

Symposium

Santé mentale positive et habitudes de vie



RQPP

Regroupement québécois
de psychologie positive

Symposium virtuel *Santé mentale positive et habitudes de vie*

26 mai 2026 entre 11h00 à 13h00 (heure de Montréal)

Trois présentations suivies d'une période d'échanges et de questions



Isabelle Doré, professeure en sciences de l'activité physique et santé publique

Santé mentale positive : Repères conceptuels et perspectives pour l'action



Jean-François Villeneuve, psychologue de la santé

Cultiver l'agentivité afin de modifier les comportements de santé : Apports cliniques de la psychologie positive



Claudia Trudel-Fitzgerald, professeure en psychologie et épidémiologie sociale

Être bien dans sa tête, vivre mieux dans son corps: Études récentes sur le rôle du bien-être psychologique dans les habitudes de vie

Vincent Gosselin Boucher, professeur en psychologie de la santé

Animateur du symposium



**Enregistrements
disponibles sous peu
Visitez les plateformes du RQPP**

rqpp.org

Pour plus d'information ou questions:
gosselin_boucher.vincent@uqam.ca



Santé mentale positive : repères conceptuels et perspectives pour l'action

Isabelle Doré, Ph.D. est épidémiologiste, chercheuse-boursière FRQ-S Junior 2, professeure agrégée à l'École de kinésiologie et des sciences de l'activité physique et à l'École de santé publique de l'Université de Montréal, chercheuse au Centre de recherche du centre hospitalier de l'Université de Montréal et à l'Institut du cancer de Montréal. Ses recherches portent sur l'activité physique dans une perspective de promotion de la santé mentale et physique auprès de diverses populations, incluant les jeunes en transition à l'adulte, les personnes touchées par le cancer, immunosupprimées et les proches.

Être bien dans sa tête, vivre mieux dans son corps: Études récentes sur le rôle du bien-être psychologique dans les habitudes de vie

Dre Claudia Trudel-Fitzgerald est professeure agrégée en psychologie de l'Université du Québec à Trois-Rivières, chercheuse régulière au Centre de Recherche de l'Institut Universitaire en Santé Mentale de Montréal ainsi que chercheuse affiliée au Lee Kum Sheung Center for Health and Happiness à l'Université Harvard et au programme en inégalités sociales et bien-être à l'Université du Michigan, aux États-Unis. Elle est également psychologue clinicienne ainsi que co-responsable et co-fondatrice de la Division Santé du RQPP. Elle s'intéresse au rôle des facteurs psychosociaux (ex., optimisme, bonheur, adaptation au stress et régulation émotionnelle favorable) dans le maintien de la santé physique, la longévité, les habitudes de vie et les processus biologiques associés, et jusqu'à quel point ces déterminants psychosociaux peuvent aider à comprendre les disparités sociales en santé.

Cultiver l'agentivité afin de modifier les comportements de santé : Apports cliniques de la psychologie positive

Psychologue clinicien depuis une trentaine d'années, Jean-François Villeneuve a complété une thèse de doctorat (D.Ps.) sur les facteurs psychologiques influençant l'agentivité dans les comportements de santé. Il a offert des conférences en entreprise sur la santé psychologique avec le groupe Capsana, animé le programme De l'intention à l'action au Centre ÉPIC de l'Institut de Cardiologie de Montréal et des formations sur l'adoption des comportements de santé à la faculté de l'éducation permanente de l'Université de Montréal. Sa mission de vie est d'aider les gens à retrouver le pouvoir sur leurs comportements de santé d'une manière qui favorise le bien-être psychologique et la qualité de vie.



**Regroupement québécois
de psychologie positive**

**Inscrivez-vous à
l'infolettre!**

