

À publier immédiatement

## JOURNÉE QUÉBÉCOISE POUR LA SANTÉ ET LE BIEN-ÊTRE DES HOMMES

**Rimouski, le 14 novembre 2022** - C'est le 19 novembre qu'aura lieu la Journée québécoise pour la santé et le bien-être des hommes. Cette 9<sup>e</sup> édition se tiendra sous le thème « Parler, ça fait du bien ». L'objectif de cette journée est de sensibiliser la population aux réalités masculines et de faire la promotion de toutes les actions qui peuvent contribuer à la santé tant physique que mentale des hommes.

Plusieurs études démontrent clairement que les hommes vivant de la détresse psychologique tardent à demander de l'aide et connaissent peu les ressources disponibles. Pour ce faire, la Direction des programmes de santé mentale et dépendance du CISSS du Bas-Saint-Laurent s'inscrit dans la même vision que la Journée québécoise pour la santé et le bien-être des hommes et souhaite transmettre le message suivant à la clientèle masculine : « T'as le droit de ne pas bien aller. Un gars peut avoir besoin de parler ».

Le CISSS du Bas-Saint-Laurent tient à rappeler qu'en cas de besoin, il est possible de rejoindre en tout temps le 811, option 2. Deux organismes de la région sont aussi présents pour les hommes aux prises avec des difficultés personnelles, familiales ou autres. C-TA-C de Rimouski et Trajectoires Hommes du KRTB sont en effet des partenaires de premier plan du CISSS du Bas-Saint-Laurent. En travaillant de concert, nous contribuons à briser les tabous qui entourent la demande d'aide et à créer des espaces empreints d'ouverture où les hommes se sentent accueillis sans jugement.

Selon une enquête récente menée par le Regroupement provincial en santé et bien-être des hommes, 70% d'entre eux se disent préoccupés par leurs relations familiales, 68% affirment vivre un sentiment d'isolement et 67% sont inquiets de leur santé mentale. De plus, les hommes québécois et plus particulièrement ceux de 18-24 ans souffriraient de détresse psychologique élevée. La proportion des hommes dans cette situation est passée à 14% en 2021 comparativement à 8% l'année précédente, soit près du double.

La Journée québécoise pour la santé et le bien-être des hommes a été créée en 2014 par le Regroupement provincial en santé et bien-être des hommes. Elle se tient chaque année à la même date que la Journée internationale de l'homme, et ce, dans plus de 60 pays.

# T'as le droit de ne pas bien aller.

Un gars peut avoir besoin de parler.

C'est gratuit, confidentiel et offert 24/7.



**Appelle au 811, option 2**

Inspiré de "All the things you say" par le Centre intégré universitaire de santé et de services sociaux de l'Estrie - Centre hospitalier universitaire de Sherbrooke, 2022.

*Centre intégré de santé et de services sociaux du Bas-Saint-Laurent*

**Québec**

### **À propos du CISSS du Bas-Saint-Laurent**

*Le Centre intégré de santé et de services sociaux du Bas-Saint-Laurent est un établissement qui a pour mission de maintenir, améliorer et restaurer la santé et le bien-être de la population bas-laurentienne en rendant accessible un ensemble de services de santé et de services sociaux, intégrés et de qualité, contribuant ainsi au développement social et économique du Bas-Saint-Laurent. Avec un budget global de 1,09 G\$ (incluant les coûts en lien avec la COVID-19), le CISSS emploie quelque 9900 employés, peut compter sur 542 médecins, dentistes et pharmaciens et des centaines de bénévoles qui ont à cœur les soins et services à la population ainsi que les valeurs de l'établissement, soit la collaboration, l'humanisation, l'engagement et la responsabilisation.*

– 30 –

Information :  
Gilles Turmel  
Conseiller aux relations médias  
CISSS du Bas-Saint-Laurent  
418 318-4751