



## Communiqué de presse

## POUR DIFFUSION IMMÉDIATE

### Lancement de la 8<sup>e</sup> édition du concours Mine et Carrousel pour tous les élèves du primaire du Québec

**Lévis, le 13 septembre 2017** — Le Mouvement Santé mentale Québec (MSMQ) et ses membres lancent les inscriptions pour le **Concours Mine et Carrousel** dans les écoles primaires et les services de garde du Québec. *Recharge-toi!* est le thème de cette 8<sup>e</sup> édition. Grâce à la création d'une œuvre collective, soit la *Pile du bien-être*, les élèves réfléchiront aux stratégies favorisant leur bien-être psychologique. Les écoles, les classes et les élèves courent la chance de gagner des prix.

#### Un concours simple et clé en main

Pouvant être animées au sein de diverses disciplines tels le français et les arts plastiques ou au service de garde, les activités du concours, téléchargeable sur [santementaleca.com/concours\\_mine-et-carrousel-2017.html](http://santementaleca.com/concours_mine-et-carrousel-2017.html), sont en concordance avec le cursus scolaire.

La 8<sup>e</sup> édition du concours offre des moyens pour outiller les jeunes dans leur développement et leur bien-être. « Ce bien-être psychologique est influencé par notre « pile intérieure ». Il est important de la charger régulièrement pour continuer de nous sentir bien ou de la recharger lorsque nous nous sentons mal. Il existe différentes façons de nous occuper de notre pile, par exemple en reconnaissant nos forces et nos difficultés, en créant des liens ou en découvrant de nouvelles stratégies », explique Renée Ouimet, directrice du MSMQ.

Le milieu scolaire est un lieu privilégié pour mener des actions de promotion et de prévention s'adressant à l'ensemble des jeunes<sup>1</sup>. En effet, « dès la maternelle, un enfant sur quatre présente déjà une vulnérabilité dans au moins un des cinq domaines de son développement (la santé physique et le bien-être, les compétences sociales, la maturité affective, le développement cognitif et langagier, les habiletés de communication et les connaissances générales) »<sup>2</sup>.

#### Comment participer ?

En visitant le site [santementaleca.com/concours\\_mine-et-carrousel-2017.html](http://santementaleca.com/concours_mine-et-carrousel-2017.html) et en s'inscrivant dès maintenant !

#### Le Mouvement Santé mentale Québec

Le Mouvement Santé mentale Québec est le seul regroupement d'organismes communautaires québécois voué spécifiquement à la création, au développement et au renforcement de la santé mentale. Depuis plus de 60 ans, le Mouvement et ses membres travaillent à faire reconnaître que nous avons tous une santé mentale, qu'elle est positive et qu'il est possible d'en prendre soin et de la renforcer en créant des contextes favorables. Il est l'instigateur de la Semaine nationale de la santé mentale qui marque le début d'une campagne annuelle de promotion de la santé mentale. Plus d'informations à [santementaleca.com/intro\\_2017-2018.html](http://santementaleca.com/intro_2017-2018.html).

**En partenariat avec** : CRISE-UQAM, Les Amis de Zippy, Passeport : S'équiper pour la vie,

**Merci** au Ministère de la Santé et des Services sociaux.

-30-

**Source** : Guylaine Gourgues, *directrice et agente de promotion/prévention*

Santé mentale Québec – Chaudière-Appalaches | 418-835-5920 | info@santementaleca.com

Anne Échasseriau, *responsable au contenu de la Campagne de promotion en santé mentale*

Mouvement Santé mentale Québec | 514-849-3291 | campagne@mouvementsmq.ca

<sup>1</sup> INSTITUT NATIONAL DE SANTÉ PUBLIQUE DU QUÉBEC. Avis scientifique sur les interventions efficaces en promotion de la santé mentale et en prévention des troubles mentaux, Québec, Gouvernement du Québec, 2008, p.54.

<sup>2</sup> INSTITUT NATIONAL DE SANTÉ PUBLIQUE DU QUÉBEC (INSPQ). Analyse contextualisée sur le développement des enfants à la maternelle, [en ligne]. [https://www.inspq.qc.ca/publications/2124] (14 aout 2017).