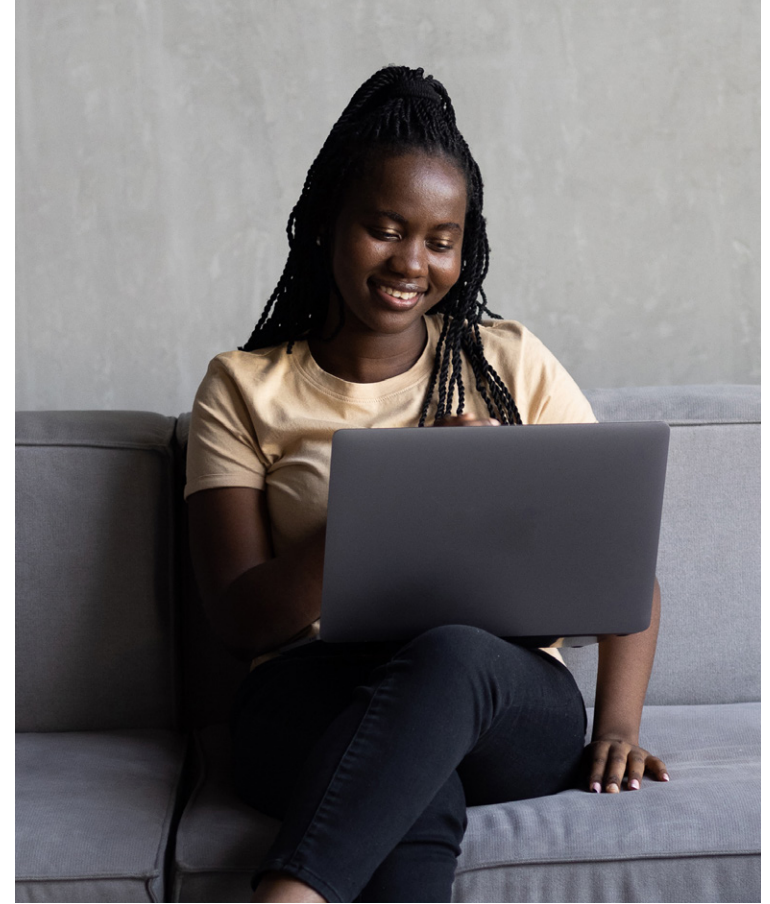
*\*représente chaque utilisateur et utilisatrice des services de consultation ayant eu leur première consultation au cours de l'année indiquée (2022 à 2025) – 6 000 en 2022; 11 000 en 2023; 14 000 en 2024; 15 000 en 2025.*





## La TCC en ligne

La TCC en ligne de GreenShield peut jouer un rôle important dans la gestion proactive de la santé mentale. Bon nombre des troubles mentaux sont de faible gravité, ce qui signifie qu'ils ne sont ni complexes ni sévères. De nombreuses recherches montrent qu'acquérir des compétences et des ressources structurées pour renforcer ses capacités et sa résilience est ce qui est le plus bénéfique pour les problèmes de santé mentale de faible gravité. La TCC en ligne propose des modules en libre-service qui aident les utilisateurs et utilisatrices à mieux comprendre comment leurs pensées et leurs comportements influencent leur humeur. La gestion autonome des symptômes réduit le besoin d'un traitement plus intensif et permet d'identifier et de coordonner les soins nécessaires<sup>32</sup>. La TCC en ligne est simple et facile à intégrer à d'autres traitements, ce qui favorise son utilisation et son efficacité<sup>33</sup>.



63%

des utilisateurs et utilisatrices souffrant d'anxiété ont constaté un soulagement de leurs symptômes (GAD-7).

44%

des utilisateurs et utilisatrices souffrant de dépression ont constaté un soulagement de leurs symptômes (PHQ-9).



# Services cliniques spécialisés

GreenShield offre un large éventail de services de santé mentale adaptés à tous besoins. Si une gestion proactive peut retarder l'apparition de problèmes ou en réduire la gravité, GreenShield aide également les employeurs et les employés et employées à réagir et à se reconstruire lorsque ces problèmes surviennent. Les Services cliniques spécialisés fournissent aux employés et employées les outils et les stratégies nécessaires pour gérer et diminuer leurs symptômes. Ils sont à la disposition des employeurs qui veulent offrir du soutien à leur personnel en cas de besoin. Ces services supplémentaires s'étendent au-delà des programmes traditionnels de consultation et aux PAE, offrant une évaluation et un traitement psychologiques plus complets afin de garantir l'aide dont ils ont besoin.

