



Santé publique Ottawa lance la campagne de vidéos sur la santé mentale ayant pour thème « temps d'EN parler ».



Santé publique Ottawa a le plaisir de lancer la campagne « temps d'EN parler », qui donnera lieu à la diffusion d'une série de vidéos produites dans le but de mieux renseigner les parents sur la santé mentale. Les vidéos indiquent où obtenir de l'aide et la façon de parler de la santé mentale aux enfants et aux adolescents. La campagne a été lancée à l'occasion de la journée Cause pour la cause Bell.

Les problèmes de santé mentale affectent 1 Canadien sur 5. De plus, 75 % de ces problèmes se manifestent avant l'âge de 24 ans. Les parents peuvent regarder ces vidéos sur le site [www.haveTHATtalk.com](http://www.haveTHATtalk.com) afin de savoir comment parler du stress, des mécanismes d'adaptation et de la dépression, et savoir également quand et où obtenir de l'aide. Veuillez partager ces vidéos au moyen de [Facebook](#) et de [Twitter](#) ou par courriel. En parlant ouvertement de la santé mentale, les parents peuvent aider leurs enfants et leurs adolescents à devenir des adultes en santé et résilients.

Pour obtenir de plus amples renseignements, communiquez avec Santé publique Ottawa au 613-580-6744 ou visitez le site [www.ottawa.ca/sante](http://www.ottawa.ca/sante) et [www.tempsdenparler.com](http://www.tempsdenparler.com).