



Communiqué de presse

Pour diffusion immédiate

Semaine de la santé mentale dans Thérèse-De Blainville :

« Parce que ça me fait du bien! »

Sainte-Thérèse, 20 avril 2021 – La Semaine nationale de la santé mentale se déroulera du 3 au 9 mai. La pandémie de COVID-19 et les mesures sanitaires qui se prolongent bousculent le quotidien et mettent à mal la santé mentale. Le comité organisateur regroupe cette année des partenaires de plusieurs milieux, de la Table de concertation en santé mentale, mais également des concertations jeunesse et aînées de la MRC de Thérèse-De Blainville qui se sont sentis particulièrement concernés par cet enjeu. C'est donc sous le thème local « Parce que ça me fait du bien » que se déroulera la semaine.

Cette semaine est un moment de réflexion par rapport à l'importance de conserver un équilibre émotionnel et de sensibiliser le public aux questions de santé mentale. Dans ce contexte de stress important, l'art, les activités bien-être et l'activité physique en nature ont un effet libérateur.

La Semaine de la santé mentale dans la MRC sera ponctuée de trois actions principales qui seront visibles sur Facebook <https://www.facebook.com/mauxzarts2021/>.

Tout d'abord, ce sera le retour, pour une neuvième année, de **Maux Z'arts, l'exposition qui fait du bien!** dont les œuvres seront réparties dans différentes bibliothèques de la MRC, à commencer par celle de Rosemère et Bois-des-Filion, en plus de pouvoir être vues sur la page Facebook. Il semble toujours aussi nécessaire de mettre en valeur des œuvres dont leur réalisation a donné un sentiment de bien-être aux artistes.

Ensuite, des **capsules vidéo mettant en valeur des lieux naturels de la MRC** seront offertes par des organismes communautaires sensibles aux questions de santé mentale qui présenteront leur mission de soutien.

Enfin, des **capsules vidéo d'artistes connus** seront lancées grâce au soutien de la Ville de Rosemère. Huit artistes engagés partagent leurs façons de surmonter le stress lié à la pandémie : Stéphane Archambault, Simon Boulerice, Pierre-Yves Cardinal, Marilou Morin, Jean-François Pronovost, Marie-Claude Guérin, Catherine Sénart et Luc Guérin.

Le comité local de la semaine appuie la campagne nationale de Mouvement Santé mentale Québec « Ressentir, c'est recevoir un message » dont le porte-parole national est le romancier, poète et travailleur social David Goudreault. La campagne encourage la population à écouter ses émotions, à les accueillir, à les reconnaître et à apprendre à vivre avec elles, car elles nous renseignent sur nos besoins.

-30-

Plus d'information :

Sonia Charbonneau

Organisatrice communautaire

sonia.charbonneau.tdb@ssss.gouv.qc.ca

**Comité organisateur de la semaine nationale de la santé mentale de la MRC de
Thérèse-De Blainville:**

Isabelle Beauséjour
Nitya Cloutier
Marilyne Côté
Marylou Durocher
Claude Guérin
Joëlle Leblanc
Fannie Papineau
Arianne Poitras
Olivier Shareck
Charlie Riopel
Sonia Charbonneau

Groupe La Licorne
Resto-Pop Thérèse-De Blainville
Régie intermunicipale de Police TDB
Resto-Pop Thérèse-De Blainville
Ville de Rosemère
CISSS des Laurentides
L'Écluse des Laurentides
GRPAAL
Carrefour Jeunesse Emploi Thérèse-De Blainville
Maison des jeunes SODARRID
CISSS des Laurentides

Soutien financier et logistique

Ville de Rosemère
Ville de Bois-des-Filion

