

# INVITATION



## INVITATION À LA PREMIÈRE ÉDITION DU COLLOQUE SANTÉ MENTALE JEUNESSE, S'ADRESSANT AUX JEUNES DE 12 À 17 ANS DE LA CAPITALE-NATIONALE

Québec, le mercredi 3 avril 2024 – La première édition du Colloque sur la santé mentale, sous le thème « Reconnais ta valeur » se tiendra le vendredi 26 avril 2024 à l'Académie Saint-Louis, de 9 h à 16 h. Cette journée vise à rassembler près de 225 jeunes de la Capitale-Nationale, âgés entre 12 et 17 ans, provenant de plus de 20 écoles différentes, afin de célébrer la santé mentale positive.

Les jeunes et leurs accompagnateurs pourront en apprendre davantage sur ce sujet de société grâce à la programmation variée. En fonction de leurs intérêts, tous auront la chance d'assister à des conférences et ateliers offerts par différents organismes comme :

- La Boussole
- Entraide-Jeunesse Québec
- Deuil-Jeunesse
- Tel-Jeunes
- Interligne
- Fondation Jeunes en tête
- Le Ciel
- Hors-Piste

Par exemple, les participants pourront explorer ces thèmes : la gestion des émotions, la proche-aidance, la résolution de conflits, le deuil, la sexualité, la diversité, le bien-être, le journaling, l'apparence, les impacts du numérique, l'activité physique, et plus encore!

Nous accueillerons aussi des conférenciers comme Geneviève Simard (PDG, auteure, coach d'affaires et chroniqueuse radio), Marie-Christine Paquet (art thérapeute) et Jean-Philippe Riopel (préparateur physique à l'Académie Saint-Louis). La conférence d'ouverture, sous le thème « Choisissez votre destinée », sera présentée par Jimmy Sévigny (consultant en saines habitudes de vie et entraîneur). En plus de faire de nouvelles rencontres, les jeunes pourront explorer les carrières en relation d'aide et auront l'occasion de visiter plus d'une vingtaine de kiosques d'information d'organismes de la région.

Par cette invitation, nous souhaitons faire rayonner notre initiative visant à célébrer la santé mentale positive auprès des jeunes de 12 à 17 ans. Nous croyons fermement que cet événement rassembleur répond à un besoin. À nos yeux, il est essentiel de promouvoir la santé mentale positive afin de permettre aux élèves, leurs familles et aux intervenants du milieu de l'éducation de maintenir les ressources nécessaires pour préserver leur santé mentale. Nous sommes fiers de rassembler plusieurs organismes et écoles par cette occasion hors du commun!

Le comité organisateur est composé de l'Académie Saint-Louis, l'école secondaire de Neufchâtel, Entraide Jeunesse Québec, Loisirs Duberger-Les Saules et Tel-Jeunes.

-30-

Pour en savoir plus sur l'événement, communiquez avec madame Déziel qui vous mettra en relation avec le comité organisateur. Des photos de l'événement seront disponibles sur demande, après l'événement.

### Référence :

#### Vanessa Déziel

Directrice des communications et du marketing, Académie Saint-Louis

418 845-5121, poste 256

[vanessa.deziel@aslouis.qc.ca](mailto:vanessa.deziel@aslouis.qc.ca)