En cas de crise ou de problèmes complexes, des fournisseurs de soins spécialisés aident les employés et employées à se rétablir et à retrouver un état de santé mentale satisfaisant. En établissant un lien solide entre le fournisseur et son patient ou sa patiente (une relation appelée « alliance thérapeutique »), les Services cliniques spécialisés favorisent la continuité des soins et obtiennent de meilleurs résultats qui permettent aux employés et employées de rester motivés et sur la voie d'un rétablissement durable.



**Les Services cliniques spécialisés à GreenShield s'inscrivent en complément de la consultation traditionnelle et de la TCC en ligne pour répondre aux besoins plus complexes. Ils sont conçus pour permettre aux organisations d'aider les membres de leur personnel qui nécessitent une évaluation complète et des services de traitement plus intensifs.**

- Évaluations du TDAH chez les adultes
- Services d'évaluation et de traitement en consommation de substances
- Services d'évaluation et de traitement en santé mentale au travail
- Services spécialisés de traitement et d'intervention en cas de traumatismes
- Évaluation et consultations psychiatriques
- Programmes de santé mentale spécialisés pour les troubles complexes





# 53%

des cas d'anxiété ont montré une guérison\* comparativement à 34 % (GAD-7)

# 56%

des cas de dépression ont montré une guérison\* comparativement à 37 % (PHQ-9)]

*\*Les personnes sont considérées comme ayant atteint un rétablissement [psychométrique] si leurs symptômes ne sont pas suffisamment graves pour être classés comme un cas clinique sur la base des résultats de l'outil de dépistage validé, par exemple le PHQ-9 pour la dépression et le GAD-7 pour l'anxiété.*

## Entre juillet et septembre 2025, les Services cliniques spécialisés ont permis d'obtenir des résultats thérapeutiques précoces. Nous prévoyons que ces résultats s'amélioreront grâce à un engagement continu et à long terme.

Taux d'alliance thérapeutique de

## 75%

(BR-WAI)

Taux de guérison des symptômes d'anxiété de

## 33%

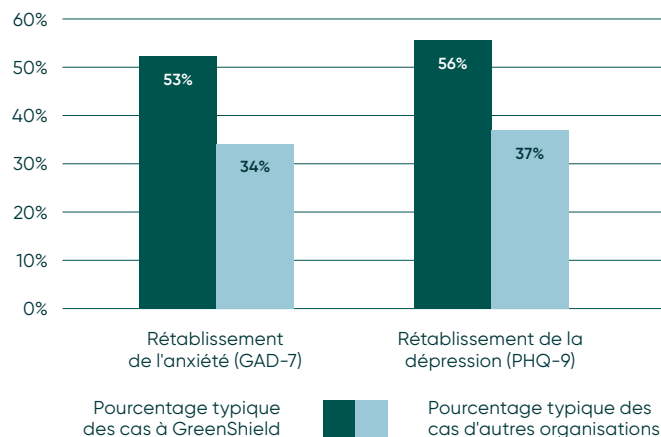
(GAD-7)

Taux de guérison des symptômes de dépression de

## 50%

(PHQ-9)

En comparant les données depuis janvier 2022, les Services cliniques spécialisés de GreenShield ont aidé davantage d'utilisateurs et d'utilisatrices de services de consultation à obtenir une amélioration clinique de leurs symptômes que les autres fournisseurs de soins de santé mentale canadiens<sup>34</sup>.



Comparaison des scores de rétablissement de l'anxiété et de la dépression grâce aux Services cliniques spécialisés de GreenShield et d'autres organisations canadiennes partenaires de Greenspace pour la collecte de données mesurables.



## LA PHARMACIE GREENSHIELD

Gérer facilement  
ses ordonnances,  
établir des rappels  
de renouvellement  
et rencontrer un  
pharmacien ou une  
pharmacienne, et ce,  
dans le confort de  
son foyer.



# Pharmacie numérique

Tout comme la continuité des services entre les fournisseurs de soins de santé et leurs clients et clientes, l'observance thérapeutique continue est un facteur essentiel pour optimiser les soins. L'observance thérapeutique prévient la progression de la maladie et les complications, réduit le nombre d'hospitalisations et de visites aux urgences évitables, et diminue les coûts des soins de santé<sup>37</sup>. Il est particulièrement important d'atteindre des taux d'observance élevés dans le cas de maladies chroniques telles que le diabète, l'hypertension et les maladies cardiovasculaires. Plus de 5 % de toutes les hospitalisations sont dues à un manque d'observance thérapeutique, ce qui représente un coût de près de 2 milliards de dollars chaque année<sup>38</sup>. Malgré son importance, le maintien de l'observance thérapeutique est un défi omniprésent pour le système de santé. Les solutions résident dans l'amélioration de l'accès et du soutien.

