

#JAMAISSEUL

Mois de la santé des hommes



TROUSSE DE LA CAMPAGNE | JUIN 2025

C'est le Mois de la santé des hommes, et la Fondation pour la santé des hommes au Canada est là pour rappeler aux gars qu'on n'est [#JamaisSeul](#).

Notre [dernier rapport](#) montre qu'un homme sur deux risque de souffrir d'isolement social et d'être davantage confronté au stress et à la dépression. Alors, parlons des questions difficiles, outillons-nous pour améliorer notre santé mentale et créons un mouvement national qui rassemble les hommes.

fondationsantedeshommes.ca/mois-canadien-de-la-sante-des-hommes



PARTICIPEZ AU MOUVEMENT

- 1) Partagez nos vidéos [#JamaisSeul](#) ou créez les vôtres. Identiquez [@menshealthfdn](#) et utilisez le mot-clic [#MoisDeLaSantéDesHommes](#) sur [Instagram](#), [Facebook](#), [LinkedIn](#), [X](#) ou [TikTok](#).
- 2) [Faites un don à Sachin Latti](#) ou participez à sa course. Le 16 juin, il entamera un parcours de 7 500 km à travers le Canada (100 km par jour) afin d'amasser des fonds et de sensibiliser les gens aux initiatives pour la santé mentale.
- 3) Visitez et partagez la [page Web #JamaisSeul](#). Ajoutez les éléments graphiques du message de notre campagne à votre site Web ou infolettre de juin (voir la trousse ci-dessous).

[TÉLÉCHARGEZ LA TROUSSE](#)

RAPPORT SUR LA SANTÉ DES HOMMES CANADIENS EN 2025

L'étude menée en 2025 par la FSHC et Intensions Consulting auprès de 2 000 hommes canadiens âgés de 19 ans ou plus a révélé les points suivants :

- 64 % des répondants ont déclaré vivre avec un niveau de stress modéré à élevé, ce qui représente une hausse de 4 % en un an
- 23 % des répondants risquent de souffrir de symptômes dépressifs modérés à sévères, soit une augmentation de 4 % en un an
- Un homme sur deux risque de souffrir d'isolement social, ce risque augmentant chez les populations suivantes :
 - Les hommes vivant seuls (73 %)
 - Les jeunes hommes de 19 à 29 ans (67 %)
 - Les hommes racialisés (59 %)
- 67 % des hommes ne font pas appel à des services professionnels de soutien en matière de santé mentale

COURSE À TRAVERS LE CANADA

Donnez



7 500 km | 1 million de dollars

Le 16 juin, Sachin Latti entamera un impressionnant parcours : une course de 7 500 km à travers le Canada en 75 jours, avec pour objectif d'amasser 1 million de dollars pour la santé mentale. Après 18 ans de carrière à l'Agence des services frontaliers du Canada, Sachin a adopté la course comme exutoire pour favoriser sa santé mentale. Aujourd'hui, il court pour d'autres personnes qui galèrent en silence, se sentent perdues ou cherchent un moyen d'avancer.

#JAMAISSEUL RÉSEAUX SOCIAUX

[TÉLÉCHARGEZ LA TROUSSE](#)

Si vous n'êtes pas dans votre assiette et qu'un marathon de jeux vidéo ne parvient pas à vous remonter le moral, appuyez sur pause et demandez de l'aide. En juin, afin de souligner le #MoisDeLaSantéDesHommes, nous nous joignons à @menshealthfdn pour parler de questions difficiles et créer un mouvement national qui rassemble les hommes.

Découvrez des outils de santé mentale confidentiels. Vous n'êtes #JamaisSeul 👉 <https://dcm.tips/4mDZV3B>



Toilettes, jouets, voitures et robinets qui fuient : les hommes sont des réparateurs hors pair, mais nous ne sommes pas censés tout régler seuls. Juin est le #MoisDeLaSantéDesHommes. Nous nous joignons à @menshealthfdn pour parler de questions difficiles et créer un mouvement national qui rassemble les hommes.

Découvrez des outils de santé mentale confidentiels. Vous n'êtes #JamaisSeul 👉 <https://dcm.tips/4mDZV3B>



Un homme sur deux risque de souffrir d'isolement social et d'être davantage confronté au stress et à la dépression. Juin est le #MoisDeLaSantéDesHommes. Nous nous joignons à @menshealthfdn pour parler de questions difficiles et créer un mouvement national qui rassemble les hommes.

Découvrez des outils de santé mentale confidentiels. Vous n'êtes #JamaisSeul 👉 <https://dcm.tips/4mDZV3B>

