Communiqué santé mentale

## « Parlez de votre douleur, de votre tristesse, de ce qui vous stresse. Ne gardez surtout pas cela pour vous. »

La période du temps des Fêtes amène normalement avec elle de nombreuses occasions de réjouissance, mais pour certaines personnes, ce temps de l'année peut parfois amplifier les sentiments d'anxiété ou de solitude.

C'est pourquoi les associations patronales et syndicales de l'industrie de la construction s'allient et invitent les travailleurs et les travailleuses ainsi que les entrepreneurs et les entrepreneures qui se sentent isolés ou éprouvent de l'anxiété ou encore vivent avec des troubles de santé mentale à s'adresser aux différentes ressources qui s'offrent à eux.

Les personnes assurées par MÉDIC Construction et leurs personnes à charge peuvent faire appel au Programme CONSTRUIRE *en santé* de la Commission de la construction du Québec (CCQ). Elles peuvent parler avec une infirmière 24 heures par jour, 7 jours par semaine, en composant le 1 800 807-2433.

Les entrepreneurs et entrepreneures peuvent également faire appel à leur courtier d'assurance respectif.

Tous les acteurs de l'industrie de la construction peuvent faire appel à ces ressources :

- Info-Social : 811
- Écoute Entraide : 1 855 EN-LIGNE (1 855 365-4463)
- LigneParents : 1 800 361-5085
- Tel-Aide : 514 935-1101
- Ordre des psychologues du Québec : 514 738-1223 ou sans frais 1 800 561-1223
- Association québécoise de prévention du suicide : 1 866 APELLE (1 866 277-3553)

Associations patronales

- Association de la construction du Québec (ACQ)
- Association des constructeurs de routes et grands travaux du Québec (ACRGTQ)
- Association des professionnels de la construction et de l'Habitation du Québec (APCHQ)
- Corporation des maîtres électriciens du Québec (CMEQ)
- Corporation des maître mécanicien et tuyauteur du Québec (CMMTQ)

Associations syndicales

- CSD-construction
- Conseil provincial du Québec des métiers de la construction (International)
- FTQ-Construction
- Syndicat Québécois de la construction
- CSN-Construction