



FOR IMMEDIATE RELEASE

A Heavy Load to Carry: National Addictions Awareness Week

OTTAWA (November 19, 2023) – This week the Canadian Counselling and Psychotherapy Association (CCPA) recognizes National Addictions Awareness Week, occurring November 19 to 25.

Across Canada, between 2016 and 2022 there was an average of 20 deaths per day caused by opioid toxicity¹. Men experience the highest rates of opioid overdoses in Canada.² Trade workers are more impacted by substance use and addiction than other fields of work.³

Since injury and pain are common in the trades, workers often use alcohol or other substances to cope with pain. Pain relief is one way people get introduced to opioids. In western culture men are taught to avoid their feelings and deal with their problems alone. Because of this, men are often less likely to ask for help when they need it.

“Reaching out for help is not a sign of weakness. It takes strength to reach out for help. Recovery from substance misuse often requires counselling and substance reduction support. Learning to use healthier forms of coping is possible but the journey will look different for everyone.” said Carrie Foster, CCPA President.

For more information on the impacts of the opioid overdose crisis in Canada on men in the trades, visit Canada.ca/EaseTheBurden

Canadian Certified Counsellors are highly qualified and specialized mental health professionals providing counselling and psychotherapy services, including substance use management. If you are questioning or are struggling with substance use, contact a Canadian Certified Counsellor today to get the help you need. To learn more and find a counsellor near you, please visit the CCPA directory of Canadian Certified Counsellors across Canada at <https://www.ccpa-accp.ca/find-a-canadian-certified-counsellor/>

-30-

The Canadian Counselling and Psychotherapy Association (CCPA) is a national bilingual association providing professional counsellors and psychotherapists with access to exclusive educational programs, certification, professional development and direct contact with professional peers and specialty groups. CCPA promotes the profession and its contribution to the mental health and well-being of all Canadians.

For further information, please contact:

Laura Rinaldi | laura@impactcanada.com | (613) 233-8906

¹ Opioid and Stimulant-related harms in Canada. (June 2023). <https://health-infobase.canada.ca/substance-related-harms/opioids-stimulants/>

² Special Advisory Committee on the Epidemic of Opioid Overdoses. Opioid- and Stimulant-related Harms in Canada [Internet]. Ottawa: Public Health Agency of Canada. 2022 [cited 2022 June 1]. Available from: <https://health-infobase.canada.ca/substance-related-harms/opioids-stimulants/>

³ <https://www.canada.ca/en/services/health/campaigns/men-construction-trades-overdose-crisis-canada.html>

POUR DIFFUSION IMMÉDIATE

Semaine nationale de sensibilisation aux dépendances Un fardeau lourd à porter

OTTAWA (19 novembre 2023) – Du 19 au 25 novembre, l'Association canadienne de counseling et de psychothérapie (ACCP) marque la Semaine nationale de sensibilisation aux dépendances.

À l'échelle du Canada, entre 2016 et 2022, il y a eu en moyenne 20 décès par jour causés par intoxication aux opioïdes⁴. C'est chez les hommes que les taux de surdoses d'opioïdes sont les plus élevés dans notre pays⁵. En outre, les hommes dans les métiers sont plus touchés par la consommation de substances et les dépendances que les travailleurs d'autres catégories d'emploi⁶.

Comme il est courant de se blesser et d'avoir mal dans les métiers, les travailleurs consomment souvent de l'alcool ou d'autres substances pour supporter la douleur. On commence parfois à consommer des opioïdes pour soulager la douleur. Dans la culture occidentale, les hommes sont censés taire ce qu'ils ressentent et régler seuls leurs problèmes. Ils sont donc moins susceptibles de demander de l'aide quand ils en ont besoin.

« Demander de l'aide n'est pas un signe de faiblesse. En fait, cela demande du courage. Pour venir à bout d'un problème d'abus de substances, il faut souvent recourir au counseling et à des aides pour réduire sa consommation. Il est possible d'apprendre à utiliser des moyens plus sains de faire face à des situations, mais le parcours de chacun sera différent », déclare Carrie Foster, présidente de l'ACCP.

Pour en savoir plus sur les conséquences de la crise des surdoses d'opioïdes au Canada pour les hommes dans les métiers, allez à Canada.ca/EaseTheBurden

Les conseillers canadiens certifiés sont des professionnels de la santé mentale très qualifiés et spécialisés qui offrent des services de counseling et de psychothérapie, y compris en ce qui concerne la gestion de la consommation de substances. Si vous vous interrogez sur votre consommation de substances ou si vous avez des problèmes de consommation de substances, contactez aujourd'hui un conseiller canadien certifié pour obtenir l'aide dont vous avez besoin. Pour en savoir plus et pour trouver un conseiller près de chez vous, consultez le répertoire des conseillers canadiens certifiés de l'ACCP à <https://www.ccpa-accp.ca/fr/find-a-canadian-certified-counsellor/>

⁴ Méfaits associés aux opioïdes et aux stimulants au Canada, juin 2023, <https://sante-infobase.canada.ca/mefaits-associes-aux-substances/opioides-stimulants>

⁵ Comité consultatif spécial fédéral, provincial et territorial sur l'épidémie de surdoses d'opioïdes, Méfaits associés aux opioïdes et aux stimulants au Canada [Internet], Ottawa, Agence de la santé publique du Canada, 2022 [cité le 1^{er} juin 2022]. Disponible à : <https://sante-infobase.canada.ca/mefaits-associes-aux-substances/opioides-stimulants>

⁶ <https://www.canada.ca/fr/services/sante/campagnes/hommes-metiers-construction-crise-surdoses-canada.html>



CANADIAN COUNSELLING AND
PSYCHOTHERAPY ASSOCIATION
L'ASSOCIATION CANADIENNE DE
COUNSELING ET DE PSYCHOTHÉRAPIE

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

**Pour obtenir des renseignements supplémentaires, veuillez communiquer avec :
Laura Rinaldi | laura@impactcanada.com | 613-233-8906**