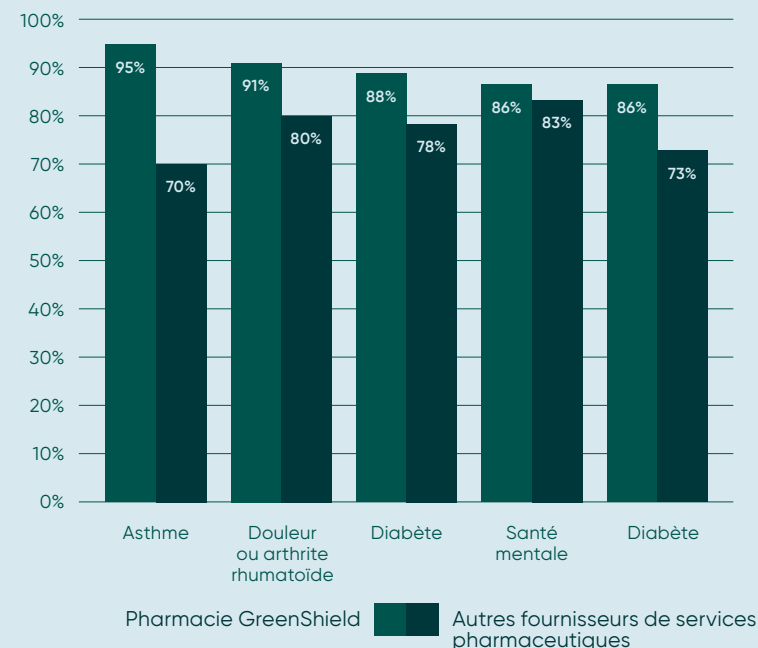
La Pharmacie GreenShield est entièrement intégrée à la télémédecine; dès qu'une ordonnance est rédigée, elle peut être envoyée à la pharmacie, préparée et livrée à domicile. Les pharmaciens et pharmaciennes de GreenShield font un suivi téléphonique pour offrir des consultations et répondre à toutes les questions. Un accès facile et un soutien éclairé permettent aux employés et employées de gérer efficacement leurs médicaments et de prendre leur santé en main. Presque tous les utilisateurs et toutes les utilisatrices de GreenShield+ recourent à la pharmacie numérique (98 %)<sup>39</sup>. Grâce à la simplicité et à l'autogestion proactive qu'offre la Pharmacie GreenShield, nous atteignons des taux d'observance thérapeutique remarquables.

## La Pharmacie GreenShield en chiffres

(juillet à septembre 2025)<sup>15</sup>

*Remarque : Ces données excluent la province de Québec.*

- Les taux d'observance étaient 9 % plus élevés avec la Pharmacie GreenShield qu'avec les autres fournisseurs de services pharmaceutiques.
- Taux élevés d'observance thérapeutique



Comparaison de l'observance thérapeutique avec la Pharmacie GreenShield et d'autres pharmacies pour les cinq principaux problèmes de santé.





## Facteurs de réclamation

**15%**

Polyarthrite  
rhumatoïde et  
autres maladies  
auto-immunes

**5%**

Asthme ou  
MPOC

**13%**

Dépression,  
anxiété et  
troubles du  
sommeil

**5%**

Diabète

**7%**

Dermatologie

**5%**

Obésité

**7%**

Hypertension

**5%**

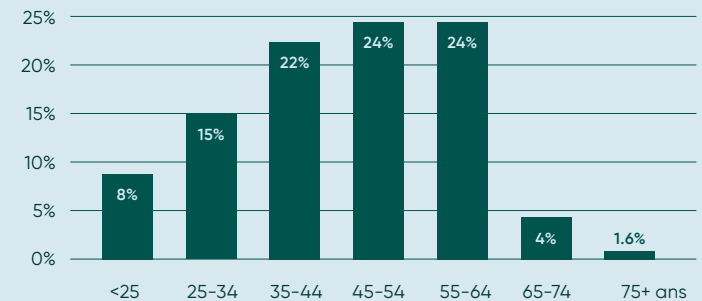
Cholestérol

## Personnes inscrites à la Pharmacie GreenShield

(juillet à septembre 2025)<sup>39</sup>

### Répartition selon l'âge

Remarque : Ces données excluent la province de Québec.



### Répartition selon le genre

Utilisation de la pharmacie numérique par sexe

**60%**

Femmes

**40%**

Hommes

**0.2%**

Non-binaires



# La nutrition personnalisée : l'approche de soins préventifs au cœur d'une meilleure santé

La plupart des employés et employées s'attendent maintenant à ce que leur employeur soutienne leur santé et leur bien-être au-delà de ce qui est inclus dans un régime d'avantages sociaux classique<sup>8</sup>. C'est pourquoi GreenShield a créé Services santé globale et mieux-être, un ensemble de services comprenant de l'accompagnement en matière de santé, un soutien pour les transitions de la vie, de l'accompagnement professionnel, des services juridiques et des services financiers pour bonifier un PAE traditionnel. Un vaste réseau de professionnels et professionnelles de la santé de plus de 100 spécialités différentes collabore avec l'équipe Services santé globale et mieux-être pour offrir aux employés et employées, ainsi qu'à leur famille, le soutien dont ils ont besoin pour surmonter leurs obstacles et atteindre leurs objectifs.

