

UNIVERSITÉ DU QUÉBEC À MONTRÉAL

**Les espaces verts urbains : « une deuxième maison » pour les communautés  
culturelles de la minorité visible au Québec**

THÈSE DE SPÉCIALISATION

PRÉSENTÉE COMME EXIGENCE PARTIELLE

DU BACCALAURÉAT EN PSYCHOLOGIE

PROFIL HONOURS

PAR

Sandra Lachance

SOUS LA SUPERVISION DE

Janie Houle et Kadia Saint-Onge

6 mai 2020

## RÉSUMÉ

Les personnes appartenant à diverses communautés culturelles de la minorité visible sont particulièrement à risque de développer des difficultés de santé mentale. En effet, ces personnes vivent des inégalités sociales de santé qui les empêchent d'avoir accès aux ressources matérielles et sociales nécessaires à leur bien-être. De plus, les espaces verts urbains représentent des ressources gratuites et qui pourraient être porteuses de bien-être pour cette population. Le but de cette recherche est donc d'explorer l'influence des espaces verts urbains québécois sur le bien-être des personnes appartenant à la minorité visible. Nous avons sélectionné 16 parcs de milieux favorisés et défavorisés dans les villes de Montréal, Laval, Québec et Saint-Hyacinthe. Nous avons mené 60 courts entretiens semi-dirigés in situ avec des personnes de diverses origines : Afrique (n = 32), Asie (n = 7), Amérique Latine (n = 5), Amérique du Nord (n = 4) et Autre (n = 12). Nous avons ensuite conduit une analyse thématique des retranscriptions intégrales à l'aide du logiciel Nvivo. Les résultats soutiennent que les espaces verts urbains favoriseraient le bien-être hédonique et eudémonique des personnes appartenant à la minorité visible en leur permettant d'être physiquement actif, en communauté et en contact avec la nature. Notamment, ces espaces atténueraient leur stress d'acculturation en favorisant leur adaptation psychologique et socioculturelle et en les protégeant des répercussions liées aux inégalités sociales de santé. Ces résultats pourront servir à sensibiliser les intervenants sur les bienfaits des espaces verts urbains afin d'encourager l'utilisation de ces espaces par cette population.

**Mots-clés :** *Communautés culturelles, minorité visible, espaces verts urbains, bien-être hédonique, bien-être eudémonique, inégalités sociales de santé, recherche qualitative, analyse thématique.*

**TABLE DES MATIÈRES**

Résumé.....2

Table des matières .....3

Remerciements.....4

Introduction.....5

Objectif de recherche.....13

Méthodologie.....13

Résultats.....17

Discussion.....24

Conclusion.....30

Bibliographie.....32

Annexe 1 : Résumé de recherche.....40

Annexe 2 : Canevas d’entrevue.....41

Annexe 3 : Certificat d’accomplissement de l’EPTC 2.....44

Annexe 4 : Approbation éthique.....45

## **REMERCIEMENTS**

Un merci tout spécial à madame Janie Houle et madame Kadia Saint-Onge, qui ont accepté de me superviser tout au long de cette thèse de spécialisation. Un merci également aux professeurs du cours *Activité de recherche en psychologie (PSY5900)*, monsieur Dave Saint-Amour et madame Maryvonne Merri. Votre soutien et vos conseils m'ont été très précieux et m'ont permis d'apprendre de cette expérience de recherche.

## **Les espaces verts urbains : « une deuxième maison » pour les communautés culturelles de la minorité visible au Québec**

### **Communautés culturelles et inégalités sociales de santé**

Une communauté culturelle est un groupe social issu de diverses nationalités d'immigration (Gouvernement du Québec, 2020a). Dans certains cas, il est possible d'interpréter la communauté culturelle d'une personne à partir de caractéristiques physiologiques comme la couleur de sa peau ou le port d'un signe religieux ; cette personne sera dès lors considérée comme faisant partie de la minorité visible (Gouvernement du Québec, 2020b). Ainsi, une personne qui s'identifie à une communauté culturelle peut être un immigrant d'une ou de plusieurs générations et faire partie de la minorité visible. Une personne qui réside au Canada, mais qui est née à l'extérieur du pays est considérée comme un immigrant de première génération, alors qu'un enfant d'immigrants né au Canada est considéré comme un immigrant de deuxième génération. Au Canada, environ le tiers des personnes appartenant à la minorité visible sont immigrantes (Institut de la statistique du Québec, 2011).

En raison des critères de sélection du gouvernement, les immigrants sont majoritairement en bonne santé lorsqu'ils arrivent au Canada (Kirmayer et al., 2011). Or, de nombreuses études rapportent une dégradation de leur santé suite à leur établissement au pays (Beiser, 2005 ; De Maio et Kemp, 2010 ; Kim, Carrasco, Muntaner, McKenzie, & Noh, 2013). Notamment, une étude longitudinale menée par De Maio et Kemp (2010) montre que quatre ans après leur arrivée, la proportion d'immigrants qui rapportaient être en excellente santé est passée de 43% à 30%. De plus, 29% d'entre eux ont rapporté vivre des sentiments envahissants de tristesse, de dépression et de solitude (De Maio et Kemp, 2010). Les expériences pré migratoire et le stress post migratoire contribueraient en partie à cette dégradation de la santé (Beiser, 2005 ; OMS, 2019). Les expériences pré migratoires concernent les événements traumatiques vécus dans le pays d'origine, allant des restrictions économiques, politiques et culturelles à des expériences de violences physiques et de persécutions (Aycan et Berry, 1996 ; Yakushko et al., 2008). Le stress post migratoire fait référence au stress d'acculturation (Berry, 2006), qui est engendré par l'adaptation d'un individu au contexte socioculturel de la communauté d'accueil. Ceci

implique entre autres l'apprentissage d'une nouvelle langue et de nouvelles normes sociales qui sont essentiels au fonctionnement en société (Stodolska et al., 2017). La discrimination systémique pourrait également affecter la santé des nouveaux arrivants et, plus largement, des personnes appartenant à la minorité visible.

En effet, les personnes appartenant à la minorité visible sont plus susceptibles de subir les conséquences de la discrimination systémique, qui « découle de politiques, pratiques et comportements qui font partie des structures sociales et administratives de l'organisation et dont l'ensemble crée ou perpétue une situation désavantageuse » (Commission ontarienne des droits de la personne, 2020). De plus, cette discrimination est difficilement observable puisqu'elle découle de biais inconscients, tels les stéréotypes ou les préjugés (Vallerand, 2006, p. 563). Pourtant, l'impact qu'elle engendre sur la qualité de vie des personnes appartenant à la minorité visible est bien notoire. En effet, elle contribue au maintien de positions sociales inégalitaires, plaçant cette population au bas de la hiérarchie sociale (Kamanzi, 2012). Ainsi, la discrimination systémique serait une des principales causes des inégalités sociales de santé pour les personnes appartenant à la minorité visible (OMS, 2019).

Les inégalités sociales de santé sont des écarts de santé dus à la position sociale qu'occupe un individu (p.ex. les plus riches sont en meilleure santé que les plus pauvres) (Aïach et Fassin, 2004). Pour les personnes appartenant à la minorité visible, ces inégalités se traduisent souvent par un moins bon accès aux ressources matérielles et sociales (Pampalon et Raymond, 2003 ; Pampalon *et al.*, 2008). Par exemple, ces personnes ont plus difficilement accès à un emploi ou, du moins, à des bonnes conditions de travail (Gravel et al., 2012). Ceci fait en sorte que les personnes appartenant à la minorité visible, notamment les communautés noires ou les communautés d'Amérique latine, sont plus pauvres que la population générale (Statistique Canada, 2017). Cette pauvreté a aussi tendance à persister dans le temps et à travers les générations et serait liée à une plus grande détresse psychologique des parents et de leurs enfants (Beiser, Morton et al., 2002). De plus, les personnes appartenant aux minorités visibles seraient plus susceptibles de vivre dans des conditions d'habitation inadéquates, comme un appartement restreint, sans balcon ou cour arrière et où le bruit voyage facilement

(Hordyk et al., 2015). Ces personnes seraient aussi plus sensibles aux périodes de canicule (INSPQ, 2010). En effet, les symptômes liés à leurs problèmes de santé s'aggravaient en période de chaleur accablante et leur précarité financière les empêcherait de se procurer les outils nécessaires (p. ex. l'air conditionné) et d'accéder aux services pouvant les soulager (Lemmen et al., 2008).

Les personnes appartenant à la minorité visible vivraient aussi un plus grand isolement social et auraient un moins bon accès aux services de santé psychologique, comparativement à la population générale (Zhang et ta, 2009 ; Newbold et Danforth, 2003 ; Kimrayer, 2011). Ceci pourrait être expliqué par le fait que les personnes appartenant à la minorité visible n'ont parfois pas les ressources financières ou matérielles pour se déplacer (p. ex. payer les frais de transport en commun, détenir une voiture) (Reitz, 1995). De plus, les services de soin de santé canadiens sont rarement adaptés aux différences culturelles (Santé Canada, 2001). Par exemple, ces services ne sont donnés qu'en anglais et en français, ce qui pourrait constituer un obstacle à la transmission de l'information pour les personnes ne parlant pas ces langues (Reitz, 1995). Également, les personnes appartenant à la minorité visible sont sous-représentées dans la profession médicale, ce qui pourrait générer des incompréhensions entre le patient et le médecin et diminuer ainsi les probabilités d'utilisation pour cette population (Santé Canada, 2001).

Devant cet accès inégal aux soins de santé pour les personnes appartenant à la minorité visible, certains auteurs vont valoir les bienfaits des espaces verts urbains sur la santé (Houlden et al., 2018). En effet, ces espaces représenteraient une ressource gratuite et susceptible de diminuer les effets liés aux inégalités sociales de santé pour les populations vulnérables (Hordyk et al., 2015). Ainsi, Mitchell, Richardson, Shortt et Pearce, (2015) ont distribué un sondage auprès de 21 294 résidents européens afin de connaître le lien entre l'accès perçu des espaces verts urbains et le niveau de bien-être ressenti. Les questions concernaient l'accès physique, la distance perçue et les heures d'ouverture de ces espaces. Les résultats révèlent que les personnes ayant un meilleur accès perçu aux espaces verts urbains rapportaient un niveau de bien-être 40% plus élevé que celles dont l'accès perçu était faible. Ainsi, l'écart de bien-être s'équilibrait entre les

riches et les pauvres lorsque ces derniers percevaient avoir un bon accès aux espaces verts urbains (Mitchell, Richardson, Shortt et Pearce, 2015). Ainsi, les personnes appartenant à la minorité visible constituent une population particulièrement à risque de développer des difficultés de santé et pour qui l'usage des espaces verts urbains pourrait être porteur de bien-être.

### **Espaces verts urbains et bien-être**

Selon l'Organisation mondiale de la santé, la santé serait plus que l'absence de symptômes et constituerait « un état de complet bien-être physique, psychologique et social » (Constitution de l'Organisation mondiale de la santé, 1946). Ainsi, la santé serait intimement liée au bien-être hédonique et eudémonique des personnes, deux dimensions du bien-être qui s'inter influenceraient (Drouin, 2019). D'une part, le bien-être hédonique correspond au niveau de plaisir, de confort et de bonheur ressenti (Ryan & Deci, 2001). Ce bien-être serait aussi lié à la satisfaction de vie et à la présence d'affects positifs chez une personne (Diener, 1984). D'autre part, le bien-être eudémonique correspond à l'actualisation du potentiel humain et des besoins psychologiques (Ryan & Deci, 2001). L'actualisation du potentiel humain fait référence à la croissance personnelle ou au fait de trouver un sens à sa vie. Le bien-être eudémonique serait également lié aux concepts d'autodétermination, d'acceptation de soi et de relations interpersonnelles positives (Ryan, Huta, & Deci, 2013; Ryff & Keyes, 1995).

