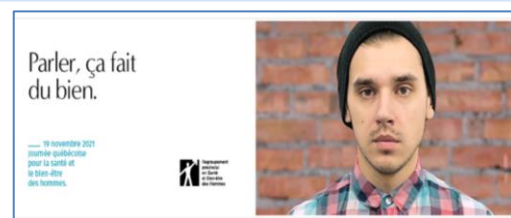




Numéro 8 – Octobre 2021

Actualités

Le 19 novembre prochain se tiendra la **8^e Journée québécoise** pour la santé et le bien-être des hommes. Plus d'informations à venir! Novembre c'est aussi le « **Movember** » : pour en savoir plus sur ce mouvement : <https://ca.movember.com/fr/>



La santé mentale de **Carey Price** a beaucoup fait parler récemment. Plusieurs y voient une belle preuve que la santé mentale des hommes n'est plus aussi tabou qu'avant. Est-ce que ce grand sportif contribuera à faire évoluer plus rapidement les mentalités? Si ce sujet vous intéresse, cliquer ici pour voir des entrevues à ce sujet : <https://www.rpsbeh.com/>

Bonnes pratiques



La pandémie a exacerbé les difficultés vécues par différents groupes de population, dont les pères. À la suite d'un [sondage](#) réalisé et présenté dans un [webinaire](#), une des recommandations est d'intégrer davantage les pères dans l'intervention auprès des familles.

Pour ce faire, ces repères d'action sont un bon rappel des meilleures pratiques dans ce domaine : https://www.polesbeh.ca/sites/solesbeh.ca/files/uploads/depliant_paternite.pdf

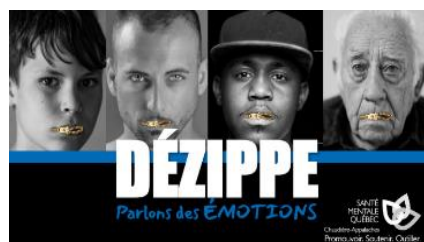
Le chiffre du mois

- 30 % des jeunes hommes de 18 à 24 ans de Chaudière-Appalaches ont un indice de détresse psychologique élevé, soit 2 fois plus que la moyenne des hommes;
- 75 % des hommes en détresse élevée ne consultent pas malgré un besoin clinique reconnu.

Bons coups

« Notre partenaire communautaire Santé mentale Québec-Chaudière-Appalaches organise une conférence gratuite destinée spécialement aux hommes! »

Tu veux savoir pourquoi on ressent des émotions? Elles servent à quoi? Qu'est-ce qui arrive quand on les refoule? Pourquoi est-ce plus difficile pour les gars d'en parler? Est-ce que ça se peut de ne rien ressentir? Quoi faire quand on n'arrive pas à gérer ses émotions tout seul?



Inscris-toi à notre conférence GRATUITE :

Lundi 25 octobre 2021, 19 h (par Zoom)

Info et inscription au : <https://santementaleca.com>

Une collaboration de Santé mentale Québec –

Chaudière-Appalaches,

Centre Yvon Mercier, Centre Ex-Equo et

Se parler... d'hommes à hommes

Centre intégré
de santé et de services
sociaux de Chaudière-
Appalaches

Québec