L'accompagnement en santé joue un rôle clé dans la gestion proactive de la santé. Il donne aux employés et employées des conseils et l'information dont ils ont besoin pour prévenir les problèmes de santé et s'y adapter. Les accompagnateurs et accompagnatrices aident les employés et employées avec la désaccoutumance au tabac, la prise en charge des maladies, la gestion du poids, la nutrition, et l'adoption de saines habitudes alimentaires. Il a été démontré qu'un accompagnement en santé personnalisé permet aux personnes de modifier leurs comportements et de diminuer les facteurs de risque, ce qui amène une réduction de l'absentéisme et une augmentation de la productivité<sup>40,41</sup>. Les organisations qui intègrent un programme de nutrition profitent d'un retour sur investissement moyen de 325 % en termes d'économies liées à l'absentéisme<sup>42</sup>.

Le Programme de nutrition personnalisée de GreenShield s'appuie désormais sur une technologie d'évaluation diététique éprouvée cliniquement et alimentée par l'intelligence artificielle<sup>43,44</sup>.

- 1 Cette approche permet aux utilisateurs et utilisatrices de faire un suivi de leurs repas en téléversant des photos sur l'application RxFood, qui génère un sommaire détaillé du contenu nutritionnel et des mesures de la qualité de l'alimentation fondées sur des données probantes.
- 2 Ces évaluations diététiques sont ensuite communiquées à un expert ou une experte en nutrition de GreenShield, qui élabore des recommandations personnalisées.



Flux d'information avec le Programme de nutrition personnalisée

**Les résultats parlent d'eux-mêmes. En 2025, les personnes ayant participé à notre Programme de nutrition personnalisée affirment :**

avoir augmenté	avoir diminué	avoir amélioré
<b>20%+</b>	<b>31%+</b>	<b>33%+</b>
leur consommation de fruits et légumes	leur consommation d'aliments ultra-transformés <sup>45</sup>	leur score de régime méditerranéen (MDS), une mesure éprouvée liée à de meilleurs résultats en santé <sup>45,46</sup>

Des scores de régime méditerranéen plus élevés sont associés à une réduction du diabète, des cancers et de l'obésité<sup>47-49</sup>. Une alimentation saine favorise également le bien-être physique et mental et la longévité<sup>50,51</sup>. Le Programme de nutrition personnalisée de GreenShield associe une technologie de pointe et un accompagnement professionnel pour aider les personnes à atteindre leurs objectifs de santé aujourd'hui et à les maintenir à long terme.





En tant qu'entreprise sociale sans but lucratif, nous réinvestissons nos excédents pour soutenir directement les communautés défavorisées. Grâce à GreenShield Communautaire, nous avons eu une incidence favorable sur la santé et le bien-être de plus d'un million de Canadiens et Canadiennes depuis 2020.







# La prévention en action

À GreenShield, nous savons que pour que les soins soient optimaux, ils doivent commencer avant l'apparition de la maladie. Grâce à notre plateforme d'impact social, GreenShield Communautaire, nous faisons progresser l'équité en matière de santé et améliorons les résultats en santé en mettant l'accent sur la santé mentale, les médicaments essentiels et les maladies chroniques.



## Adopter une approche proactive en amont

GreenShield Communautaire s'attaque aux problèmes de santé à la source. Nos programmes sont axés sur l'identification précoce, l'éducation à la santé et l'accès équitable aux soins préventifs. En nous associant à des organismes communautaires, à des innovateurs dans le domaine de la santé et à des établissements universitaires, nous intégrons la prévention dans la vie quotidienne et rendons les soins proactifs à la fois réalisables et évolutifs.

## Un impact sur l'ensemble du Canada

**Promotion de la santé mentale** – Grâce à notre Programme de santé mentale pour les jeunes et à notre Programme de santé pour les femmes, nous mettons l'accent sur l'intervention précoce et le renforcement de la résilience. L'éducation communautaire, le soutien par les pairs et les outils numériques permettent d'éviter que les problèmes de santé mentale ne s'aggravent.

**Prévention des maladies chroniques** – Nous aidons les Canadiens et Canadiennes à gérer les facteurs de risque comme l'hypertension, le diabète et l'hypercholestérolémie avant qu'ils ne se transforment en maladies graves, en

élargissant l'accès aux médicaments essentiels, aux dépistages préventifs et aux programmes de bien-être personnalisés.