Afin de faciliter la comparaison des résultats provenant de plusieurs études différentes, certains auteurs relèvent l'importance de clarifier la définition des espaces verts urbains (Houlden et al., 2018). Dans le cadre de cette recherche, les espaces verts urbains seront compris comme des espaces naturels végétalisés et aménagés, ouverts au public, dont la superficie et la disposition des installations permettent aux utilisateurs une liberté de mouvement (p.ex. parcs, jardins, ruelles vertes, sentiers, forêts urbaines) (Houlden et al., 2018). Ces espaces peuvent parfois être hybrides, c'est-à-dire qu'ils peuvent contenir à la fois de la verdure et des points d'eau (Brown, 2016). Cette définition écarte les milieux naturels sauvages non aménagés (Cronon, 1996) et les espaces bleus majoritairement pourvus d'eau comme les lacs, les bords de mer et les



rivières (White, Alcock, Wheeler & Depledge, 2013). Nous avons choisi d'intégrer la notion d'espaces blancs, caractérisés par la présence de neige ou de glace (Finlay, 2018), sans en faire une distinction explicite. Les espaces verts urbains entrent aussi dans la catégorie plus large des lieux communs à toute la population, comme les rues ou les magasins (Bell et al., 2018). Certains auteurs ont étudié les lieux communs, alors que d'autres se sont intéressés spécifiquement aux espaces verts urbains. Avant de détailler les résultats des études en lien avec les espaces verts urbains, nous nous intéresserons d'abord aux résultats des études en lien avec les lieux communs.

Dans le domaine de la géographie de la santé, certains auteurs relèvent le rôle thérapeutique que les lieux communs pourraient jouer en offrant une atmosphère propice au rétablissement des populations vulnérables (Bell et al., 2018 ; Gesler, 1996). Par exemple, des études réalisées auprès des personnes atteintes de maladies graves avancent que les jardins des hôpitaux étaient perçus comme des « safe space » qui favoriseraient les sentiments d'inclusion et de sécurité. En effet, ces lieux communs leur offraient un équilibre entre le recueillement et les interactions sociales, où il était possible à la fois de se retrouver entre amis et d'avoir des moments de réflexivité (Carter et al., 2016 ; Butterfield and Martin, 2016). De plus, les participants percevaient parfois ces jardins comme des « maisons idéalisées », où il était possible pour eux de trouver du confort en se réfugiant loin du chaos lié à la maladie (Butterfield and Martin, 2016). Récemment, d'autres auteurs se sont intéressés au rôle thérapeutique des lieux communs pour les immigrants (El-Bialy and Mulay, 2015 ; Francis et al., 2012 ; Agyekum and Newbold, 2016). Ces auteurs avancent que l'occupation positive de l'espace par différentes communautés culturelles aiderait les immigrants à se réapproprier un certain accès aux ressources matérielles et socioculturelles et à augmenter le sentiment d'appartenance à la communauté d'accueil (Francis et al., 2012 ; Agyekum and Newbold, 2016). Aussi, dans l'étude de El-Bialy et Mulay (2015) sur l'influence de l'environnement bâti et naturel sur le bien-être des réfugiés, le contact avec la nature allégeait le poids des expériences traumatiques et le stress migratoire vécu.

Plusieurs études se sont intéressées spécifiquement aux bienfaits des espaces verts urbains en lien avec le bien-être de la population générale (Houlden et al., 2018). Par

exemple, les espaces verts urbains aideraient à combattre les îlots de chaleur (Chaire de responsabilité sociale et de développement durable, 2011) et diminueraient l'influence des stressseurs urbains, comme la criminalité, l'entassement, le bruit et la pollution aérienne (Houlden et al., 2018). Sur ce point, dans l'étude de Mullan, 2003, les endroits avec beaucoup de voitures étaient perçus comme étant moins sécuritaires et accueillants. De plus, les espaces verts urbains encourageraient l'activité physique, ce qui diminuerait le risque de maladies cardio-vasculaires pour ses utilisateurs (Bell et al., 2008 ; van den Bosch & Sang, 2017). Également, une plus grande quantité d'espaces verts urbains dans l'environnement résidentiel serait lié à une plus forte cohésion sociale (Maas et al., 2009 ; Seeland et al., 2009). Plus récemment, Houlden et al. (2018) ont fait une revue systématique de 52 articles utilisant une méthodologie quantitative et portant sur le lien entre l'exposition aux espaces verts urbains et ruraux et le bien-être. Les résultats indiquent que le bien-être hédonique augmente en fonction de la quantité d'espaces verts avoisinants et que l'accessibilité de ces espaces favorise la fréquence de visite des utilisateurs. Aussi, le fait d'avoir une perception des milieux verts comme étant des espaces sereins et naturels augmenterait la satisfaction de vie (Houlden et al., 2018). Toutefois, certains résultats divergents et l'impossibilité de comparer les espaces verts ruraux avec les espaces verts urbains incitent à la prudence dans l'interprétation des résultats (Houlden et al., 2018).

Alors que la majorité des études sur les espaces verts urbains concernent les effets pour la population générale, peu d'auteurs se sont intéressés aux personnes issues de différentes communautés culturelles (Houlden et al., 2018). Parmi ceux qui l'ont fait, l'étude menée à Montréal par Hordyk, Hanley, et Richard (2015) sur le lien entre les espaces verts urbains et le bien-être de sept familles immigrantes soutient que ces espaces atténuent les impacts des inégalités sociales de santé, notamment les conditions d'habitation inadéquates, l'isolement social et le stress psychologique. Plus spécifiquement, les familles interrogées décrivaient les espaces verts urbains comme des espaces libres servant d'extension à leurs logements étroits. De plus, certains participants rapportaient avoir réalisé de nouveaux apprentissages sociaux dans les espaces verts urbains (p.ex. le système de gestion des ordures, différent d'un pays à l'autre). Le contact

avec la nature permettait aussi à certains répondants de maintenir un lien symbolique avec les proches restés dans le pays d'origine. Par exemple, certains participants détenaient dans leur jardin des plantes habituellement cultivées dans le pays d'origine, dont la vue leur rappelait des souvenirs plaisants en lien avec ce dernier. Finalement, les auteurs font valoir le rôle important des ressources communautaires et sociales, qui facilitaient pour plusieurs l'adaptation au froid des hivers canadiens par un travail de soutien préventif (p.ex. comment s'habiller chaudement et où trouver ses vêtements) (Hordyk, Hanley, et Richard, 2015).

Stodolska, Peters, & Horolets, (2017) ont aussi examiné le lien entre les loisirs en milieux naturels (p. ex. des parcs, des forêts et des jardins) et l'adaptation psychologique et socioculturelle des immigrants de plusieurs pays des États-Unis et d'Europe. Dans leur article, l'adaptation psychologique fait surtout référence au bien-être émotionnel et à la satisfaction de vie, alors que l'adaptation socioculturelle fait référence à l'acquisition des normes sociales propres à une culture (Sam, 2006 ; Masgoret & Ward, 2006). Les résultats indiquent que les loisirs en milieu naturel favoriseraient parfois l'adaptation socioculturelle par l'apprentissage des coutumes du pays d'accueil. Surtout, ces activités favoriseraient l'adaptation psychologique par l'augmentation du bien-être émotionnel, la diminution du stress d'acculturation et le développement du sentiment d'attachement au lieu. Particulièrement, l'attachement au lieu serait un lien affectif positif et identitaire entre une personne et un lieu spécifique, qui a pour nature de durer même s'il est susceptible de varier en intensité (Debenedetti 2005). Ce dernier favoriserait la cohésion sociale par le renforcement de l'attachement à la communauté d'accueil et donnerait l'impression d'être « chez soi » (Peters et al., 2010 ; Francis et al., 2012 ; Buffel & Phillipson, 2011). Ainsi, la création des souvenirs plaisants dans les espaces verts urbains et le rappel positif du pays d'origine à travers la familiarité d'un paysage naturel favoriseraient l'attachement au lieu et l'adaptation psychologique des immigrants (Stodolska, 2017). Or, ce rappel pouvait aussi souligner à certains d'entre eux qu'ils n'étaient plus dans leur pays d'origine, ce qui provoquait des sentiments de nostalgie et de désaffiliation envers le pays d'accueil (Stodolska et al., 2017).

Le fait de pouvoir se regrouper entre personnes d'une même communauté dans les espaces verts urbains diminuerait le stress d'acculturation des immigrants (Stodolska et al., 2017 ; Peters et al., 2010 ; Mesch & Manor, 1998). Cette notion serait particulièrement importante pour les communautés d'Amérique latine et marocaine qui utilisent habituellement ces espaces comme des lieux de rencontres sociales et familiales (Shaull & Gramann, 1998; Stodolska et al., 2017 ; Munet-Vilaró, Chase & Echeverria, 2018). Ceci fait écho aux résultats de l'étude menée par Munet-Vilaró, Chase & Echeverria (2018), qui met en lumière le rôle social et culturel des espaces verts urbains pour les mères nées en Amérique latine ayant immigré aux États-Unis. Aussi, ces espaces devenaient pour elles un incitatif à l'activité physique et les aidaient à créer des liens, ce qui participait à leur sentiment de bien-être. Toutefois, dans l'étude de Stodolska et al., (2017), une minorité de participants ont rapporté avoir vécu de la discrimination dans les espaces verts urbains, ce qui provoquait chez eux un sentiment de méfiance envers la communauté d'accueil. Il est possible de faire un lien avec l'étude de Sharaievska et al. (2010), dans lequel certaines personnes appartenant aux minorités visibles s'empêchaient de fréquenter un parc en raison de son occupation majoritairement « blanche » et par peur d'y vivre de la discrimination.

À la lumière de ce qui précède, les espaces verts urbains contribueraient à favoriser le bien-être hédonique de la population générale (Houlden et al., 2018). Également, certains résultats de recherches portent à croire que ces espaces pourraient également atténuer l'impact des inégalités sociales de santé des populations vulnérables (Mitchell, Richardson, Shortt & Pearce, 2015 ; Hordyk et al., 2015). Or, l'influence des espaces verts urbains sur la santé des personnes appartenant à diverses communautés culturelles de la minorité visible au Canada reste peu connue, alors que c'est une population fortement à risque de dégradation de la santé mentale (Beiser, 2005 ; De Maio et Kemp, 2010 ; Kim et al., 2013). Les quelques recherches existantes incluent rarement l'aspect eudémonique du bien-être et concernent seulement les familles immigrantes, écartant ainsi les personnes issues de communautés culturelles qui n'ont pas d'enfant(s) ou de conjoint(e) et pour qui l'isolement social pourrait être plus grand (Hordyk, Hanley, & Richard, 2015; El-Bialy & Mulay, 2015). De plus, l'information présentée dans la

littérature scientifique à ce sujet est majoritairement de nature quantitative. Par exemple, ces études ont été très utiles pour sonder la population ou mesurer l'accès physique aux espaces verts urbains (Houlden et al., 2018). Toutefois, elles présentent des limites quant à l'approfondissement de l'interaction entre les espaces verts urbains et ses utilisateurs.

