

Comment allez-vous vraiment:  
**bien ou pas pire?**

Maintenant **PARLEZ HAUT ET FORT**, car aller **pas pire** n'est pas la même chose qu'aller **bien**.

**Pas pire**

- définition (adjectif)

Le fait de dire que l'on va bien, quand ce n'est pas le cas.

**Veuillez enregistrer avec Donna-Lynn Perrin** [dperrin@cmhaottawa.ca](mailto:dperrin@cmhaottawa.ca)

**« Briser le silence » - Les hommes et la santé mentale**  
**Présentation gratuite le 8 mai 2015**

Pour souligner la Semaine de la santé mentale 2015, la Section d'Ottawa de l'Association canadienne pour la santé mentale sera l'hôte d'un petit déjeuner léger et d'une présentation, le vendredi 8 mai.

Jacques Legault, psychologue certifié, fera un exposé intitulé « **Je ne veux pas en parler** » : **les hommes et la santé mentale** ».

M. Legault est psychologue clinicien agréé en Ontario et au Québec, superviseur clinique et formateur. Il travaille dans la région d'Ottawa-Gatineau et se spécialise dans la santé mentale et les traumatismes des hommes. Dans le cadre de sa présentation multimédia, il fournira un aperçu de la façon dont les garçons, dans leur développement, sont socialisés pour devenir des hommes à partir de contraintes rigides se rattachant à la masculinité. Il parlera aussi d'exemples de cas, d'interventions concrètes et d'orientations futures en matière de politiques et de programmes.

M. Legault travaille depuis plus de 30 ans dans le domaine de la psychologie masculine. Il a commencé sa carrière à titre d'éducateur et de guide en nature auprès de garçons perturbés. En tant que psychologue clinicien spécialisé dans le travail auprès des garçons et des hommes victimes de violence sexuelle et de traumatismes historiques, il a mis au point des programmes communautaires novateurs pour les hommes et leurs familles. Il a aussi sensibilisé beaucoup de professionnels de la santé et de la santé mentale aux problèmes de santé mentale chez les hommes grâce à ses nombreux ateliers de formation et groupes de supervision clinique.

« La masculinité accorde beaucoup d'importance au monde extérieur plutôt qu'intérieur. Elle prédispose ainsi les hommes à maîtriser leurs états émotifs en contrôlant l'environnement externe. En tant qu'idéologie, la masculinité peut monter les hommes contre les hommes et les hommes contre les femmes et, en bout de ligne, l'homme contre la nature, source de toute vie. Comme toutes les idéologies, affirme M. Legault, la masculinité peut faire l'objet d'un examen approfondi, d'un débat, d'un mouvement et d'un changement au moyen d'un dialogue honnête et engagé, d'où l'impératif moral et thérapeutique d'en parler. »

-30-

Qui : La Section d'Ottawa de l'ACSM reçoit Jacques Legault  
Quoi : Célébration de la Semaine de la santé mentale 2015  
Présentation sur la santé mentale des hommes  
Où : Centre R.A., salle Clark, 2451, promenade Riverside, Ottawa, ON K1H 7X7  
Quand : Le vendredi 8 mai, de 8 h 30 à 10 h