### **Culture de la santé et changement de comportement** –

Nous normalisons les conversations sur la santé préventive et encourageons les actions proactives par le biais de campagnes nationales et de trousseaux à outils éducatifs. Les collaborations avec des partenaires comme Jack.org et Noojimo Health aident les Canadiens et Canadiennes à faire des choix éclairés et durables pour une meilleure santé.

## Regard vers l'avenir

Nous sommes fiers d'avoir dépassé notre objectif d'améliorer la vie d'un million de Canadiens et de Canadiennes avant la fin de 2025. Au cœur de cet objectif se trouve la prévention, qui reste au cœur de notre mission. En investissant dans des soins précoces, équitables et fondés sur des données probantes, GreenShield Communautaire redéfinit ce que cela signifie d'être un partenaire en matière de santé et aide les Canadiens et Canadiennes à vivre plus longtemps, en meilleure santé et de façon épanouissante.

# À propos de GreenShield

Seule entreprise sans but lucratif de services d'assurance et de soins de santé à l'échelle du Canada, GreenShield croit que l'accès aux soins de santé est un droit, et non un privilège. Nous sommes déterminés à améliorer les résultats en santé, à contribuer au changement systémique et à bâtir un avenir où chaque Canadien et chaque Canadienne peuvent atteindre leur plein potentiel en matière de santé et de bien-être.

Nous proposons une toute nouvelle expérience de l'assurance et des soins de santé en regroupant ces services en un seul endroit. Et c'est grâce à notre modèle unique de fournisseur-payeur : « fournisseur » parce que nous offrons divers services de soins de santé, notamment en santé mentale, en pharmacie, en prise en charge des maladies chroniques et en télémédecine, et « payeur » parce que nous offrons des services d'assurance, d'administration des régimes et de traitement des réclamations.

Sans but lucratif, donc sans actionnaires, nous réinvestissons nos excédents directement dans le soutien des communautés mal desservies. Grâce à GreenShield Communautaire, nous avons eu une incidence positive sur la santé et le bien-être de plus d'un million de Canadiens et Canadiennes depuis 2020.

Ce qui nous motive aujourd'hui, c'est l'engagement d'avoir un impact mesurable sur trois millions de personnes supplémentaires au Canada d'ici 2030 – dans les domaines de la santé mentale, des médicaments essentiels et de la prise en charge des maladies chroniques – grâce à des initiatives évolutives qui apportent des changements significatifs et s'alignent sur notre mission, qui est de promouvoir une meilleure santé pour tous.

GreenShield est fière d'avoir reçu à plusieurs reprises le prix *Canada's Most Admired Corporate Cultures<sup>MC</sup>*, d'avoir obtenu la certification d'Entreprise généreuse d'Imagine Canada et d'avoir vu son nom inscrit sur la prestigieuse liste « Change the World » de Fortune – ce qui témoigne de notre engagement soutenu à l'égard de l'innovation et de l'impact axés sur les objectifs.



GreenShield Santé est l'un des fournisseurs de soins de santé en ligne dont la croissance est la plus rapide au Canada. Grâce à une vaste gamme de services en santé mentale, en pharmacie, en télémédecine et en prise en charge des maladies chroniques, ainsi qu'à un réseau de plus de 5000 cliniciens et cliniciennes, nous donnons à des millions de Canadiens et Canadiennes les moyens de prendre en main leur santé, directement depuis le confort de leur domicile. En plus de favoriser la santé des Canadiens et Canadiennes, GreenShield Santé offre des solutions holistiques de bien-être aux organisations publiques et privées de toutes les tailles. Notre approche novatrice et axée sur la technologie regroupe la télémédecine, la santé mentale, la prise en charge de la maladie, le bien-être et les services pharmaceutiques, ainsi que nos services d'assurance collective et individuelle et d'administration afin d'offrir à nos clients des soins de santé intégrés.



Depuis près de 70 ans, GreenShield pave la voie en tant que l'un des plus importants fournisseurs de soins de santé et dentaires au pays, portée par l'innovation et mue par une mission sociale. Nous soutenons nos clients partout au pays grâce à une administration flexible et automatisée des soins dentaires, médicaments, soins de santé complémentaires, de l'assurance voyage et des comptes de frais pour soins de santé. Qu'il s'agisse de stratégies de gestion des réclamations avant-gardistes ou d'une marque de service unique, nous nous sommes toujours efforcés de faire en sorte que l'expérience GreenShield soit précieuse pour notre clientèle. GreenShield a acquis une solide réputation en matière d'adjudication et d'administration des réclamations de médicaments, de soins dentaires et de soins de santé complémentaires en desservant plus de sept millions de Canadiens et Canadiennes.



