

## Communiqué de presse

## Pour diffusion immédiate

### Lancement de la 7<sup>e</sup> édition du concours Mine et Carrousel pour toutes les écoles primaires du Québec

**Montréal, le 20 septembre 2016** — Le Mouvement Santé mentale Québec (MSMQ) lance la 7<sup>e</sup> édition de son concours de création Mine et Carrousel sur le thème de l'amitié auprès des écoles primaires du Québec. À partir d'activités ludiques, les enseignantEs et les élèves sont invités à réfléchir en classe sur les éléments qui favorisent la création et le maintien de liens positifs et à construire une œuvre collective intitulée « Les Mains de l'amitié ».

#### Un concours pour favoriser les liens et briser les comportements intimidants

Créé en 2011, le concours de création Mine et Carrousel s'adresse à l'ensemble des écoles primaires au Québec et permet de discuter avec les enfants d'éléments positifs qui favorisent leur mieux-être psychologique. « En collaboration avec nos membres et notre partenaire le Regroupement des organismes ESPACE du Québec, c'est le thème *créer des liens*, l'une des 7 astuces de la campagne annuelle de promotion de la santé mentale, qui a été choisi », explique Renée Ouimet, directrice du MSMQ. En effet, il est démontré que l'amitié a des effets positifs sur l'estime de soi, la réduction du stress et sur la santé générale.

La 7<sup>e</sup> édition du concours Mine et Carrousel offre des stratégies pour développer les liens et l'empathie entre les enfants et contribuer à briser les comportements intimidants à l'école. L'intimidation peut avoir des conséquences graves sur la santé psychologique à long terme selon une étude récente publiée par l'équipe de la Dre Marie-Claude Geoffroy, chercheuse au centre de recherche du CHU Ste-Justine, qui démontre que les jeunes victimes d'intimidation sont cinq fois plus susceptibles d'avoir des idées suicidaires que les adolescents non victimisés. Selon Odette Thérberge, coordonnatrice au programme ESPACE, la création de liens avec des personnes de confiance « est non seulement le gage d'un meilleur équilibre psychologique, mais aussi une merveilleuse façon de tisser un réseau pour se sentir en sécurité, forte, fort et libre ».

#### Des activités adaptées aux différents cycles

Animées en classe par les enseignantEs, les activités du concours sont adaptées aux différents cycles. Elles ont été développées conjointement avec le Centre de recherche et d'intervention sur le suicide et l'euthanasie (CRISE) de l'Université du Québec à Montréal (UQAM) et s'inspirent de leurs programmes scolaires pour le primaire *Les amis de Zippy* et *Passeport : S'équiper pour la vie* qui développent les stratégies d'adaptation et les habiletés sociales des enfants afin de les aider à vivre des relations harmonieuses avec les autres, à communiquer, à résoudre des conflits et à s'adapter aux difficultés du quotidien.

#### Comment participer ?

« Chaque année, nous sommes profondément touchés par les créations que nous recevons et les mots des enseignantEs. Ils nous racontent l'impact de l'exercice non seulement sur les enfants, mais aussi sur eux », explique Renée Ouimet. Les enseignantEs et les écoles peuvent s'inscrire en ligne en visitant le site [mineetcarrousel.ca](http://mineetcarrousel.ca) et découvrir tous les renseignements nécessaires pour organiser le concours en classe ainsi que les prix à gagner.

#### Le Mouvement Santé mentale Québec

Le Mouvement Santé mentale Québec (jusqu'à tout récemment l'Association canadienne pour la santé mentale - Division du Québec) est un regroupement à but non lucratif, dont l'objectif, est de créer, renforcer et développer la santé mentale des Québécoises et Québécois. Il est le maître d'œuvre de la Campagne annuelle de promotion de la santé mentale qui permet de sensibiliser les QuébécoisES à l'importance de prendre soin de sa santé mentale. Avec ses membres, il met en place des actions, outils, programmes et soutien des politiques permettant d'accroître et de maintenir le bien-être personnel et collectif de la population.

#### Les partenaires qui ont travaillé sur ce concours sont les organismes ESPACES et le centre CRISE-UQAM.

Pour plus de renseignement visitez : [espacesansviolence.org](http://espacesansviolence.org), [crise.ca](http://crise.ca), [zippy.uqam.ca](http://zippy.uqam.ca) et [passeportsequiperpourelavie.ca](http://passeportsequiperpourelavie.ca)