

## Ateliers : santé mentale

*Santé publique Ottawa* offrira trois ateliers **en français** en 2019 pour partager des outils qui aident à promouvoir la santé mentale positive. Voici les dates et un aperçu des ateliers qui seront tous offerts en avant-midi :

- **Jeudi 28 mars : Santé mentale = Santé**
  - Un atelier sur les nouvelles vidéos de la campagne « temps d'EN parler » et le guide d'activités pour la promotion d'une bonne santé mentale chez les nouveaux arrivants et les communautés ethnoculturelles.
  
- **Jeudi 13 juin : Santé mentale des nourrissons et jeunes enfants (SMNJE)**
  - Les nourrissons et les jeunes enfants ont une santé mentale. Il est également important de reconnaître que le développement du cerveau commence durant la grossesse. L'atelier fournira du soutien et des renseignements aux professionnels lorsqu'ils discutent de la SMNJE et de ses composantes interdépendantes.
  
- **Jeudi 7 novembre : safeTALK**
  - L'atelier prépare les participants à reconnaître les personnes qui ont des pensées suicidaires, à les inciter à en parler, puis à les mettre en contact avec des ressources en mesure de les aider davantage. Cette formation encourage la vigilance de tous à l'égard du suicide.

Des renseignements supplémentaires (invitation, endroit, heure) suivront en temps et lieu. Veuillez s.v.p. transmettre ce message dans vos réseaux, votre milieu de travail, auprès de vos collègues et partenaires. Si vous recevez ce message par un ou une intermédiaire et que vous aimeriez recevoir plus d'info et de faire partie de la liste de distribution de SPO, envoyez un message à [carole.legault@ottawa.ca](mailto:carole.legault@ottawa.ca).

Si vous avez des questions, n'hésitez pas à communiquer avec Carole Legault par courriel ou par téléphone au 613-580-6744, poste 23664.

*A workshop series in English will follow. Dates to come.*