GreenShield Administration est un précurseur dans l'administration des régimes d'assurance collective, notamment dans la gestion des régimes d'assurance médicaments, l'adjudication des réclamations et l'administration des régimes, ce qui fait progresser notre modèle de fournisseur-payeur. Nos capacités permettent d'accéder à des renseignements exclusifs et précieux et d'offrir une expérience améliorée en soins de santé. Elles nous permettent également de gérer et de contrôler efficacement les coûts des régimes de soins de santé et dentaires, particulièrement le coût des médicaments de spécialité. Nous sommes le seul partenaire en mesure d'offrir un éventail complet et intégré d'outils technologiques et de services d'assurance et de soins de santé aux clients, peu importe leur taille, qu'il s'agisse de grandes sociétés, de petites entreprises ou d'entrepreneurs.



- <sup>1</sup> Global Wellness Institute. « The global wellness economy: Canada » (2023) Accessible en ligne : <https://globalwellnessinstitute.org/geography-of-wellness/canada/>
- <sup>2</sup> MARTINOVIC, A. et coll. « Climbing the longevity pyramid: overview of evidence-driven healthcare prevention strategies for human longevity », *Frontiers in Aging*, 5 (2024). Accessible en ligne : <https://doi.org/10.3389/fragi.2024.1495029>
- <sup>3</sup> GRUBER, A. « The role of preventive care in reducing healthcare costs: A public health perspective », *Epidemiology : Open Access*. (2025) Accessible en ligne : <https://doi.org/10.4172/2161-1165.1000596>
- <sup>4</sup> SOCIÉTÉ CANADIENNE DU CANCER. « Mode de vie sain » (2025) Accessible en ligne : <https://cancer.ca/fr/get-involved/advocacy/what-we-are-doing/healthy-living>
- <sup>5</sup> MASTERS, R. et coll. « Return on investment of public health interventions: A systematic review », *Journal of Epidemiology and Community Health*, vol. 71, no 8. (2017) Accessible en ligne : <https://doi.org/10.1136/jech-2016-208141>
- <sup>6</sup> GOUVERNEMENT DU CANADA. « Pour un Canada plus sain : faire de la prévention une priorité : Déclaration sur la prévention et la promotion de la part des ministres canadiens de la Santé, de la Promotion de la santé et du Mode de vie sain. » Accessible en ligne : <https://www.canada.ca/content/dam/phac-aspc/migration/phac-aspc/hp-ps/hl-mvs/declaration/pdf/dpp-fra.pdf>
- <sup>7</sup> CROIX BLEUE DU CANADA « Les Canadiens se soucient de la santé préventive » Étude Croix Bleue sur l'état de la santé en 2024. Accessible en ligne : <https://www.bluecross.ca/wp-content/uploads/2024/09/Rapport-Etude-Croix-Bleue-sur-letat-de-la-sante-en-2024.pdf>
- <sup>8</sup> BENEFITS CANADA. « Test of time: Benefits Canada healthcare survey 2025 » (2024) <https://cdn.ofsys.com/T/OFSYS/H/C1024/8726/1kn1rV/bchs-report-2025-eng-final.pdf>
- <sup>9</sup> DUONG, D. et L. VOGEL. « National survey highlights worsening primary care accessible » *JAMC. Journal de l'Association médicale canadienne*, vol. 195, no 16 (2023) Accessible en ligne : <https://doi.org/10.1503/cmaj.1096049>
- <sup>10</sup> KIRAN, T. et coll. « Public experiences and perspectives of primary care in Canada: results from a cross-sectional survey », *Journal de l'Association médicale canadienne*, Vol. 196, no 19, (2024) Accessible en ligne : [E646E656. https://doi.org/10.1503/cmaj.231372](https://doi.org/10.1503/cmaj.231372)
- <sup>11</sup> KIRAN, T. « Public priorities for primary care in Canada Report on insights and actionable recommendations from 5 provincial reference panels. » *Canadian Family Physician | Le Médecin de famille canadien*, 71.
