



Mental Health
Commission
of Canada

Commission de
la santé mentale
du Canada

Op-Ed to coincide with Mental Illness Awareness Week (October 4, 2011)

Semaine de sensibilisation aux maladies mentales : Le Canada souhaite ardemment des changements positifs

By Louise Bradley

Je travaille dans le domaine de la santé mentale au Canada depuis plus de trente ans et je peux affirmer sans exagération que jamais auparavant les questions associées aux maladies mentales n'ont suscité un tel engouement. La santé et la maladie mentale reçoivent finalement l'attention qu'elles méritent.

Des Canadiens de tous les coins du pays n'hésitent pas à parler publiquement de leur propre vécu en matière de maladie mentale et, par ce geste courageux, ils viennent en aide à d'innombrables concitoyens.

En septembre dernier, 150 amis et membres de la famille de Chris Howel se sont réunis devant son école pour lui rendre un dernier hommage et pour lancer un appel à la lutte contre l'intimidation. Chris, élève du secondaire qui avait 17 ans quand il s'est suicidé, a été victime d'intimidation depuis l'élémentaire. « Je veux simplement que l'intimidation cesse », a déclaré Judy, mère de Chris, au *Hamilton Spectator*. « Je ne veux pas que qui que ce soit d'autre en soit victime. »

Eric et Sandra Windeler ont quant à eux lancé le Projet Jack, programme national visant à aider les jeunes Canadiens à faire la transition de la fin de l'école secondaire au collège, à l'université ou à la vie autonome. Leur fils Jack, étudiant de première année à l'université Queen's, s'est enlevé la vie l'an dernier.

Et il y a ensuite les Harmony Brown, Jeremy Bennett, Roberta Price, Shana Calixte et Steeve Hurdle qui sont les « visages » de la campagne *Visages de la maladie mentale* coordonnée par l'Alliance canadienne pour la maladie mentale et la santé mentale dans le cadre de la campagne nationale d'éducation publique marquant la Semaine 2011 de sensibilisation aux maladies mentales. En acceptant de parler d'elles, ces cinq personnes aident, elles aussi, à combattre la stigmatisation et à faire sortir les maladies mentales de l'ombre.



Mental Health
Commission
of Canada

Commission de
la santé mentale
du Canada

Aujourd'hui, des centaines d'organismes canadiens exercent sans relâche des pressions pour accroître la sensibilisation aux problèmes de santé mentale et aux maladies mentales et en offrant des services et un soutien à ceux qui en ont besoin.

Des entreprises canadiennes dont Bell Canada, RBC, la compagnie d'assurance-vie Great-West et Postes Canada investissent des millions de dollars pour accroître la sensibilisation à la santé mentale, améliorer la santé mentale chez les enfants et en milieu de travail et appuyer des organismes qui travaillent pour la cause de la santé mentale.

Partout au pays, des gouvernements font avancer la cause de la santé mentale à maints égards en élaborant de nouveaux plans d'action et de nouvelles stratégies et en consentant des investissements accrus.

Des milliers de Canadiens ont acquis de nouvelles compétences en santé mentale après avoir suivi une formation de Premiers Soins en Santé Mentale Canada. Ils savent dorénavant reconnaître les signes des maladies mentales chez leurs proches et eux-mêmes. À ce jour, plus de 42 000 Canadiens sont devenus des secouristes en santé mentale. Il n'est pas surprenant que nous constatons un tel engouement envers la santé mentale, lequel se manifeste par des actions et un appui.

Les Canadiens se rendent enfin compte que négliger la santé mentale cause du tort tant sur le plan individuel, familial que collectif et qu'en bout de ligne, la société et l'économie tout entières en souffrent.

Ils se rendent compte que santé et santé mentale vont de pair et que personne n'est à l'abri de la maladie mentale. Cette année seulement, plus de sept millions de Canadiens, soit une personne sur cinq, seront eux-mêmes victimes d'une maladie mentale, avec les répercussions que cela suppose pour leurs proches et leurs collègues.

Les attitudes à l'endroit des maladies mentales évoluent mais il reste encore beaucoup de chemin à faire à cet égard.

Nous devons faire davantage pour améliorer l'accès aux services de santé mentale, lutter contre la stigmatisation, répondre aux besoins des familles qui s'occupent de leurs proches, investir dans les recherches portant sur tout le spectre des maladies mentales, promouvoir la santé mentale et prévenir les maladies mentales pour que tous les Canadiens jouissent du meilleur état de santé mentale et de bien-être possible. Toutes ces questions seront abordées dans la toute première stratégie en matière de santé mentale que la Commission de la santé mentale du Canada rendra publique l'an prochain.

Vous pouvez faire votre part



Mental Health
Commission
of Canada

Commission de
la santé mentale
du Canada

J'invite d'abord tous les Canadiens à s'investir dans la cause de la santé mentale, pas seulement durant la Semaine de sensibilisation aux maladies mentales, mais tous les jours de l'année. Soutenez un proche, un collègue ou un voisin ayant un problème de santé mentale et aidez-le à rendre sa vie plus agréable. Chacun de nous aura aussi un rôle à jouer pour insuffler vie à la stratégie en matière de santé mentale au Canada et lui permettre d'avoir une incidence optimale.

Plus que jamais, l'occasion nous est donnée d'édifier une société qui valorise et promeut la santé mentale et aide les personnes ayant des problèmes de santé à mener des vies enrichissantes et productives.

Il faudra, pour que nous atteignons cet objectif, changer en profondeur nos systèmes de santé mentale ainsi que nos attitudes collectives à l'endroit des maladies mentales. Cela dit, à en juger par l'année écoulée, les Canadiens sont prêts à relever ce défi. Ils se montrent disposés, désireux et capables de travailler ensemble à obtenir des changements positifs.

Louise Bradley est présidente et directrice générale de la Commission de la santé mentale du Canada.