



4 mai 2012

Semaine de la santé mentale : du 7 au 13 mai

La santé mentale pour tous



Du 7 au 13 mai prochain se tiendra la 61e édition de la *Semaine de la santé mentale* de l'Association canadienne pour la santé mentale. L'objectif de cette semaine bien spéciale est d'encourager les gens de tous les horizons à apprendre, parler, réfléchir et s'engager face aux différents enjeux liés à la santé mentale. Le thème de cette semaine est *La santé mentale pour tous*. C'est un thème qui concerne tous nos milieux de travail. Profitons-en pour en parler !

La sécurité physique est une préoccupation omniprésente dans notre société. Mais qu'en est-il de notre sécurité intérieure ? « Sans une certaine dose de sécurité mentale, sans sécurité sociale, il est difficile de déployer ses ailes, déclare Renée Ouimet, directrice de l'ACSM - Division du Québec. Lorsque l'insécurité physique ou psychologique prend le dessus, elle peut avoir de graves incidences sur la santé des gens. Elle peut empêcher une personne d'être heureuse dans la vie, de s'épanouir, d'avoir confiance en soi ou d'établir des relations avec les autres. »

[Plus de renseignements sur la Semaine de la santé mentale...](#)

Vous ressentez le besoin de parler à quelqu'un ?

Programme d'aide aux employés : 1 866 871-5335 (24 h / 24, 7 j / 7)

Réseau des délégués sociaux SCFP et SSPHQ : [consultez la liste des intervenants à contacter](#)