- <sup>12</sup> GREENSHIELD. (2025). GreenShield+ Analytique, septembre 2025 [Données internes].
- <sup>13</sup> GREENSHIELD. (2025) Données sur les services de santé (télémédecine) : juillet à septembre 2025 [Données internes].
- <sup>14</sup> GREENSHIELD. (2025) Données sur les services de santé (santé mentale) : juillet à septembre 2025 [Données internes].
- <sup>15</sup> GREENSHIELD (2025) Perspectives et résultats en matière de médicaments : avril à juin 2025 [Données internes].
- <sup>16</sup> Apple App Store (2025) GreenShield+: Quick access to your benefits. Accessible en ligne : <https://apps.apple.com/ca/app/greenshield/id6468092828>
- <sup>17</sup> Google Play. (2025) GreenShield+. Google Play. [https://play.google.com/store/apps/details?id=ca.greenshield.gsplus&hl=en\\_CA](https://play.google.com/store/apps/details?id=ca.greenshield.gsplus&hl=en_CA)
- <sup>18</sup> GREENSHIELD. (2025) Comportements numériques – Parcours de soins de santé dans GS+ avril à juin 2025 [Données internes].
- <sup>19</sup> SNOSWELL, C. et coll. « The clinical effectiveness of telehealth: A systematic review of meta-analyses from 2010 to 2019 », *Journal of Telemedicine and Telecare*, vol. 29, no 9 (2023). Accessible en ligne : <https://doi.org/10.1177/1357633X211022907>
- <sup>20</sup> VUDATHAENI, V. K. P., et coll. « The impact of telemedicine and remote patient monitoring on healthcare delivery: A comprehensive evaluation. », *Cureus*. (2024) Accessible en ligne : <https://doi.org/10.7759/cureus.55534>
- <sup>21</sup> KOWLESSAR, N. et coll. « The relationship between 11 health risks and medical and productivity costs for a large employer. », *Journal of Occupational and Environmental Medicine*, vol. 53, no 5 (2011) Accessible en ligne : <https://doi.org/10.1097/JOM.0b013e31821586b8>
- <sup>22</sup> GREENSHIELD. (2025). Programme de soins de santé préventifs de GreenShield. [Données internes].
- <sup>23</sup> ROHM, T. et coll. « Inflammation in obesity, diabetes, and related disorders. », *Immunity*, vol. 55, no 1 (2022) Accessible en ligne : <https://doi.org/10.1016/j.immuni.2021.12.013>
- <sup>24</sup> OSBORNE, M. T., et coll. « Disentangling the links between psychosocial stress and cardiovascular disease », *Circulation : Cardiovascular Imaging*, vol. 13, no 8 (2020) Accessible en ligne : <https://doi.org/10.1161/CIRCIMAGING.120.010931>
- <sup>25</sup> FEN Y, et coll. « Global burden of mental disorders in 204 countries and territories, 1990–2021: results from the global burden of disease study 2021 », *BMC Psychiatry*. 2025, vol. 25, no 1. doi:10.1186/s12888-025-06932-y
- <sup>26</sup> Benefits Canada « Fewer employees reporting excellent mental health year over year: survey. Benefits Canada. » (2025, 3) Accessible en ligne : <https://www.benefitscanada.com/news/bencan/fewer-employees-reporting-excellent-mental-health-year-over-year-survey/>
- <sup>27</sup> DE OLIVEIRA, C., et coll. « The role of mental health on workplace productivity: A Review of the Literature », *Applied Health Economics and Health Policy*, vol. 21, no2, p. 167–193 (2023) Accessible en ligne : <https://doi.org/10.1007/s40258-022-00761-w>
- <sup>28</sup> MOOSATH, H. et M. Rangaswamy « Comparing influence of depression and negative affect on decision making », *Psychological Studies*, vol. 68, no 3 (2023) Accessible en ligne : <https://doi.org/10.1007/s12646-023-00719-5>





