



Communiqué de presse – Pour diffusion immédiate

Événement spécial

Ça marche Doc! pour la santé mentale des jeunes

Québec, le 2 mai 2017 – Dans le cadre de la *Journée nationale de la santé mentale des enfants et des jeunes*, [Ça marche Doc!](#) posera un geste pour favoriser la santé mentale des étudiants de l'école Coeur-Vaillant (3430 boul. Neilson) de la Commission scolaire des Découvreurs. Le 6 mai prochain, la Dre Andréanne Dussault, accompagnée de Mme Natalie Blais, directrice de l'école, plantera dans la cour d'école un arbre symbolique offert par le Ministère des Forêts, de la Faune et des Parcs.

« En médecine, nous savons qu'un contact avec la nature peut atténuer significativement les symptômes du trouble de déficit de l'attention chez les jeunes. Les études démontrent qu'une bonne dose de nature peut même remplacer une partie de la médication. Il est important de verdir nos cours d'école pour la santé de nos jeunes, » explique Dre Andréanne Dussault, médecin de famille au CLSC de Donnacona du Centre intégré universitaire de santé et de services sociaux (CIUSSS) de la Capitale-Nationale.

« Nous sommes fiers de contribuer à la santé et au bien-être de nos étudiants en verdissant leur cour d'école. Leur santé nous tient à cœur! » ajoute Mme Natalie Blais, directrice de l'école des Cœurs-Vaillants.

« C'est un geste qu'on aimerait poser dans toutes les cours d'écoles! Nous souhaitons que les parents, les écoles et les commissions scolaires de Québec et de Lévis emboîtent le pas pour protéger la santé mentale des jeunes en verdissant les cours d'écoles asphaltées mur à mur, » renchérit Mme Johanne Elsener, conceptrice et coordonnatrice de [Ça marche Doc!](#).

La plantation de l'arbre aura lieu le 6 mai à 9h45 dans la cour de l'école Coeur-Vaillant. Les participants à la marche quitteront la cour d'école à 10h00 pour se diriger par la suite vers le Parc de la Plage Jacques-Cartier. Des crêpes maison faites sur place seront offertes par le Conseil de quartier de Saint-Louis à la fin de la marche. Les participants courront la chance de gagner une séance de yoga chez Yoga Nueva et seront admissibles au grand prix – un séjour au Monastère des Augustines pour deux personnes – qui sera tiré à la fin de la saison.

Rappelons que le verdissement de la cour de l'école Cœur-Vaillant a été initié en 2011 sous la direction de *Vivre en ville* dans le cadre du *Plan d'action 2006-2012 sur les changements climatiques*. Le projet [Ça marche Doc!](#) a été conçu avec la collaboration du Centre intégré universitaire de santé et de services sociaux (CIUSSS) de la Capitale-Nationale, du Centre intégré de santé et de services sociaux (CISSS) de Chaudière-Appalaches, du CHU de Québec-Université Laval, de l'Institut universitaire de cardiologie et de pneumologie de Québec – Université Laval et de l'Institut national de santé publique du Québec. Il a été approuvé par le ministère de la Santé et des Services sociaux et financé par le Fonds vert dans le cadre du Plan d'action 2013-2020 sur les changements climatiques.

Ce projet événementiel, lancé en septembre 2016, vise à faire connaître les multiples liens causaux qui existent entre la santé et l'aménagement urbain. À chaque semaine, un médecin spécialiste convie la population à participer à une marche exploratoire dans un milieu urbain différent de Québec ou Lévis. Ces marches ludiques, gratuites, ouvertes à tous sans inscription, ont lieu les samedis matin de 10h00 à 10h30, et ce, jusqu'en juin 2017.

Ces marches hebdomadaires sont précédées d'entrevues radiophoniques avec des experts en médecine, urbanisme, économie, etc., les mercredis matin dans l'émission Première Heure sur les ondes d'ICI Radio-Canada Première. Deux courtes [vidéos thématiques](#) ont été produites sur le problème de la pollution atmosphérique et la nécessité de conserver et planter des arbres urbains pour protéger la santé de la population, maintenant et en climat futur.



-30-

Source :

Audrey Roberge, chargée de projet

Tél. 418-522-0006 p. 3124

Courriel : audrey.roberge@camarchedoc.org

www.camarchedoc.org

<https://www.facebook.com/CaMarcheDoc/>

Johanne Elsener, coordonnatrice

Tél. 418-651-0505

Cell. 418-670-8580

Courriel : jelsener@live.ca