



DU 8 AU 19 JUIN 2022



AU PROFIT DE  
**l'Éveil** Ressource  
communautaire  
en santé mentale

---

## Communiqué de presse POUR DIFFUSION IMMÉDIATE

### 212 km de marche longue durée pour la santé mentale

**Coaticook, le 8 février 2022 - Fort de son succès de sa première édition, l'événement 12 jours en juin revient pour une deuxième année sur la Voie des Pèlerins de la Vallée de Coaticook.**

Du 8 au 19 juin 2022, c'est 15 équipes qui marcheront 212 km, à travers des 12 municipalités qui composent la MRC de Coaticook. Leur but: amasser des fonds pour permettre à l'Éveil, ressource communautaire en santé mentale de la région de Coaticook, de rester ouvert pendant l'été.

Parce qu'on le sait tous, la santé mentale des Québécois ne s'est pas améliorée avec la pandémie. Parallèlement à cette hausse de besoins, les ressources n'ont pas plus de financement et font aussi face à la pénurie de personnel.

“Notre expérience de l'an passé nous confirme que cet événement est bien plus qu'une collecte de fonds. Notre arrêt dans chacune des municipalités nous permet aussi de promouvoir nos services et activités qui couvrent la MRC en entier, le transport collectif et bien sûr les bienfaits de la marche sur la santé, nous nomme Stéphanie Vachon, directrice de l'organisme.

Cette année, l'événement a pris de l'ampleur. 15 équipes, au lieu de 4, sillonneront les routes de la MRC de Coaticook pour se dépasser, pour promouvoir la santé mentale et prendre soin de leur propre santé mentale.

“Prendre une pause pour soi, sortir de son quotidien, mais aussi de savoir qu'on permet à un organisme d'offrir ses services en période estivale, c'est super!” avance Noemi Mecatti, participante pour une deuxième année consécutive. “Et on ne s'en cachera pas que l'esprit d'équipe, la franche camaraderie qui s'installe dès le départ, ça fait aussi du bien à notre propre santé mentale.”

La production est d'ailleurs en recrutement des équipes. Pour inscriptions ou informations, vous pouvez communiquer avec la productrice déléguée, Mme Lucie Cormier à [12joursenjuin@gmail.com](mailto:12joursenjuin@gmail.com) ou 819-640-9798. Il est toujours possible pour les entreprises qui souhaiteraient soutenir l'événement d'effectuer une commandite ou un don.

-30-

Lucie Cormier  
Productrice déléguée  
12 jours en juin  
819-640-9798

p.j. Visuel de l'événement, présentation du projet et de l'organisme  
**Quelques statistiques sur la santé mentale:**



DU 8 AU 19 JUIN 2022



AU PROFIT DE  
**l'éveil** Ressource  
communautaire  
en santé mentale

Avant la pandémie, on estimait que :

- 2 % de la population québécoise (18 ans et plus) vivait une détresse psychologique élevée;
- 2,5 % de la population canadienne (15 ans et plus) présentait des symptômes compatibles avec un trouble d'anxiété généralisée;
- 6,8 % de la population canadienne (12 ans et plus) présentait des symptômes compatibles avec un trouble de dépression majeure.

Depuis le début de la pandémie, on estime que :

- Plus de 10 % de la population québécoise (18 ans et plus) vivrait une détresse psychologique élevée.
- Environ 31 % des Québécois ont rapporté avoir éprouvé des sentiments de détresse psychologique plus souvent qu'à l'habitude entre mai et septembre 2020.
- On observe une plus grande proportion de détresse psychologique élevée chez les personnes sans emploi ou en arrêt de travail en raison de la pandémie (21 %), les immigrants (17 %) et ceux inquiets de contracter la COVID-19 (15 %).

(SOURCE: SANTÉ PUBLIQUE DE L'ESTRIE, AVRIL 2021)

La liste d'attente pour un suivi en santé mentale dans le réseau public atteignait 20 224 personnes (jeunes et adultes) en date du 18 décembre 2021

(SOURCE: <https://ici.radio-canada.ca/nouvelle/1851167/sante-mentale-confinement-quebec-absence-mesures-supplementaires> )

## Ils ont été nombreux à soutenir la première édition de l'événement 12 jours en juin. Voici les retombées

Voici les services qui ont pu être rendus disponibles grâce aux fonds amassés.

Contrairement aux étés précédents, nous avons pu maintenir les services individuels disponibles tout l'été. Les intervenants ont pu accompagner les membres dans leurs démarches, prendre le temps de les rencontrer et de les soutenir dans ce qu'ils vivent au quotidien et d'être tout simplement disponibles en cas de besoin.

Les sommes amassées nous ont permis d'offrir des services de groupe afin de briser l'isolement et de permettre d'ouvrir un lieu d'échanges où le jugement n'a pas sa place. Des ateliers d'aquarelle, d'artisanat, de Diamond Painting et le club de marche ont eu lieu à différentes reprises au cours des mois de juillet et août.