- <sup>29</sup> LEE, J., et coll. « An empirical approach to analyzing the effects of stress on individual creativity in business problem-solving: Emphasis on the electrocardiogram, electroencephalogram methodology », *Frontiers in Psychology*, vol.13 (2022) Accessible en ligne : <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.705442>
- <sup>30</sup> BURCH, P., et coll. « Patient reported measures of continuity of care and health outcomes: a systematic review », *BMC Primary Care*, vol. 25, no1 (2024) Accessible en ligne : <https://doi.org/10.1186/s12875-024-02545-8>
- <sup>31</sup> BIRINGER, E., et coll. « Continuity of care as experienced by mental health service users—A qualitative study », *BMC Health Services Research*, vol. 17, no 1. (2017). Accessible en ligne : <https://doi.org/10.1186/s12913-017-2719-9>
- <sup>32</sup> MACLELLAN, A., et coll. « Investigating the effectiveness of digital cognitive training at improving mental health and social engagement in an "at risk" population: Author note. », *Cognitive Therapy and Research* (2025) Accessible en ligne : <https://doi.org/10.1007/s10608-025-10636-8>
- <sup>33</sup> GKINTONI, E., et coll. « Next-generation cognitive-behavioral therapy for depression: Integrating digital tools, teletherapy, and personalization for enhanced mental health outcomes », *Medicina (Lithuania)*, vol. 61, no 3 (2025) Accessible en ligne : <https://doi.org/10.3390/medicina61030431>
- <sup>34</sup> Greenspace. (2025). Measurement Based Care Benchmark Results.
- <sup>35</sup> WAIBEL, S., et coll. « What do we know about patients' perceptions of continuity of care? A meta-synthesis of qualitative studies. », *International Journal for Quality in Health Care*, vol. 24, no 1 (2012) Accessible en ligne : <https://doi.org/10.1093/intqhc/mzr068>
- <sup>36</sup> PUNTIS, S., et coll. « Associations between continuity of care and patient outcomes in mental health care: A systematic review. », *Psychiatric Services*, vol. 66, no 4 (2015) Accessible en ligne : <https://doi.org/10.1176/appi.ps.201400178>
- <sup>37</sup> BALKRISHNAN, R. « The importance of medication adherence in improving chronic-disease related outcomes: What we know and what we need to further know », *Medical Care*, vol. 43 no 6 (2005) Accessible en ligne : <https://doi.org/10.1097/01.mlr.0000166617.68751.5f>
- <sup>38</sup> ISKEDJIAN, M., et coll. « PHP18 Estimating the economic burden of hospitalization due to patient nonadherence in Canada », *Value in Health*, vol. 5, no 6 (2002) Accessible en ligne : [https://doi.org/10.1016/s1098-3015\(10\)61257-0](https://doi.org/10.1016/s1098-3015(10)61257-0)
- <sup>39</sup> GREENSHIELD. (2025). Utilisation et analytique du profil GS+ – Aperçu de l'utilisation : avril à juin 2025 [Données internes].
- <sup>40</sup> GORDON, N. et coll. « Clinical effectiveness of lifestyle health coaching: Case study of an evidence-based program », *American Journal of Lifestyle Medicine*, vol. 11, no 2 (2017) Accessible en ligne : <https://doi.org/10.1177/1559827615592351>
- <sup>41</sup> GRIMANI, A. « The effectiveness of workplace nutrition and physical activity interventions in improving productivity, work performance and workability: A systematic review », *BMC Public Health*, vol. 19, no 1 (2019) Accessible en ligne : <https://doi.org/10.1186/s12889-019-8033-1>
- <sup>42</sup> VAN DONGEN, J. et coll. « Systematic review on the financial return of worksite health promotion programmes aimed at improving nutrition and/or increasing physical activity », *Obesity Reviews*, vol. 12, no 12 (2011) Accessible en ligne : <https://doi.org/10.1111/j.1467-789X.2011.00925.x>
- <sup>43</sup> ALFONSI, J. E. « Carbohydrate counting app using image recognition for youth with Type 1 diabetes: Pilot randomized control trial », *JMIR MHealth and UHealth*, vol. 8, no 10 (2020) Accessible en ligne : <https://doi.org/10.2196/22074>
- <sup>44</sup> RxFood (2023, 21 novembre). RxFood Co. and GreenShield partner to improve health outcomes for Canadians: Leveraging clinically validated dietary technology and health coaching, partnership aims to help more Canadians manage and prevent chronic disease. <https://rxfood.com/press/rxfood-co-and-greenshield-partner-to-improve-health-outcomes-for-canadians>
- <sup>45</sup> RxFood (2025). [Données internes]
- <sup>46</sup> FUNG, T. « Mediterranean diet and incidence of and mortality from coronary heart disease and stroke in women. », *Circulation*, vol. 119, no 8 (2009) Accessible en ligne : <https://doi.org/10.1161/CIRCULATIONAHA.108.816736>
- <sup>47</sup> DOMINGUEZ, L. et coll. « Mediterranean diet in the management and prevention of obesity », *Experimental Gerontology*, vol. 174 (2023) Accessible en ligne : <https://doi.org/10.1016/j.exger.2023.112121>
- <sup>48</sup> MENTELLA, M. C., et coll. « Cancer and mediterranean diet: A review. », *Nutrients*, vol. 11, no 9 (2019) Accessible en ligne : <https://doi.org/10.3390/nu11092059>
- <sup>49</sup> MARTIN-PELAEZ, S., et coll. « Mediterranean diet effects on type 2 diabetes prevention, disease progression, and related mechanisms. A review », *Nutrients*, vol. 12, no 8 (2020) Accessible en ligne : <https://doi.org/10.3390/nu12082236>
- <sup>50</sup> Hu, F. B. « Diet strategies for promoting healthy aging and longevity: An epidemiological perspective », *Journal of Lifestyle Medicine*, vol. 295, no 4 (2024) Accessible en ligne : <https://doi.org/10.1111/joim.13728>
- <sup>51</sup> GRAJEK, M., et coll. « Nutrition and mental health: A review of current knowledge about the impact of diet on mental health. », *Frontiers in Nutrition*, vol. 9 (2022) Accessible en ligne : <https://doi.org/10.3389/fnut.2022.943998>



[greenshield.ca](https://greenshield.ca)