### **Objectif de recherche**

Le but de cette recherche est d'explorer l'influence des espaces verts urbains québécois sur le bien-être des personnes appartenant à différentes communautés culturelles de la minorité visible. Plus précisément, une meilleure compréhension des avantages potentiels des espaces verts urbains servira à sensibiliser les intervenants pour favoriser l'utilisation de ces espaces de la part des populations vulnérables.

### **Méthodologie**

Cette recherche est une analyse de données secondaires effectuée à l'hiver 2020, issue du projet Espaces verts urbains et santé mentale. Le projet de recherche était financé par Ouranos et a eu lieu de septembre 2016 à août 2019 (voir le résumé en annexe 1). Selon une démarche d'application intégrée des connaissances, la majorité des choix méthodologiques ont été faits en partenariat avec des utilisateurs de connaissances provenant de trois milieux différents : 1) l'Institut national de santé publique du Québec 2) la Direction du Sport, du loisir et de l'activité physique du Ministère de l'Éducation et de l'Enseignement Supérieur du Québec et 3) le milieu municipal. Ce type de démarche est reconnu pour favoriser l'utilisation des connaissances produites par la recherche (Amara, Ouimet et Landry, 2003).

### **Devis de recherche**

Nous avons choisi de conduire une recherche de nature qualitative parce qu'elle sert au mieux notre objectif de recherche, qui est d'explorer l'influence des espaces verts urbains québécois sur le bien-être des personnes appartenant à différentes communautés culturelles de la minorité visible. De plus, cette méthode de recherche vise à compléter l'information présentée dans la littérature scientifique, qui est majoritairement de nature

quantitative et qui présente des limites quant à l'approfondissement de l'interaction entre les espaces verts urbains et ses utilisateurs.

Plus précisément, la méthode de collecte de données consiste en des entrevues semi-dirigées. Nous avons choisi cette méthode parce qu'elle se prête aisément au contexte d'entrevues in situ avec plusieurs utilisateurs des espaces verts urbains. Par exemple, elle permet de relancer les participants sur certains aspects intéressants de leurs réponses et de mieux comprendre leurs perceptions. Également, cette méthode vise à combler un manque d'études in situ sur les espaces verts urbains et la santé (McCormack et al., 2010). En psychologie de l'environnement, ce type d'entrevue s'est démontré utile pour obtenir des descriptions plus riches et basées sur l'expérience vécue des lieux (Jones et al., 2008 ; Stals, Smyth et Ijsselsteijn, 2014). Il s'agit donc de la méthode qui répond le mieux à notre objectif de recherche. De plus, en cherchant à connaître la perception des répondants, nous sommes cohérents avec notre positionnement paradigmatique dont il sera question plus bas. (Crowe, Inder et Porter ; 2015).

L'entretien porte surtout sur les caractéristiques de l'espace vert urbain, les types d'usage et les effets ressentis par le répondant (voir le canevas d'entrevue en annexe 2 pour plus de détails). À la fin de l'entrevue, les participants peuvent formuler une demande concrète aux décideurs dans le but d'améliorer la qualité des espaces verts urbains. Pour décrire l'échantillon, quelques questions démographiques sont posées aux participants à la fin de l'entrevue, notamment sur leur âge, leur genre, leur perception de leur revenu et leur communauté culturelle d'appartenance. Sur ce point, la question démographique : « À quelle communauté culturelle appartenez-vous? », parfois posée de la manière suivante : « Quel est votre pays d'origine? », fournit des réponses plus ou moins uniformes (voir le tableau 1 plus bas).

Conformément aux critères de rigueur explicités par Morrow (2005), nous nous sommes assurés du consentement libre et éclairé des participants, tout en garantissant la confidentialité et l'anonymat des données. Ainsi, avant chaque entrevue, un consentement verbal du participant était enregistré avec l'approbation du comité d'éthique de la recherche de l'Université du Québec à Montréal (voir annexe 4). De plus,

des assistants de recherche appartenant à la minorité visible ont été engagés afin de faciliter le processus d'entrevue pour les participants (Lowe et al., 2011). À la fin de l'entrevue, nous prenions les coordonnées des participants qui souhaitaient connaître les éventuelles retombées du projet de recherche.

### **Échantillonnage**

*Participants* – L'échantillonnage s'est fait sur une base volontaire directement dans les espaces verts urbains. Pour faciliter le recrutement, les intervieweurs sont allés dans les espaces verts urbains à des moments de fort achalandage, tout en assurant une présence à des moments variés (le jour et le soir).

*Terrain de recherche* - L'étude a été conduite dans les espaces verts urbains afin d'avoir un accès direct à la réalité des participants. Les quatre villes de collecte de données ont été sélectionnées pour représenter les quatre types de milieux à travers le Québec (quartiers centraux de Montréal, banlieues de Montréal, autres grandes villes de la province et villes de taille moyenne). Ainsi, Montréal, Laval, Québec et Saint-Hyacinthe ont été retenues. Pour chacune des villes, quatre parcs étaient identifiés à l'aide de l'indice de défavorisation matérielle et sociale Pampalon (2006) : deux de milieux favorisés, deux de milieux défavorisés, pour un total de seize parcs. Cette sélection vise à comparer les effets pour les utilisateurs des milieux favorisés et défavorisés dans de futures recherches.

### **Intégrité méthodologique**

*Paradigme de recherche* – Le paradigme qui guide cette recherche est celui de la psychologie critique, qui met de l'avant les valeurs de la justice sociale, d'équité et du respect de la dignité humaine. Elle comprend la réalité comme étant construite en fonction du vécu de l'être humain et du contexte socioculturel dans lequel il se trouve. Idéalement, la psychologie critique vise un changement social durable par l'émancipation des populations vulnérables (Ponterotto, 2005). Sans prétendre que la présente recherche puisse provoquer un tel changement, elle participe néanmoins à l'avancement des connaissances allant dans ce sens. Il va sans dire que ce paradigme rejoint la vision de la

psychologie communautaire, qui est aussi notre domaine de prédilection. Ainsi, nous sommes consciente que nos valeurs nous ont guidée tout au long de la recherche et que nos connaissances pourraient teinter notre interprétation des données. Nous jugeons que ce paradigme est cohérent avec le but de la présente recherche. En effet, tel qu'indiqué dans l'introduction, les personnes issues de diverses communautés culturelles constituent une population vivant avec une certaine vulnérabilité pour qui les espaces verts urbains seraient susceptibles d'apporter des bienfaits. Cette possibilité nous motive non seulement à vérifier si tel est le cas, mais aussi à demeurer juste dans nos interprétations.

*Analyse des données* – Le codage de l'ensemble des entrevues (n = 376) a été réalisé par deux assistantes de recherche ayant mené des entrevues, selon la procédure d'analyse thématique de Braun et Clarke (2006), à l'aide du logiciel Nvivo version 12 pour MAC (QSR International, 2019). Cette procédure comporte cinq étapes : (1) familiarisation avec les données ; (2) génération de codes initiaux; (3) recherche de thèmes; (4) révision des thèmes; (5) définition des thèmes. Dans notre recherche, les thèmes reflétaient des concepts descriptifs servant à organiser les idées récurrentes dans le discours de participants (Ryan et Bernard, 2003). Ceux-ci pouvaient donc servir de catégorie ou de sous-catégorie regroupant une ou plusieurs citations des participants, afin de rester le plus proche possible de leur réalité (Braun et Clarke, 2006). Les assistantes de recherche se rencontraient toutes les semaines pour accorder leurs travaux respectifs en fonction d'un accord inter juge. Tout au long du codage, ces rencontres ponctuelles ont servi de périodes de réflexivité dans le but de redéfinir certains thèmes en fonction des nouvelles informations apportées par les participants.

Dans le cadre de notre recherche, l'analyse des données secondaires a été effectuée à l'hiver 2020 par une candidate au baccalauréat en thèse de spécialisation, secondée par une candidate au doctorat en psychologie communautaire à l'Université du Québec à Montréal. Il y a d'abord eu une période de familiarisation avec les données et le travail antérieur des deux assistantes de recherche. Puis, toujours selon la méthode d'analyse thématique de Braun et Clarke (2006), nous avons effectué une première lecture des entrevues des personnes issues de diverses communautés culturelles, suivie



d'une relecture servant à identifier de nouveaux thèmes. Respectivement, nous avons annoté les entrevues à l'aide de mémos, une fonction pouvant aider à stimuler la réflexivité autour d'éléments jugés saillants (Birks et al., 2008). Nous avons également tenu un journal de bord personnel pour y écrire nos réflexions en lien avec le processus de recherche et sa méthodologie. Dans nos rencontres hebdomadaires, nous nous sommes servis de nos notes pour orienter nos discussions autour d'aspects pertinents en lien avec la population. Afin de nous assurer de la validité de nos résultats, nous avons discuté de la place que prenait notre subjectivité dans nos interprétations afin de rester le plus près possible de l'expérience des utilisateurs.

Pour nous assurer de la crédibilité de nos résultats, nous avons sélectionné 20% des données afin de conduire un accord inter juge. Au fil des semaines, nous avons comparé nos thèmes et leur catégorisation afin de les redéfinir en fonction des nouvelles informations. Finalement, nous avons sélectionné les thèmes en lien avec notre question de recherche. À nouveau, ils ont été catégorisés pour former trois thèmes concis qui seront décrits plus bas. À l'aide de la technique de mindmapping, ces thèmes ont été mis en relation entre eux afin de créer une trame narrative porteuse de sens (Davies, 2011 ; Crowe, Inder et Porter ; 2015 ; Vaismoradi et al. ; 2015).

## **Résultats**

### **Échantillon**

À la fin de l'été 2016, des entrevues allant de 5 à 30 minutes ont été menées avec 376 utilisateurs volontaires dans 16 parcs différents. Dans le cadre de cette recherche, qui est une analyse de données secondaires, seules les entrevues conduites avec des utilisateurs ayant autorapporté appartenir à différentes communautés culturelles de la minorité visible ont été retenues pour l'analyse des données (n = 60). Puisque la majorité des participants ont répondu par un pays d'origine, nous avons choisi de regrouper leurs réponses par continents (voir le tableau 1 plus bas). Ce choix nous évite d'inférer la communauté culturelle d'appartenance en fonction du pays, puisqu'un même pays peut héberger plusieurs communautés culturelles différentes. Les origines des répondants étaient diverses : Afrique (n = 32), Asie (n = 7), Amérique Latine (n = 5), Amérique du

Nord (n = 4) et Autre (n = 12). Un peu plus de la moitié des répondants sont des hommes. Selon la perception qu'ils avaient de leur situation économique, 15 avaient un revenu insuffisant ou pauvre, 26 avaient un revenu suffisant, 16 étaient aisés financièrement et 2 n'ont pas répondu à la question. Notons que 41 des 66 entretiens ont été effectués avec des adultes qui accompagnaient un enfant.

