



« Tous ensemble pour une bonne santé mentale ! »

Invitation à une conférence de presse

CAP Santé Outaouais et ses partenaires vous invite à une conférence de presse à l'occasion du lancement de la 67^e édition de la Semaine nationale de la santé mentale qui a lieu du 7 au 13 mai 2018. Cette Semaine est une occasion de sensibiliser les gens à l'importance de conserver son équilibre émotionnel, de prendre soin de sa santé mentale, de la maintenir et de l'améliorer. Nous avons tous une santé mentale et un rôle à jouer envers nous-mêmes et envers les gens qui nous entourent. C'est une responsabilité tant individuelle que collective.

Le Mouvement Santé mentale Québec a développé des outils en lien avec les « 7 astuces pour se recharger » pour aider les gens à renforcer leur santé mentale par une série de conseils et de stratégies qui aideront à améliorer le bien-être psychologique des Québécois et Québécoises en agissant à titre préventif. Au fil des ans, les activités proposées permettent d'approfondir chacune de ces 7 astuces. Pour l'édition 2018 de la Semaine, les activités permettront aux gens d'AGIR en donnant du sens à leur vie, en agissant sur ce qui est important pour eux et en accordant leur attention aux éléments positifs de la vie. Des activités sont organisées à travers la province par les membres du Mouvement dont CAP Santé Outaouais fait partie.

CAP Santé Outaouais tient à remercier et souligner la contribution financière du Regroupement des organismes communautaires en santé mentale de l'Outaouais, du Service d'accompagnement pour l'inclusion sociale et de la Ville de Gatineau. Il veut aussi remercier les organismes communautaires qui permettent de rendre accessible des ateliers gratuitement dans l'ensemble de la région (Gatineau, Papineau, Pontiac, Collines, Vallée-de-la-Gatineau).

À la conférence de presse, la programmation complète des activités sera présentée par la directrice de CAP Santé Outaouais, madame Isabelle Côté. Des invités spéciaux prendront également la parole pour parler de liens avec la santé mentale :

- Madame Renée Amyot, Conseillère municipale et Présidente de la Commission Gatineau, Ville en santé;
- Madame Émilie Charette, Coordinatrice à la Maison Réalité;
- Madame France Pérodeau, Formatrice et consultante en mieux-être et croissance personnelle;
- Monsieur Jean Mathieu, Porte-parole du comité groupes d'entraide et de soutien.

Date : Jeudi 3 mai 2018

Heure : 11h

Endroit : Salle de Presse Vidéotron
25, rue Laurier
Gatineau, Québec J8X 4C8

Membres du comité organisateur régional :

Isabelle Côté, CAP Santé Outaouais

Émilie Charette, Maison Réalité

Catherine Lafleur-Legault, Centre Inter-Section

Marilyn Lapierre, L'Envol S.R.T.

Daniel Laflèche, Tel-Aide Outaouais

Marie-Claude Leclair, Les Habitations Nouveau Départ

Claudia Forget, Centre intégré de santé et de services sociaux de l'Outaouais

Anne Bélisle, Christiane Beauchamp et France Pérodeau, Service d'accompagnement pour l'inclusion sociale

Delphine Larivière et Geneviève Rollin, Regroupement des organismes communautaires en santé mentale de l'Outaouais



Contact : Isabelle Côté, 819.771.2277