

Le 30 avril 2024

# Semaine de la santé mentale

## Un appel à la gentillesse

La Semaine de la santé mentale a lieu cette année du 6 au 12 mai. La semaine, qui est organisée par l'Association canadienne pour la santé mentale, met l'accent sur l'importance de combattre les préjugés visant la santé mentale afin de créer un monde où l'inclusion et la compréhension ont une place accrue.

La santé mentale fait référence à un état de bien-être qui comprend les émotions, les liens avec les autres, les pensées et la capacité à gérer les hauts et les bas de la vie. Les problèmes de santé mentale sont courants, et chaque année, au Canada, une personne sur cinq vit un problème de santé mentale.

Malgré le fait qu'un grand nombre de personnes souffrent de problèmes de santé mentale, il subsiste beaucoup de préjugés et de désinformation à ce sujet. Trop de personnes souffrent en silence par peur de se faire ridiculiser ou harceler. Elles ne demandent pas d'aide ni de traitements, car elles craignent la discrimination.

Toutes ces raisons soulignent l'importance de fournir de l'information dans les lieux de travail et dans la société en général. Les personnes qui souffrent de problèmes de santé mentale ont droit à notre compassion et à notre

compréhension. Elles méritent de se sentir importantes et soutenues. Nous devons faire entendre leur voix, faire de la sensibilisation et mettre fin aux préjugés.

Le groupe des travailleurs et travailleuses ayant des limitations fonctionnelles du Comité national des droits de la personne a choisi de symboliser la semaine de la santé mentale par un ruban vert. Celui-ci représente les efforts du Comité pour dénoncer les injustices contre

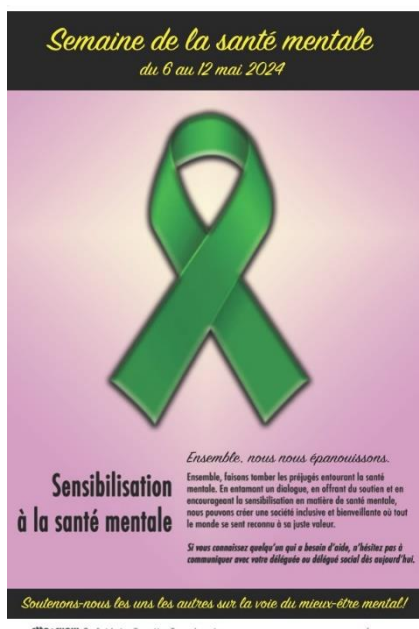
lesquelles ses membres luttent partout au pays. Nous encourageons les membres à porter un ruban vert en soutien à l'égard de ceux et celles qui souffrent de problèmes de santé mentale et à participer aux activités de la Semaine de la santé mentale organisées dans leur région.

Solidarité,



Beverly Collins

Secrétaire-trésorière nationale



Balayez le code QR pour voir les bulletins parus récemment >

Le STTP reconnaît, en tout respect, que son bureau est situé sur le territoire traditionnel et non cédé des peuples anishinaabés.