**Tableau 1**

*Répartition des données démographiques de l'échantillon (n=60)*

Variable	M	É-T	n	%
<b>Age</b> (min = 18 max = 66)	45	11,78		
<b>Genre</b>				
Femme			16	28,33%
Groupe de femmes			4	6,66%
Homme			33	55,00%
Groupe d'hommes			1	1,60%
N/A*			6	10,00%
<b>Origine</b>				
Amérique du Nord			4	6,66%
Haïti			4	6,66%
Amérique-Latine			5	8,33%
Brésil			1	1,60%
Colombie			1	1,60%
Pérou			1	1,60%
Salvador			1	1,60%
Venezuela			1	1,60%
Afrique			32	11,67%
Algérie			12	20,00%
Berbère			1	1,60%
Kabyle			1	1,60%
Burkina-Faso			1	1,60%
Cameroun			2	3,33%

Congo	1	1,60%
Côte d'Ivoire	2	3,33%
Maroc	12	20,00%
Sénégal	1	1,60%
Tunisie	1	1,60%
Asie	7	11,66%
Afghanistan	2	3,33%
Irak	1	1,60%
Liban	2	3,33%
Syrie	2	3,33%
Autre*	12	20,00%
<b>Revenu</b>		
Pauvre	4	6,66%
Insuffisant	11	18,33%
Suffisant	26	43,33%
Aisé	16	26,66%
N/A*	2	3,33%

\* N/A : Non applicable. Les données qui ont été catégorisées comme étant non applicables sont manquantes. Par exemple, en ce qui concerne le genre, les groupes avec plusieurs personnes de genres différents ont été exclus.

\* Autre : Les participants pour qui l'appartenance à une communauté culturelle est « autre » signifie que l'information est manquante ou ne correspond pas à un pays. Par exemple, les participants qui ont dit appartenir à la « communauté noire » ou « maghrébine » ont été classifiés dans « autres ».

Les résultats indiquent que les espaces verts urbains sont des environnements promoteurs de bien-être pour personnes appartenant à différentes communautés culturelles de la minorité visible. Ceci s'explique à travers trois thèmes prédominants, qui reflètent également les principales motivations des utilisateurs de parcs : 1) être physiquement actif, 2) être en communauté et 3) être en contact avec la nature.

### **Être physiquement actif**

Presque tous les participants ont rapporté faire de l'activité physique dans les espaces verts urbains. Les usages pouvaient prendre plusieurs formes : pratiquer un sport,

participer à un loisir actif, participer à des activités hivernales, jouer avec son enfant ainsi qu'utiliser la piscine ou les jeux d'eau. Certains types d'activité semblaient avoir des effets particulièrement significatifs pour les répondants. Par exemple, l'utilisation de la piscine et des jeux d'eau durant l'été semblait atténuer les conséquences néfastes de la chaleur pour les utilisateurs des espaces verts urbains appartenant à la minorité visible.

« Je viens ici parce que mes enfants ils aiment ça, et ils sont renfermés à la maison donc on vient ici [...] Le matin, le soir on amène à la piscine ou on amène au parc. [...] Ils veulent pas rester à la maison toute la journée pendant que ça fait chaud, pendant l'été faut qu'ils sortent. »

- **Un répondant algérien de 44 ans**

Cette citation reflète un autre bienfait de la fréquentation active des espaces verts urbains ; celui de ne pas être « enfermé » à la maison et d'avoir l'espace nécessaire pour bouger. Ceci semblait d'autant plus important pour les familles qui habitent dans des appartements restreints, où le bruit voyage facilement et où les enfants ne peuvent pas courir et jouer à leur guise. Ainsi, la majorité des parents utilisateurs d'espaces verts urbains disaient trouver leur bien-être à travers celui de leurs enfants.

**Répondant 1 :**

« Ça dort plus facilement à la maison quand y sont fatigués après avoir joué. Ouais. C'est surtout pour eux. Quand eux y se sentent bien, nous on va être bien. [...] Parce que le fait de rester tout le temps à la maison avec les enfants c'est pas la meilleure idée. [...] Pis c'est essentiel pour eux de faire de l'activité physique, de marcher, faire du vélo, tout ça.

**Répondant 2 :**

[...] Chez nous, c'est pas si grand que ça là. [...] Ici, y peuvent jouer, y peuvent sauter, faire n'importe quoi. »

- **Deux répondants tunisiens de 27 et 42 ans**

Or, ce n'est pas seulement l'été que le besoin de sortir dehors a été exprimé par des participants. En effet, alors que l'hiver semblait paraître rebutant pour plusieurs répondants au premier abord, ceux qui s'y aventureraient pour faire de l'activité physique en rapportaient des bénéfices comme le plaisir de sortir de leur maison et la diminution

du stress.

« [Nous y allons] lorsqu'il fait beau, juste pour marcher, regarder la nature, on va juste la rivière, contempler un petit peu. Parce que vous savez, en hiver, on reste à la maison, au travail, donc on est toujours quand même fermés dans une boîte, donc... [...] Malheureusement, c'est l'hiver avec la neige, mais quand même, on profite de regarder un peu plus lorsqu'il fait beau, lorsqu'il y a le soleil. [...] En fait, ça dégage le stress. Le stress, si vous êtes fâché, ou quelque chose, tu te sens bien. Donc, ça, c'est vrai, ça aide, oui. »

- **Deux répondants libanais de 20 et 30 ans**

Ce fut donc l'occasion pour certains répondants de découvrir et d'apprécier le climat, qui diffère de celui de leur pays d'origine. Sur ce point, plusieurs répondants ont spécifié que ce sont les activités organisées dans les espaces verts urbains qui les encourageraient à sortir dehors l'hiver, donnant ainsi l'opportunité à plusieurs d'en apprendre plus sur les sports hivernaux qui font partie de la culture québécoise, comme le patin, la luge ou le ski de fond.

**Être en communauté**

Un autre usage qui permettrait aux répondants d'en apprendre davantage sur la culture au Québec serait d'observer les utilisateurs des espaces verts urbains. En effet, le fait de fréquenter les espaces verts urbains semblait aussi grandement motivé par le fait d'être en communauté. Par exemple, les répondants disaient venir participer à des activités culturelles et de loisir et discuter avec des connaissances. Tel que mentionné plus haut, le fait de pouvoir observer les autres utilisateurs, sans nécessairement entrer en contact avec eux, permettait à certains nouveaux arrivants d'apprendre les normes sociales au Québec et, plus largement, la culture québécoise.

« [J]e vois qu'ici, les parents s'occupent de leurs enfants. Ils viennent au parc avec leurs enfants pour les bercer, pour les accompagner pour jouer. Je vois que chez nous, ce n'est pas tout à fait ça [;] les enfants jouent entre eux. [...] [C]'est une autre vie, c'est une vie de personnes de Québec que chez moi, les gens ne font pas ça. »

- **Une répondante ivoirienne de 56 ans**

Pour d'autres répondants, venir observer les autres utilisateurs était aussi un moyen de briser l'isolement social vécu. Aussi, s'amuser avec d'autres utilisateurs dans les espaces verts urbains semblait leur permettre de se détendre et d'oublier leurs problèmes.

« Souvent, quand tu es seul, tu as le stress, ça t'encourage de voir les gens en train de s'amuser. Et puis tu peux, souvent je viens jouer soccer aussi avec les gens. [...] quand tu viens, tu vois les gens, tu vas oublier ton stress et puis tu vas causer avec les gens aussi. »

- **Un répondant ivoirien de 40 ans**

Le simple fait de se rassembler dans un lieu commun et autour d'un intérêt commun (pique-niquer, surveiller les enfants, pratiquer un sport, promener son chien) semblait offrir aux utilisateurs une occasion de socialiser sans pression ni attentes. Des répondants ont d'ailleurs mentionné se regrouper entre personnes d'une même communauté pour discuter de l'actualité dans leur pays d'origine.

« [D]'habitude, je viens moi et ma femme puis on rencontre d'autres familles qu'on connaît ici, on commence à parler [...] avec d'autres familles pour connaître les nouvelles, parler d'autres sujets qui nous intéressent, soit ici, soit au pays, au Maroc puis, comme ça, on est au courant de tout ce qui se passe soit ici soit dans notre pays. »

- **Un répondant marocain de 48 ans**

Observer et interagir avec les utilisateurs du parc participerait donc au bien-être des répondants et semble facilité par le contexte convivial des espaces verts urbains.

### **Être en contact avec la nature**

Un autre élément des espaces verts urbains qui semble contribuer au bien-être des participants est d'être en contact avec la nature. En effet, les répondants ont rapporté s'y déplacer surtout pour respirer l'air frais et admirer la nature, ce qui, selon eux, contribuerait à diminuer leur niveau de stress et permettrait parfois un retour aux sources. Plus précisément, les utilisateurs semblaient apprécier les espaces verts urbains car ces

endroits leur donneraient l'impression d'être loin de la ville et de ses multiples stressseurs (p.ex. le bruit, la pollution aérienne, l'entassement).

« Ça fait partie de la détente. [...] C'est un milieu vierge. [...] Vierge, vide de bruits désagréables, de klaxons, bruits de moteurs. Temps en temps un véhicule qui passe. Et la certitude que y'a pas un danger qu'un véhicule se retrouve ici. »

- **Un répondant algérien de 47 ans**

La dernière phrase de cette citation semble refléter un certain sentiment de sécurité psychologique, c'est-à-dire que l'utilisateur a la perception de se sentir loin du danger ou apaisé par son environnement. Sur ce point, des répondants ont rapporté une certaine capacité de se « recueillir » ou encore à « trouver des solutions à ses problèmes » dans ces espaces. D'autres parlaient des souvenirs qu'ils avaient en lien avec le lieu.

« [J]'habite à Laval pour 29 ans. Comme mes enfants sont petits, je viens souvent avec mes enfants. Ma fille allait à l'école Saint-Maxime. Tout ça, c'est dans mémoire. [...] [P]arce que mes enfants maintenant un des deux se marie. Juste pour la mémoire que j'ai avec mes enfants quand je viens chaque journée après le travail. [...] En plus la place est tranquille, c'est pas du monde de violent ou quelque chose. *Safe place to come.* »

- **Un répondant afghan de 56 ans**

De manière similaire, en étant en contact avec la nature, certaines personnes repensaient à leur pays d'origine et à leurs proches restés là-bas. Par exemple, une utilisatrice a mentionné partager des photos des espaces verts urbains avec ses enfants restés dans son pays d'origine. Un autre utilisateur disait s'imaginer jouer dans le parc avec sa fille, lorsqu'elle viendrait le rejoindre au Canada. Quelques utilisateurs ont aussi mentionné que des éléments spécifiques du paysage leur rappelaient le pays d'origine.

« [Ç]a repose de voir un peu la mer, un semblant de mer et de verdure, ça repose, ça nous fait rappeler un peu chez nous en Algérie. »

- **Deux répondantes algériennes de 35 et 47 ans**

Le fait de se rappeler des souvenirs plaisants ou des aspects du pays d'origine semblait créer un certain sentiment de familiarité chez les utilisateurs des espaces verts urbains. Notamment, une utilisatrice relevait l'importance de prendre soin d'un espace vert urbain, qu'elle qualifiait de « deuxième maison ». Ainsi, plusieurs usagers semblaient envisager les espaces verts urbains comme des lieux communs qui bénéficient à toute la communauté. D'ailleurs, certains ont relevé l'importance d'adopter des comportements écoresponsables, parfois en proposant des solutions novatrices afin de préserver ou rehausser la qualité rassembleuse de ces espaces publics :

« [Il faudrait] un mur de créativité avec une grande toile où des gens peuvent peindre des trucs puis les effacer puis une autre personne peut peindre, les effacer, voilà, quelque chose comme ça. [...] Comme ça, il y aura pas besoin de graffitis. »

- **Un répondant camerounais de 23 ans**

Il semblerait donc que le contact avec la nature est intimement lié avec le sentiment de sécurité et la propreté perçue des lieux. Lorsque ces critères étaient rencontrés, les utilisateurs semblaient plus enclins à fréquenter les espaces verts urbains.

