



CANADIAN COUNSELLING AND  
PSYCHOTHERAPY ASSOCIATION

L'ASSOCIATION CANADIENNE DE  
COUNSELING ET DE PSYCHOTHÉRAPIE

## **Racisme et santé mentale sont intimement liés**

*L'Association canadienne de counseling et de psychothérapie appuie la Journée internationale pour l'élimination de la discrimination raciale*

**OTTAWA (le 21 mars 2016)** Aujourd'hui, l'Association canadienne de counseling et de psychothérapie (ACCP) souligne la Journée internationale pour l'élimination de la discrimination raciale. Événement mondial organisé chaque année par les Nations Unies, la Journée internationale pour l'élimination de la discrimination raciale attire l'attention internationale sur les conséquences de l'inégalité raciale et rappelle aux citoyens et citoyennes qu'ils ont à la fois la responsabilité et le pouvoir de la combattre.

« La Journée internationale pour l'élimination de la discrimination raciale nous offre l'occasion de réaffirmer notre engagement à éliminer toutes les formes de discrimination. C'est l'occasion de consacrer nos efforts à créer des collectivités qui sont inclusives et dans lesquelles les citoyens peuvent vivre dans la dignité, l'égalité et la paix, affirme la D<sup>re</sup> Natasha Caverley, présidente de l'ACCP. La discrimination raciale et ethnique continue de causer l'iniquité et la marginalisation chez les gens et se manifeste par des taux de pauvreté disproportionnés et un accès limité au pouvoir, à la justice, à l'éducation, ainsi qu'à la santé physique et mentale. »

La Journée internationale pour l'élimination de la discrimination raciale se concrétise par divers événements et activités organisés à l'échelle internationale et visant une sensibilisation à la justice et à l'équité dans le monde, tout en préconisant l'élimination de certains aspects de structures sociales ou de pratiques organisationnelles qui contribuent à la domination ou à l'oppression, peu importe l'ethnicité ou la race en cause.

Comme l'explique M<sup>me</sup> Caverley : « La discrimination raciale peut avoir des effets dévastateurs sur la santé mentale. Selon l'Association canadienne pour la santé mentale, les personnes victimes de racisme éprouvent souvent des problèmes de stress, de faible estime de soi, d'anxiété et de dépression. Les conseillers et psychothérapeutes de l'ACCP visent à devenir des professionnels compétents sur le plan culturel et à acquérir des connaissances sur la situation mondiale leur permettant de posséder la sensibilité, le savoir et les habiletés nécessaires pour relever activement les défis liés aux droits de la personne, à la paix et à la justice, qui sont autant de facteurs ayant une incidence sur la santé mentale et le bien-être des personnes et des groupes différents. »

Pour obtenir de l'aide thérapeutique, rendez-vous au [www.ccpa-accp.ca](http://www.ccpa-accp.ca), où vous pourrez trouver un Conseiller(ère) canadien certifié dans votre région. Les gens du public peuvent

obtenir des renseignements clairs et fiables au sujet de la profession du counseling et de la psychothérapie en visitant le site grand public de l'ACCP <http://talkingcanhelp.ca/fr/>.

-30-

*L'Association canadienne de counseling et de psychothérapie (ACCP) est une association nationale bilingue, qui offre aux conseillers et psychothérapeutes professionnels l'accès à des programmes de formation exclusifs, des possibilités de certification et de perfectionnement professionnel, ainsi qu'un contact direct avec des collègues professionnels et avec des groupes de spécialité. L'ACCP fait la promotion de la profession et de sa contribution à la santé mentale et au bien-être de tous les Canadiens et de toutes les Canadiennes.*

**Pour obtenir des renseignements supplémentaires, veuillez communiquer avec :**

Cynthia Waldmeier, relationniste

Téléphone : 613-233-8906, cellulaire : 613-894-2128

Courriel : [ccpa@impactcanada.com](mailto:ccpa@impactcanada.com)