



CANADIAN COUNSELLING AND
PSYCHOTHERAPY ASSOCIATION

L'ASSOCIATION CANADIENNE DE
COUNSELING ET DE PSYCHOTHÉRAPIE

Prioriser la santé mentale en temps de pandémie pendant la Semaine de sensibilisation aux maladies mentales 2020

Ottawa, le 5 octobre 2020. – En cette Semaine de sensibilisation aux maladies mentales (SSMM), l'Association canadienne de counseling et de psychothérapie (ACCP) est fière de passer le message : il n'y a pas de santé sans santé mentale. La SSMM, prévue du 4 au 10 octobre, est une campagne publique annuelle de sensibilisation à la réalité de la maladie mentale. Elle vise à informer les Canadiens sur l'importance de la santé mentale, en mettant de l'avant comment il devrait s'agir d'une priorité au Canada.

On estime qu'un Canadien sur cinq souffrira d'un problème mental ou d'une maladie mentale un jour ou l'autre dans sa vie. À 40 ans, 5 % des Canadiens seront – ou auront été – aux prises avec la maladie mentale. Voyant sa population qui cherche encore à composer avec les effets de la pandémie, le pays comprend de mieux en mieux que la santé mentale se doit d'être une priorité.

« La Semaine de sensibilisation aux maladies mentales souligne ce que croient les Canadiens, c'est-à-dire que la santé mentale doit être considérée de la même façon que la santé physique, a affirmé Jenny Rowett, présidente nationale de l'ACCP. Maintenant plus que jamais, en cette période où la COVID-19 nous demande d'adapter nos modes de vie, il faut poursuivre notre travail de sensibilisation pour remettre la santé mentale et la santé physique sur un même pied d'égalité. »

Créée en 1992, la SSMM est aujourd'hui coordonnée par l'Alliance canadienne pour la maladie mentale et la santé mentale ([ACMMSM](#)), de concert avec ses organisations membres – dont l'ACCP – et divers collaborateurs dans tout le Canada.

« Nous encourageons la sensibilisation à la santé mentale et la déconstruction des préjugés qui l'entourent, mais nous reconnaissons aussi que des actions concrètes doivent être prises pour favoriser la santé mentale, a affirmé Carrie Foster, administratrice du Québec anglophone à l'ACCP. Des outils sont en train d'être élaborés pour aider les gens à composer avec les répercussions de la COVID-19; cela dit, les longs temps d'attente pour obtenir un traitement en santé mentale et les difficultés d'accès aux soins étaient déjà monnaie courante avant la pandémie. Nous devons faire en sorte que les gens aient accès à des services de santé mentale quand ils en ont besoin. »

Dans la situation actuelle, où les effets de l'isolement, de la précarité de l'emploi et du stress de veiller à la protection de nos proches viennent s'ajouter à des problèmes de santé mentale existants, il nous faut agir sans attendre pour assurer aux gens une aide adaptée quand ils en ont besoin. Les conseillers et les psychothérapeutes de partout au pays ont fait la transition vers les plateformes en ligne et sont prêts à fournir leurs services, des services abordables et complémentaires au travail d'autres professionnels.



CANADIAN COUNSELLING AND
PSYCHOTHERAPY ASSOCIATION

L'ASSOCIATION CANADIENNE DE
COUNSELING ET DE PSYCHOTHÉRAPIE

« Le discours du Trône, dans lequel le fédéral s'est engagé à élargir l'accès aux ressources en santé mentale, a laissé présager que la sensibilisation à la santé mentale et l'accès aux soins évolueront positivement au fil de la pandémie. Nous avons confiance en la suite », a conclu M^{me} Rowett.

Pour en savoir plus sur la SSMM, consultez le www.camimh.ca/fr.

Pour obtenir de l'aide thérapeutique, rendez-vous au www.ccpa-accp.ca, où vous pourrez trouver un conseiller canadien certifié dans votre région. Les gens du public peuvent obtenir des renseignements clairs et fiables sur 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 organisation nationale bilingue qui offre aux conseillers et aux psychothérapeutes l'accès à des programmes de formation exclusifs et à des possibilités de certification et de perfectionnement professionnel, ainsi qu'un contact direct avec des collègues du domaine et des groupes spécialisés. L'ACCP assure la promotion de la profession et valorise sa contribution à la santé mentale et au bien-être de la population canadienne. Pour en savoir plus sur le counseling et la psychothérapie, consultez le www.ccpa-accp.ca/fr.

Personne-ressource : Madison Simmons, Relations publiques

Numéro de téléphone : 613-233-8906

Adresse courriel : madison@impactcanada.com