## **Discussion**

L'objectif de cette recherche était d'explorer l'influence des espaces verts urbains québécois sur le bien-être des personnes appartenant à différentes communautés culturelles de la minorité visible. Les résultats de notre étude avancent que les espaces verts urbains favoriseraient le bien-être hédonique et eudémonique des personnes appartenant à la minorité culturelle en les encourageant à être physiquement actifs, à être en communauté et à être en contact avec la nature. Notamment, il semblerait que les espaces verts urbains 1) atténuent le stress d'acculturation, 2) favorisent l'adaptation psychologique et socioculturelle et 3) atténuent les impacts des inégalités sociales de santé pour les personnes appartenant à la minorité visible.

## **Espaces verts urbains et stress d'acculturation**



Nos résultats vont dans le sens des études qui avancent que les espaces verts urbains atténueraient le stress d'acculturation vécu par les personnes appartenant à la minorité visible (Stodolska et al., 2017 ; Peters et al., 2010 ; Mesch & Manor, 1998). En effet, plusieurs répondants ont rapporté se sentir apaisés au contact de la nature, ce qui contribuerait à atténuer leur stress d'acculturation et favoriserait leur niveau de bien-être hédonique (El-Bialy et Mulay, 2015 ; Ryan & Deci, 2001). Cet apaisement semblait parfois lié au fait que les utilisateurs se sentaient loin des stressseurs urbains, notamment des voitures et de la pollution aérienne, ce qui favoriserait leur sentiment de sécurité psychologique dans les espaces verts urbains (Mullan, 2003 ; Houlden et al., 2018). Également, cette atmosphère bienfaisante des espaces verts urbains semblait liée à une capacité de se « recueillir » ou encore à « trouver des solutions à ses problèmes » pour nos répondants. Ces résultats vont dans le sens de l'étude de Carter al., (2006), dans laquelle les personnes en fin de vie identifiaient le rôle thérapeutique des jardins d'hôpitaux qui suscitaient chez eux une certaine sérénité. Ces « safe space » seraient particulièrement importantes pour le rétablissement des personnes qui ont vécu des expériences traumatisantes dans leur pays d'origine (El-Bialy et Mulay, 2015).

Également, le fait de pratiquer une activité physique et de se regrouper entre personnes d'une même communauté semblait atténuer le stress d'acculturation de nos participants (Stodolska et al., 2017 ; Peters et al., 2010 ; Mesch & Manor, 1998). En effet, c'était alors l'occasion pour eux d'être en famille autour d'un pique-nique ou encore de parler de leur pays d'origine en toute liberté. En ce sens, les espaces verts urbains participeraient au bien-être eudémonique de cette population puisqu'ils favoriseraient le sentiment d'inclusion et les relations sociales positives (Ryan, Huta, & Deci, 2013; Ryff & Keyes, 1995). Contrairement aux participants de l'étude de Stodolska et al., (2017), nos participants n'ont pas rapporté avoir vécu de discrimination dans les espaces verts urbains. Ceci peut être expliqué par le fait que le racisme au Canada se vit rarement en confrontation directe, mais plutôt de manière systémique (Commission ontarienne des droits de la personne, 2020). De plus, les entrevues étaient plutôt courtes et ne concernaient pas particulièrement ce sujet de discussion, ce qui fait que les circonstances

n'étaient pas favorables à l'ouverture des participants sur des expériences sensibles telles que la discrimination.

L'atténuation du stress d'acculturation faciliterait également l'adaptation psychologique des personnes appartenant à la minorité visible (Stodolska et al., 2017). Or, l'adaptation psychologique serait aussi facilitée par l'accès à un soutien social et à l'attachement à la communauté (Stosoldka et al., 2017 ; Peters et al., 2010). C'est en partie ce dont il sera question plus bas.

### **Espaces verts urbains et adaptation psychologique et socioculturelle**

Nos résultats vont dans le sens des études qui avancent que les espaces verts urbains favoriseraient l'adaptation psychologique des personnes appartenant à la minorité visible (Stodolska et al., 2017 ; Peters et al., 2010 ; Francis et al., 2012 ; Buffel & Phillipson, 2011). En effet, certains de nos participants semblaient avoir développé un attachement à certains espaces verts urbains. Par exemple, certains participants revisitaient des espaces en particulier pour revivre des souvenirs en lien avec le lieu ou encore parce que des éléments du paysage leur rappelaient leur pays d'origine. C'est le cas notamment de la participante qui repensait à la mer d'Algérie en observant un cours d'eau. Ainsi, nos résultats vont dans le sens de l'étude d'Hordyk et al. (2015), dans laquelle les participants maintenaient un lien symbolique avec les proches restés dans le pays d'origine à l'aide des espaces verts urbains. Contrairement aux participants de l'étude de Stodolska et al. (2017), nos répondants n'ont pas rapporté vivre de sentiment de nostalgie en repensant à leur pays d'origine. Encore une fois, ceci pourrait être expliqué par le fait que les entrevues étaient courtes et ne fournissaient pas un contexte propice à l'ouverture des participants sur des sujets plus sensibles.

Le fait de penser à sa famille ou à son pays d'origine en visitant un espace vert urbain semblait engendrer un sentiment de familiarité chez nos participants (Stodolska et al., 2017). Notamment, une participante qualifiait un espace vert urbain de « deuxième maison », ce qui laisse penser qu'elle affectionne particulièrement cet espace. Cette appellation fait penser à la notion de « maison idéalisée » imaginée par les participants

dans l'étude de Butterfield and Martin, (2016) pour décrire les jardins d'hôpitaux. Ce sentiment de familiarité est susceptible de favoriser l'attachement au lieu, qui est particulièrement important pour des personnes de la minorité visible nouvellement arrivées au Canada qui n'ont peut-être pas encore eu la chance développer des points de repère utiles à leur adaptation (Stodolska et al., 2017 ; Peters et al., 2010).

Également, à travers leur attachement au lieu, certains de nos participants semblaient avoir développé un attachement à la communauté à l'aide des espaces verts urbains (Stodolska et al., 2017 ; Peters et al., 2010). Par exemple, à la question « Si vous aviez la chance de vous adresser aux décideurs responsables des parcs, que souhaiteriez-vous leur dire? », la majorité des participants ont fait preuve d'un esprit communautaire en énonçant des solutions novatrices pouvant bénéficier à toute la communauté. C'est le cas du participant qui proposait d'ériger un mur de créativité pour réduire le nombre de graffitis dans les parcs. Ces résultats laissent croire que les espaces verts urbains, en favorisant l'attachement au lieu et à la communauté, favorisent également la cohésion sociale et le bien-être eudémonique des utilisateurs (Francis et al., 2012 ; Buffel & Phillipson, 2011).

Nos résultats vont aussi dans le sens des études qui avancent que les espaces verts urbains favorisent l'adaptation socioculturelle des personnes appartenant à la minorité visible (Hordyk et al., 2015 ; Stodolska et al., 2017). En effet, certains répondants nous ont rapporté leurs observations des autres utilisateurs, qui laissent croire à un apprentissage social de leur part. C'est le cas notamment de la participante qui décrit les normes sociales quant aux relations parent-enfant au Canada, qu'elle juge différentes de celles dans son pays d'origine. Également, le fait de participer à des activités hivernales permettait aux usagers d'apprécier l'hiver et d'en apprendre plus sur les sports hivernaux propres à la culture québécoise. Ces activités donnaient parfois une raison aux personnes de sortir l'hiver pour venir à la rencontre des autres usagers, alors que c'est une période durant laquelle certains ont mentionné se sentir plus isolés. Cet aspect est particulièrement important, puisque certaines personnes appartenant à la minorité visible peuvent avoir du mal à s'adapter au froid des hivers québécois (Hordyk, Hanley, &

Richard, 2015). De plus, ces apprentissages faciliteraient l'adaptation socioculturelle des personnes nouvellement arrivées au Canada (Hordyk et al., 2015 ; Stodolska et al., 2017 ; Rishbeth & Finney, 2006).

Les espaces verts urbains atténueraient aussi les impacts des inégalités sociales de santé, ce qui contribuerait entre autres à l'adaptation psychologique et socioculturelle des personnes appartenant à la minorité visible. C'est ce dont il sera question plus bas.

### **Espaces verts urbains et inégalités sociales de santé**

Nos résultats vont dans le sens des études qui avancent que les espaces verts urbains atténueraient les répercussions des inégalités sociales de santé pour les personnes appartenant à la minorité visible (Hordyk et al., 2015 ; Stodolska et al., 2017). Particulièrement, les espaces verts urbains permettaient d'atténuer l'impact négatif de l'isolement social, du stress psychologique, des conditions d'habitation inadéquates et des périodes de grande chaleur pour cette population. Nous avons déjà mentionné les effets bénéfiques des espaces verts urbains sur le stress d'acculturation et l'isolement social de nos participants, des éléments susceptibles d'atténuer les problèmes de santé mentale pour cette population (Hordyk et al., 2015). Par exemple, le simple fait d'être en présence d'autres utilisateurs dans les espaces verts urbains brisaient l'isolement social pour certains répondants. Tel que mentionné plus haut, il arrivait également que des utilisateurs se rassemblent entre membres d'une communauté culturelle pour pratiquer un sport ou discuter de sujets communs, ce qui leur faisait « oublier [leur] stress ». Ainsi, certains utilisateurs trouvaient dans les espaces verts urbains une forme de soutien social, un élément qui contribuerait au bien-être eudémonique des personnes appartenant à la minorité visible (Ryan, Huta, & Deci, 2013; Ryff & Keyes, 1995).

De plus, certains parents ont mentionné que les espaces verts urbains permettaient à leurs enfants de sortir dehors et de courir à leur guise, ce qui semblait particulièrement bénéfique pour les familles habitant dans des appartements restreints et où le bruit voyage facilement. Ceci fait écho aux résultats de l'étude d'Hordyk et al. (2015), dans laquelle les espaces verts urbains servaient d'extension du logement pour les familles

immigrantes. Finalement, plusieurs de nos répondants ont mentionné utiliser les espaces verts urbains durant l'été afin de se rafraîchir, surtout en utilisant la piscine ou les jeux d'eau. Ces usages pourraient donc protéger les personnes issues de communautés culturelles devant les effets néfastes des canicules, pour lesquels elles se retrouvent plus souvent hospitalisées que la population générale (INSPQ, 2010). Il serait possible de faire un lien avec certaines études qui avancent que l'occupation positive d'un espace permettrait aux populations vulnérables de se réapproprier un accès aux ressources matérielles et socioculturelles, ce qui rétablirait auprès de ces personnes un certain sentiment de liberté ou de justice sociale (Francis et al., 2012 ; Agyekum and Newbold, 2016 ; Schumacher, 2019).

