

## Projet Une saison à la fois

### **Une exposition photographique pour favoriser la bonne santé mentale**

**Gaspé, le lundi 20 janvier 2020** – C’est avec grande fierté que les participants du projet *Une saison à la fois* exposeront leurs œuvres le 29 janvier prochain à la Gare intermodale de Gaspé de 17 h à 19 h dans le cadre de la *Journée de Bell cause pour la cause*.

Le projet *Une saison à la fois* est une démarche de groupe bilingue qui vise à initier six usagers ayant utilisé les services de santé mentale du réseau local de service de La Côte-de-Gaspé à l’art photographique et à réaliser un projet d’exposition collective.

Grâce à ce projet d’une durée d’un an, les participants réussissent à renforcer les bonnes habitudes de vie, à créer de nouveaux réseaux sociaux, ainsi qu’à participer à des activités dans la communauté et en plein air. De plus, *Une saison à la fois* permet d’outiller les participants à reconnaître leurs forces intérieures et leur pouvoir d’agir sur leur bien-être, à accroître leur estime de soi et leur confiance, ainsi qu’à briser leur isolement.

Ce projet a également un impact sur la population en générale. En effet, il vise à augmenter la visibilité des services en santé mentale et à renforcer l’accessibilité de ceux-ci, en plus de combattre la stigmatisation et les préjugés dans la communauté.

Rappelons que le projet a été financé à la hauteur de 9 000 \$ par le *Fonds communautaire Bell Cause pour la cause*. Il est important de mentionner que la réussite de ce projet a été possible avec l’aide de précieux partenaires, dont la *Fondation Santé Côte-de-Gaspé*, *Jacques Gratton, photographe*, *la Ville de Gaspé*, *Glenn Albert Photo*, *Vision Gaspé-Percé-Now*, *CHSSN*, *The Gaspésie Literacy Council*, *Max Infographie-Imprimerie du Havre*, *Concept K* et le *Centre communautaire de Douglastown*.

- 30 -

#### **Source :**

Clémence Beaulieu-Gendron

Adjointe par intérim à la présidente-directrice générale  
et aux relations avec les médias

CISSS de la Gaspésie

Tél. : 581 994-0364

[clemence.beaulieu-gendron.ciSSsgaspesie@ssss.gouv.qc.ca](mailto:clemence.beaulieu-gendron.ciSSsgaspesie@ssss.gouv.qc.ca)