### **Limites**

Certaines limites méthodologiques appellent à la prudence dans l'interprétation de nos résultats. En effet, l'analyse de données secondaires offre un moins grand contrôle quant au devis utilisé pour répondre à l'objectif de recherche. Ainsi, il aurait été possible de faire une distinction claire entre les immigrants et les citoyens canadiens. De plus, l'échantillonnage de type volontaire écarte la participation de personnes non volontaires qui ont potentiellement des caractéristiques différentes de notre échantillon (p.ex. niveau d'extraversion), ce qui nous empêche d'avoir accès à l'entièreté des expériences possibles avec les espaces verts urbains. Finalement, le format des entrevues ne permettait pas d'aborder certains sujets sensibles auxquels les personnes appartenant à la minorité visible auraient pu être confrontées, tel que la discrimination ou le sentiment de nostalgie rapporté dans d'autres études (Stodolska et al., 2017 ; Schumacher 2019).

### **Contributions**

Néanmoins, notre étude contribue à la littérature scientifique canadienne puisque c'est la première étude à se centrer exclusivement sur des personnes appartenant à la minorité visible, une population qui est plus à risque de vivre de la discrimination systémique (Commission ontarienne des droits de la personne, 2020). De plus, notre étude a l'avantage d'avoir un échantillon relativement élevé (n = 60), ce qui permet une certaine généralisation des résultats. Sur ce point, les critères de l'échantillon étaient

plutôt inclusifs comparativement aux autres recherches canadiennes, comprenant autant les familles issues de diverses communautés culturelles que les individus seuls, qui sont plus à risque de souffrir d'isolement social (Hordyk, Hanley, & Richard, 2015; El-Bialy & Mulay, 2015). Tel que mentionné plus haut, nous avons pris les mesures nécessaires pour nous assurer de la validité et de la crédibilité des résultats. Par exemple, nous avons conduit un accord inter juge lors de l'analyse thématique et nous avons fait preuve de réflexivité quant à l'influence de notre subjectivité sur la justesse de nos interprétations. Finalement, nous avons fourni une définition claire des espaces verts urbains et avons pris en compte les dimensions hédonique et eudémonique du bien-être en nous basant sur les recommandations d'études antérieures (Houlden et al., 2018).

## **Conclusion**

Nos résultats avancent que les espaces verts urbains contribueraient au bien-être hédonique et eudémonique des personnes appartenant à la minorité visible. Pour que ces personnes aient accès aux bienfaits des espaces verts urbains, il serait possible de : 1) inciter les intervenants de la santé à recommander l'utilisation des espaces verts urbains et 2) impliquer la communauté, notamment les personnes issues de communautés culturelles, dans l'aménagement et la gestion des espaces verts urbains. Ce dernier point serait particulièrement important pour rétablir une forme de justice sociale auprès de ces personnes qui vivent des inégalités sociales de santé. Par exemple, certains de nos participants auraient souhaité avoir plus d'activités culturelles dans les parcs, un élément susceptible de favoriser l'intégration sociale de cette population et leur perception de la qualité des espaces verts urbains (Stodolska et al., 2017). À cette fin, il serait possible de conduire une recherche-action et d'évaluer les retombées d'une implication de cette population dans l'aménagement et la gestion des espaces verts urbains. Également, dans une visée préventive, de futures recherches doivent être faites auprès des personnes appartenant à la minorité visible afin d'examiner davantage les aspects des espaces verts urbains susceptibles de nuire à leur adaptation, comme la discrimination ou le sentiment de nostalgie (Stodolska et al., 2017 ; Schumacher, 2019). Après tout, il est de notre devoir en tant que société de nous assurer de la qualité de ces espaces, puisque comme l'exprime

une de nos participantes : « [C]es parcs-là, ça bénéficie à toute la population [...] C'est un espace pour la vie »!

**BIBLIOGRAPHIE****Articles scientifiques**

- Agyekum, Boadi, and K. Bruce Newbold. "Sense of place and mental wellness of visible minority immigrants in Hamilton, Ontario: Revelations from key informants." *Canadian Ethnic Studies* 48.1 (2016): 101-122.
- Aïach, Pierre, and Didier Fassin. "L'origine et les fondements des inégalités sociales de santé." *La revue du praticien* 54.20 (2004): 2221-7.
- Amara, N., Ouimet, M., & Landry, R. (2004). New evidence on instrumental, conceptual, and symbolic utilization of university research in government agencies. *Science communication*, 26(1), 75-106.
- Aycan, Z., & Berry, J. W. (1996). Impact of employment-related experiences on immigrants' psychological well-being and adaptation to Canada. *Canadian Journal of Behavioural Science/Revue canadienne des sciences du comportement*, 28(3), 240.
- Beiser, M. (2005). The health of immigrants and refugees in Canada. *Canadian Journal of Public Health*, 96(2), S30-S44
- Beiser, Morton, et al. "Poverty, family process, and the mental health of immigrant children in Canada." *American Journal of Public Health* 92.2 (2002): 220-227.
- Bell, J. F., Wilson, J. S., & Liu, G. C. (2008). Neighborhood greenness and 2-year changes in body mass index of children and youth. *American Journal of Preventive Medicine*, 35(6), 547-553.
- Bell, Sarah L., et al. "From therapeutic landscapes to healthy spaces, places and practices: A scoping review." *Social science & medicine* 196 (2018): 123-130.
- Birks, Melanie, Ysanne Chapman, and Karen Francis. "Memoing in qualitative research: Probing data and processes." *Journal of research in nursing* 13.1 (2008): 68-75.
- Braun, V., & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology*, 3(2), 77-101.
- Brown, K.M. 2016. The haptic pleasures of ground-feel: The role of textured terrain in motivating regular exercise. *Health and Place*, doi: <http://dx.doi.org/10.1016/j.healthplace.2016.08.012>.
- Buffel, Tine, and Chris Phillipson. "Experiences of place among older migrants living in inner-city neighbourhoods in Belgium and England." *Diversité urbaine* 11.1 (2011): 13-37.



- Butterfield, Angie, and Daryl Martin. "Affective sanctuaries: Understanding Maggie's as therapeutic landscapes." *Landscape Research* 41.6 (2016): 695-706.
- Carter, A., Greene, S., Nicholson, V., O'Brien, N., Dahlby., de Pokomandy, A., Loutfy, M.R., Kaida, A., and on behalf of the CHIWOS Research Team. 2016. 'It's a very isolating world': the journey to HIV care for women living with HIV in British Columbia, Canada. *Gender, Place & Culture*, 23(7): 941-954.
- Crowe, M., Inder, M., & Porter, R. (2015). Conducting qualitative research in mental health: Thematic and content analyses. *Australian & New Zealand Journal of Psychiatry*, 49(7), 616-623.
- Cronon, W. (1996). The trouble with wilderness. *Environmental history*, 1(1), 20-25.
- Dadvand, Payam, et al. "Green spaces and general health: roles of mental health status, social support, and physical activity." *Environment international* 91 (2016): 161-167.
- Davies, Martin. "Concept mapping, mind mapping and argument mapping: what are the differences and do they matter?." *Higher education* 62.3 (2011): 279-301.
- Debenedetti, A. (2005). Le concept d'attachement au lieu: état de l'art et voies de recherche dans le contexte du lieu de loisirs. *Management Avenir*, (3), 151-160.
- De Leeuw, E., & Peters, D. (2014). Nine questions to guide development and implementation of Health in All Policies. *Health promotion international*, 30(4), 987-997.
- De Maio, F. G., & Kemp, E. (2010). The deterioration of health status among immigrants to Canada. *Global Public Health*, 5(5), 462-478.
- Diener, E. (1984). Subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 95, 542-575.
- Doré, I., & Caron, J. (2017). Santé mentale: concepts, mesures et déterminants. *Santé mentale au Québec*, 42(1), 125-145.
- Drouin, Philippe, et al. "La relation entre le bien-être eudémonique et hédonique au travail: vers une compréhension de sa direction." *OpRpRp* (2019): 12.
- El-Bialy, R., & Mulay, S. (2015). Two sides of the same coin: Factors that support and challenge the wellbeing of refugees resettled in a small urban center. *Health & place*, 35, 52-59
- Finlay, J. M. (2018). 'Walk like a penguin': Older Minnesotans' experiences of (non) therapeutic white space. *Social Science & Medicine*, 198, 77-84.

- Francis, Jacinta, et al. "Creating sense of community: The role of public space." *Journal of environmental psychology* 32.4 (2012): 401-409.
- Gagné, Monique H., et al. "Factors predicting the stratified academic achievement trajectories of foreign-born Canadian adolescents: a population-based study." *Applied Developmental Science* 23.3 (2019): 255-272.
- Gesler, Wil. "Lourdes: healing in a place of pilgrimage." *Health & Place* 2.2 (1996): 95-105.
- Germain, A. (2009). A closer look at Montréal: is the housing situation for immigrants becoming more precarious?. *The Canadian Geographer/Le Géographe canadien*, 53(3), 342-344.
- Guérin-Pace, France. "Vers une typologie des territoires urbains de proximité." *LEspace géographique* 32.4 (2003): 333-344.
- Hobfoll, S.E., 2011. Conservation of resource caravans and engaged settings. *J. Occup. Organ. Psychol.* 84, 116–122. doi:10.1111/j.2044-8325.2010.02016.x
- Houlden, V., Weich, S., de Albuquerque, J. P., Jarvis, S., & Rees, K. (2018). The relationship between greenspace and the mental wellbeing of adults: a systematic review. *PloS one*, 13(9), e0203000.
- Hordyk, S. R., Hanley, J., & Richard, É. (2015). "Nature is there; its free": Urban greenspace and the social determinants of health of immigrant families. *Health & place*, 34, 74-82.
- Islam, Farah. "Immigrating to Canada during early childhood associated with increased risk for mood disorders." *Community mental health journal* 51.6 (2015): 723-732.
- Jones, P., Bunce, G., Evans, J., Gibbs, H., & Hein, J. R. (2008). Exploring space and place with walking interviews. *Journal of research practice*, 4(2), D2-D2.
- Kamanzi, Pierre. "L'emprise des titres scolaires sur l'emploi chez les membres de minorités visibles: comparaison entre le Québec et l'Ontario." *Recherches sociographiques* 53.2 (2012): 315-336.
- Keyes, C.L.M., 1998. Social well-being. *Social Psychology Quarterly* 61, 121–140.
- Kim, I. H., Carrasco, C., Muntaner, C., McKenzie, K., & Noh, S. (2013). Ethnicity and postmigration health trajectory in new immigrants to Canada. *American Journal of Public Health*, 103(4), e96-e104.

- Kirmayer, L. J., Narasiah, L., Munoz, M., Rashid, M., Ryder, A. G., Guzder, J., ... & Pottie, K. (2011). Common mental health problems in immigrants and refugees: general approach in primary care. *Cmaj*, 183(12), E959-E967.
- Labbé, Émilie, et al. "Un indicateur de mesure de la précarité et de la «santé sociale»: le score EPICES." *La Revue de l'Ires*1 (2007): 3-49.
- Lemmen, D. S., Warren, F. J., Lacroix, J., & Bush, E. (2008). *From Impacts to Adaptation*. Government of Canada.
- Livingstone, Anne-Marie, and Morton Weinfeld. "Black students and high school completion in Quebec and Ontario: A multivariate analysis." *Canadian Review of Sociology/Revue canadienne de sociologie* 54.2 (2017): 174-197
- Lowe, Sarah R., Kara Lustig, and Helen B. Marrow. "African American women's reports of racism during Hurricane Katrina: Variation by interviewer race." *The New School Psychology Bulletin* 8.2 (2011): 46.
- Maas, J., Van Dillen, S. M., Verheij, R. A., & Groenewegen, P. P. (2009). Social contacts as a possible mechanism behind the relation between green space and health. *Health & place*, 15(2), 586-595.
- Masgoret, A. M., & Ward, C. (2006). Culture learning approach to acculturation. *The Cambridge handbook of acculturation psychology*, 58-77.
- McCormack, G. R., Rock, M., Toohey, A. M., & Hignell, D. (2010). Characteristics of urban parks associated with park use and physical activity: A review of qualitative research. *Health & place*, 16(4), 712-726.
- Mesch, Gustavo S., and Orit Manor. "Social ties, environmental perception, and local attachment." *Environment and behavior* 30.4 (1998): 504-519.
- Mitchell, R. J., Richardson, E. A., Shortt, N. K., & Pearce, J. R. (2015). Neighborhood environments and socioeconomic inequalities in mental well-being. *American Journal of Preventive Medicine*, 49(1), 80-84.
- Morrow, S. L. (2005). Quality and trustworthiness in qualitative research in counseling psychology. *Journal of Counseling Psychology*, 52(2), 250.
- Mullan, E. "Do you think that your local area is a good place for young people to grow up." *The effects of traffic and car parking on young people's views Health and Place* 9 (2003): 351-360.
- Munet-Vilaró, F., Chase, S. M., & Echeverria, S. (2018). Parks as Social and Cultural Spaces Among US-and Foreign-Born Latinas. *Western journal of nursing research*, 40(10), 1434-1451.

- Nadeau, Lucie, et al. "Collaborative youth mental health service users, immigration, poverty, and family environment." *Child and adolescent mental health* 23.2 (2018): 92-98.
- Newbold, K. B., & Danforth, J. (2003). Health status and Canada's immigrant population. *Social science & medicine*, 57(10), 1981-1995.
- Notermans, C., Turolla, M. and Jansen, W. 2016. Caring and connecting: reworking religion, gender and families in post-migration life. In Gemzöe, L., Keinänen, M. and Maddrell A. (Eds.) *Contemporary Encounters in Gender and Religion. European perspectives*. Palgrave Macmillan: London. 241-258
- Pampalon, Robert, Jérôme Martinez, and Denis Hamel. "Does living in rural areas make a difference for health in Quebec?." *Health & place* 12.4 (2006): 421-435.
- Phillimore, J., R. Humphris, and K. Khan. 2017. "Reciprocity for New Migrant Integration: Resource Conservation, Investment and Exchange." *Journal of Ethnic and Migration Studies* 44 (2): 215–232.
- Peters, Karin, Birgit Elands, and Arjen Buijs. "Social interactions in urban parks: stimulating social cohesion?." *Urban forestry & Urban greening* 9.2 (2010): 93-100.
- Ponterotto, J. G. (2005). Qualitative research in counseling psychology: A primer on research paradigms and philosophy of science. *Journal of Counseling Psychology*, 52(2), 126.
- Reitz, Jeffrey G. "A review of the literature on aspects of ethno-racial access, utilization and delivery of social services." *Toronto: Multicultural Coalition for Access to Family Services & Ontario Ministry of Community and Social Services* (1995).
- Rishbeth, C., & Finney, N. (2006). Novelty and nostalgia in urban greenspace: Refugee perspectives. *Tijdschrift voor Economische en Sociale Geografie*, 97, 281–295.
- Robin, M., Matheau-Police, A., & Couty, C. (2007). Development of a scale of perceived environmental annoyances in urban settings. *Journal of Environmental Psychology*, 27(1), 55-68.
- Rollero, Chiara, and Norma De Piccoli. "Does place attachment affect social well-being?." *Revue Européenne de Psychologie Appliquée/European Review of Applied Psychology* 60.4 (2010): 233-238.
- Ryan, G. W., & Bernard, H. R. (2003). Techniques to identify themes. *Field methods*, 15(1), 85-109

- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2001). On happiness and human potentials: A review of research on hedonic and eudaimonic well-being. *Annual Review of Psychology*, 52(1), 141-166.
- Ryan, R. M., Huta, V., & Deci, E. L. (2013). Living well: A self-determination theory perspective on eudaimonia. Dans A. Delle Fave (Dir.), *The exploration of happiness* (p. 117-139). New York, NY: Springer.
- Ryff, C. D., & Keyes, C. L. M. (1995). The structure of psychological well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69, 719-727.
- Sam, D. L. (2006). Acculturation: Conceptual background and core components.
- Schumacher, Maddie. "Subversive: Space as a Movement-Making Tool." *Tapestries: Interwoven voices of local and global identities* 8.1 (2019): 4.
- Seeland, K., Dübendorfer, S., & Hansmann, R. (2009). Making friends in Zurich's urban forests and parks: The role of public green space for social inclusion of youths from different cultures. *Forest Policy and Economics*, 11(1), 10-17.
- Shankand, R., Saïas, T., & Friboulet, D. (2009). De la prévention à la promotion de la santé: intérêt de l'approche communautaire. *Pratiques psychologiques*, 15(1), 65-76.
- Shaul, Sandra L., and James H. Gramann. "The effect of cultural assimilation on the importance of family-related and nature-related recreation among Hispanic Americans." *Journal of leisure research* 30.1 (1998): 47-63.
- Smyth, F. 2005. Medical geography: therapeutic places, spaces and networks. *Progress in Human Geography*, 29: 488-495.
- Solar, O., & Irwin, A. (2018). A conceptual framework for action on the social determinants of health. 2010. *Last accessed June, 13*.
- Stals, S., Smyth, M., & Ijsselsteijn, W. (2014, October). Walking & talking: probing the urban lived experience. In *Proceedings of the 8th Nordic Conference on Human-Computer Interaction: Fun, Fast, Foundational* (pp. 737-746).
- Stodolska, M., Peters, K., & Horolets, A. (2017). Immigrants' adaptation and interracial/interethnic interactions in natural environments. *Leisure Sciences*, 39(6), 475-491.
- Sturm, Roland, and Deborah Cohen. "Proximity to urban parks and mental health." *The journal of mental health policy and economics* 17.1 (2014): 19.

- Trine Staer, Ragnhild Bjørknes. 2015. Ethnic disproportionality in the child welfare system: A Norwegian national cohort study. *Children and Youth Services Review* 56, 26-32.
- Vaismoradi, M., Jones, J., Turunen, H., & Snelgrove, S. (2016). Theme development in qualitative content analysis and thematic analysis. *Journal of Nursing Education and Practice*, 6(5), 100-110.
- van den Bosch, M., & Sang, Å. O. (2017). Urban natural environments as nature-based solutions for improved public health—A systematic review of reviews. *Environmental research*, 158, 373-384.
- Wakefield, S., McMullan, C. 2005. Healing in places of decline: (re)imagining everyday landscapes in Hamilton, Ontario. *Health & Place*, 11: 299-312.
- White, M. P., Alcock, I., Wheeler, B. W., & Depledge, M. H. (2013). Coastal proximity, health and well-being: results from a longitudinal panel survey. *Health & place*, 23, 97-103.
- Yakushko, O., Watson, M., & Thompson, S. (2008). Stress and coping in the lives of recent immigrants and refugees: Considerations for counseling. *International Journal for the Advancement of Counselling*, 30(3), 167.
- Zhang, W., & Ta, V. M. (2009). Social connections, immigration-related factors, and self-rated physical and mental health among Asian Americans. *Social Science & Medicine*, 68(12), 2104-2112.

### **Publications gouvernementales**

- Centre de collaboration nationale des déterminants de la santé. (2019). Les inégalités sociales de santé ou iniquités sociales. Repéré à <http://nccdh.ca/fr/glossary/entry/inegalites-sociales-de-sante-ou-iniquites-de-sante>
- Chaire de responsabilité sociale et de développement durable. (2011). *Les îlots de chaleur dans la région métropolitaine de Montréal : causes, impacts et solutions*. Repéré à [http://ville.montreal.qc.ca/pls/portal/docs/PAGE/ARROND\\_RPP\\_FR/MEDIA/DOCUMENTS/PDF-ILOTS.PD](http://ville.montreal.qc.ca/pls/portal/docs/PAGE/ARROND_RPP_FR/MEDIA/DOCUMENTS/PDF-ILOTS.PD)
- de la Santé, O. M. (1946, July). Constitution de l'Organisation mondiale de la santé. In *WHO. int*.

Institut de la statistique du Québec. (2019). *Tableau statistique canadien*. Repéré à : <http://www.stat.gouv.qc.ca/statistiques/economie/comparaisons-economiques/interprovinciales/tableau-statistique-canadien.pdf>

Institut nationale de la santé publique du Québec (2010). *Propositions d'indicateurs aux fins de vigie et de surveillance des troubles de la santé liés à la chaleur*. Repéré à : [https://www.inspq.qc.ca/pdf/publications/1079\\_IndicateursVigieSanteChaleur.pdf](https://www.inspq.qc.ca/pdf/publications/1079_IndicateursVigieSanteChaleur.pdf)

Ministère de la Santé et des Services Sociaux. (2010). *La santé et ses déterminants ; Mieux comprendre pour mieux agir*. Repéré à : <https://publications.msss.gouv.qc.ca/msss/fichiers/2011/11-202-06.pdf>

Organisation mondiale de la Santé. (2019). *Déterminants sociaux de la santé*. Repéré à : [https://www.who.int/social\\_determinants/fr/](https://www.who.int/social_determinants/fr/)

Portail Québec (2020). *Communauté culturelle*. Repéré à : <http://www.thesaurus.gouv.qc.ca/tag/terme.do?id=2891>

Portail Québec (2020). *Minorité visible*. Repéré à : <http://www.thesaurus.gouv.qc.ca/tag/terme.do?id=8078>

Santé Canada, *Qu'est-ce qui influence notre santé?* (2001) sur Internet: Santé Canada: <http://www.phac-aspc.gc.ca/ph-sp/phdd/determinants/index.html>

Statistique Canada. (2019). *Dictionnaire, Recensement de la population, 2016*. Repéré à <https://www12.statcan.gc.ca/census-recensement/2016/ref/dict/pop221-fra.cfm>

Statistique Canada. (2005). *Enquête longitudinale auprès des immigrants du Canada de 2005*. Repéré à : <https://www150.statcan.gc.ca/n1/pub/11-008-x/2007000/t/4097873-fra.htm>

### **Logiciel**

Nvivo (12) [QSR International, 2019]. (2019). <https://www.qsrinternational.com/nvivo-qualitative-data-analysis-software/support-services/nvivo-downloads>

## ANNEXE 1

### Résumé de recherche – Espaces verts urbains et santé mentale

\*\*\* SVP respectez les espaces prévus pour chacune des sections \*\*\*

#### PROJET EN COURS

**LES ESPACES VERTS URBAINS: INÉGALITÉS SOCIALES ET MÉCANISMES D'INFLUENCE SUR LA SANTÉ MENTALE ET LE BIEN-ÊTRE**



#### DÉBUT ET FIN DU PROJET

Septembre 2016-Août 2019

#### FINANCEMENT

OURANOS

#### RESPONSABLES SCIENTIFIQUES

Mathieu Philibert et Janie Houle  
Université du Québec à Montréal

#### AUTRES PARTICIPANTS

- Ville de Montréal
- Ville de Québec
- Ville de Laval
- Ville de Saint-Hyacinthe
- Institut national de santé publique du Québec
- Institut de recherche en biologie végétale
- Ministère de l'Éducation et de l'enseignement Supérieur

#### CONTEXTE

Quelques études suggèrent un lien entre l'exposition aux espaces verts et à la santé mentale, mais ces observations demeurent parcellaires et ne s'attardent ni aux inégalités socioéconomiques et de genre, ni aux mécanismes par lesquels s'exerce l'influence des espaces verts. Le niveau de végétation des milieux résidentiels et l'accessibilité des parcs sont des facteurs pouvant réduire l'impact des changements climatiques sur la santé des populations, principalement les épisodes de chaleur. La variation dans le niveau de végétation des milieux urbains et l'accessibilité aux parcs sont peu documentées au Québec. Ce manque de connaissances limite la capacité d'action de décideurs des domaines de la santé et de l'aménagement du territoire. Les informations disponibles pour soutenir la prise de décision sont limitées.

#### OBJECTIFS

- comparer différents indicateurs d'accessibilité géographique aux parcs ;
- documenter les caractéristiques des parcs qui ont une influence sur l'utilisation des espaces verts
- évaluer la relation entre les espaces verts et la santé mentale, en tenant compte de variables modératrices (ex. statut socioéconomique et genre);
- examiner la contribution de trois variables médiatrices (stress, socialisation, activité physique) dans la relation entre les espaces verts et la santé mentale

#### DÉMARCHE

- Réalisation d'une enquête qualitative auprès d'usagers de parcs
- Réalisation d'une enquête par questionnaire auto-administré en ligne
- Cartographie des parcs et du niveau de végétation de l'ensemble des régions urbaines du Québec
- Développement d'indicateurs de l'accessibilité géographique des espaces verts
- Application des connaissances avec les partenaires du milieu municipal, le Ministère de l'Éducation et de l'Enseignement supérieur et l'Institut national de santé publique

#### RÉSULTATS ATTENDUS

Cette étude nous indiquera les caractéristiques des espaces verts en milieu urbain qui facilitent ou entravent leur utilisation par les citoyens, notamment les plus vulnérables. Elle nous renseignera sur le lien entre l'utilisation des espaces verts et la santé mentale. Elle permettra d'identifier les régions urbaines du Québec qui sont bien pourvues en matière de végétation et d'espaces verts et celles qui sont plus défavorisées à cet égard.

#### RETOMBÉES POUR L'ADAPTATION

En éclairant le lien entre les espaces verts et la santé mentale, le présent projet pourra aider à quantifier d'autres effets bénéfiques de ces espaces (au-delà de la lutte aux îlots de chaleur) et à identifier les éléments qui facilitent leur utilisation par des populations vulnérables. Les résultats du projet pourront en ce sens contribuer à influencer les décideurs dans l'aménagement d'espaces verts répondant mieux aux besoins, notamment ceux de différents groupes vulnérables de la population, ceux-ci étant alors plus susceptibles de les fréquenter en période de chaleur intense. En fournissant pour la première fois une cartographie détaillée des niveaux de végétation et des parcs pour l'ensemble des milieux urbains, en plus d'indicateurs d'accessibilité aux parcs validés, cette étude permettra aux décideurs de prendre des décisions éclairées qui faciliteront une meilleure adaptation aux changements climatiques.



**ANNEXE 2 :**  
**Canevas d'entrevue**

<b>Canevas d'entrevue semi-dirigées in situ dans les espaces verts urbains</b>		
<b>Thèmes</b>	<b>Questions</b>	<b>Questions de relance*</b>
Proximité perçue	Pour commencer, j'aimerais savoir si le parc ici est loin de votre lieu de résidence?	-
	À combien de minutes de marche/vélo/voiture/bus se trouve le parc de votre lieu de résidence? (entrer le nombre de minutes et préciser le mode de transport)	-
Contexte d'utilisation	Habituellement, est-ce que vous venez seul(e) au parc ou avec d'autres personnes?	Si avec d'autres personnes : qui sont-elles?
	À quelle fréquence est-ce que vous venez au parc? Par exemple, combien de fois venez-vous par semaine ou par mois?	-
	À quels moments de la semaine et de la journée venez-vous?	-
	Venez-vous le soir?	-
	Est-ce que vous venez l'hiver?	Si oui : que faites-vous au parc l'hiver?
Usages / Caractéristiques de l'espace verts urbain	Qu'est-ce que vous recherchez quand vous venez dans ce parc? Pourquoi y venez-vous?	Utilisez-vous les modules de jeux/les terrains sportifs, etc.
	Que faites-vous lorsque vous êtes dans le parc ici? Montrez-moi où vous allez.	Pourquoi venez-vous ici?
Effets	Qu'est-ce que cela vous apporte de faire cela? Comment vous sentez-vous quand vous faites cela, ou après?	Pouvez-vous m'en dire un peu plus sur comment vous vous sentez après avoir fréquenté le parc?

		À votre avis, pourquoi vous sentez-vous comme cela après avoir fréquenté le parc?
Avantage / désavantage de l'espace vert urbain	Qu'est-ce que vous aimez particulièrement au parc ici? Quels sont les principaux points positifs? Ça peut être par exemple des choses, des personnes, des services, ou autres aspects, qui sont bons pour faire ce que vous voulez faire au parc.	Pourquoi aimez-vous ces aspects?
	Qu'est-ce qui pourrait être amélioré au parc pour qu'il réponde mieux à vos besoins?	Comment est-ce que cela aiderait à répondre à vos besoins?
Attraits des autres espaces verts urbains	Fréquentez-vous d'autres parcs que celui-ci?	-
	Quels sont les attraits particuliers de ces autres parcs? Pourquoi les fréquentez-vous?	-
	Qu'est-ce que ces attraits vous apportent? Pourquoi les appréciez-vous?	-
Stratégies de découverte des espaces verts urbains	Comment découvrez-vous les parcs de votre quartier? Faites-vous une recherche pour les trouver?	-
Questions démographiques	Quel âge avez-vous?	-
	À quelle communauté culturelle appartenez-vous? / Quel est votre pays d'origine?	-
	Comment percevez-vous votre situation économique par rapport aux gens de votre âge?  Choix de réponse : À l'aise / Revenus suffisants / Revenus insuffisants / Pauvre	-
Discours aux décideurs	Si vous aviez la chance de vous adresser aux décideurs responsables des parcs, que souhaiteriez-vous leur dire?	-

\* Sauf s'il y a une incompréhension de la réponse donnée, ce n'est pas toutes les questions qui sont relancées, puisque l'entrevue doit rester assez courte.

*\*\*Note aux assistants de recherche : couper enregistrement audio \*\*\**

Merci beaucoup de votre participation à ce volet de l'étude. Nous organiserons dans quelques mois une discussion de groupe avec 8 à 10 des répondants. Elle nous permettra de discuter de manière plus approfondie des parcs et de leur influence sur la santé des citoyens.

Seriez-vous intéressé, à ce que dans les prochains mois, nous vous invitons à participer à ce groupe de discussion avec d'autres utilisateurs de parcs afin d'approfondir le sujet?

Numéro de téléphone : ( \_\_\_\_\_ ) \_\_\_\_\_ - \_\_\_\_\_      Nom : \_\_\_\_\_

Date : \_\_\_\_\_ 2016

Merci beaucoup de votre participation!

Si vous souhaitez recevoir les résultats de la recherche ou que vous avez des questions sur l'étude, vous pouvez nous écrire ou nous appeler. Voici une carte avec les coordonnées de notre laboratoire de recherche. Sur l'autre côté, vous trouverez les coordonnées du comité d'éthique de recherche de l'UQÀM (remettre la carte d'affaires)

- Noter le genre du répondant :
  
- Noter si le répondant avait des incapacités physiques visibles (marchait avec une canne, fauteuil roulant, etc.)
  
- Noter si le répondant était accompagné d'un ou des enfants

**ANNEXE 3**

**Certificat d'accomplissement de l'EPTC 2**

**Groupe en éthique  
de la recherche**  
Pilier 1 éthique de la recherche humaine

**EPTC 2: FER**



***Certificat d'accomplissement***

*Ce document certifie que*

**Sandra Lachance**

*a complété le cours : l'Énoncé de politique des trois Conseils :  
Éthique de la recherche avec des êtres humains :  
Formation en éthique de la recherche (EPTC 2 : FER)*

**4 novembre, 2019**

## ANNEXE 4

## Approbation éthique



No du certificat : 2016\_e\_1294

## CERTIFICAT D'ÉTHIQUE

Le Comité institutionnel d'éthique de la recherche avec des êtres humains de l'UQAM, a examiné le protocole de recherche suivant et jugé conforme aux pratiques habituelles et répond aux normes établies par la Politique no 54 sur l'éthique de la recherche avec des êtres humains (décembre 2015).

## Protocole de recherche

**Chercheur(e) principal(e) :** Janie Houle

**Unité de rattachement :** Département de psychologie

**Équipe de recherche :**

**Co-chercheurs : Professeurs :** Yves Baudouin (Département de géographie), Mathieu Philibert (Département de sexologie); **Partenaires :** Réal Ménard, Émilie Thuillier et Michèle Giroux (Ville de Montréal), Michel Robidoux (Ville de St-Hyacinthe), Michel Trottier (Ville de Laval), Sébastien Lebel (Ville de Québec), Benoit Tremblay, Diane Boudreault (MEES), Michel Labrecque (IRBV); **Chercheurs externes :** Simon Coulombe (Université Wilfrid Laurier), Éric Robitaille, Jérôme Martinez et Éric Pelletier (INSPQ); **Stagiaire postdoctorale :** Laurène Wiesztort (UQAM); **Étudiante de cycles supérieurs :** Kadia Saint-Onge (UQAM).

**Étudiant(s) réalisant leurs projets de mémoire ou de thèse (incluant les thèses de spécialisation) dans le cadre du présent protocole de recherche :** s/o

**Titre du protocole de recherche :** *Les espaces verts urbains : inégalités sociales et mécanismes d'influence sur la santé mentale et le bien-être – Étape A : Enquête qualitative auprès d'usagers de parcs.*

**Sources de financement (le cas échéant):** Ouranos

**Durée du projet :** 2016-2017

## Modalités d'application

Le présent certificat est valide pour le projet tel qu'approuvé par le CIEREH. Les modifications importantes pouvant être apportées au protocole de recherche en cours de réalisation doivent être communiquées au comité. Tout événement ou renseignement pouvant affecter l'intégrité ou l'éthicité de la recherche doit être communiqué au comité.

Toute suspension ou cessation du protocole (temporaire ou définitive) doit être communiquée au comité dans les meilleurs délais.

Le présent certificat d'éthique est valide jusqu'au **14 septembre 2017**. Selon les normes de l'Université en vigueur, un suivi annuel est minimalement exigé pour maintenir la validité de la présente approbation éthique. Le rapport d'avancement de projet (renouvellement annuel ou fin de projet) est requis dans les trois mois qui précèdent la date d'échéance du certificat<sup>1</sup>.

Éric Dion, Ph.D.  
Professeur  
Président

14 septembre 2016

Date d'émission initiale du certificat

<sup>1</sup> <http://recherche.uqam.ca/ethique/humains/modifications-apportees-a-un-projet-en-cours.html>

<sup>2</sup> <http://recherche.uqam.ca/ethique/humains/rapport-annuel-ou-final-de-suivi.html>