Thetford Mines, le 14 décembre 2016

COMMUNIQUÉ DE PRESSE

Pour diffusion immédiate

**Café-discussion mensuel de Partage au masculin**

**Que nous réserve 2017?**

**Animé par monsieur Roger Jacques, le prochain Café-discussion de Partage au masculin se tiendra le mercredi 4 janvier 2017, à 18h45 au Salon du restaurant St-Hubert, 203 boulevard Frontenac ouest, Thetford Mines.**

**On y discutera des effets de l’actualité sur nos vies.**

Ces jours-ci, les mauvaises nouvelles se multiplient... On nous parle avec inquiétude de la venue de Donald Trump à la présidence des États-Unis. Son pays et le monde dans le chaos? On dit que la montée de l’extrême droite est en hausse dans plusieurs pays. Et que dire maintenant des horreurs de la guerre en Syrie, qui tuent des milliers de personnes et jettent les familles sur les routes? Il y a aussi toutes ces menaces terroristes qui sèment la terreur partout autour de la planète.

Est-ce que l’actualité nous inquiète, nous rends nerveux, anxieux? Avons-nous peur face à l’avenir? « L’exposition à de mauvaises nouvelles a un lien direct avec le stress que nous vivons », affirme Sonia Lupin, directrice scientifique au Centre de recherche de l’Institut universitaire en santé mentale de Montréal et directrice du Centre d’études sur le stress humain. Elle fait une mise en garde contre l’impact des nouvelles négatives sur la réactivité au stress.

Les mauvaises nouvelles de l’actualité ont-elles un impact négatif sur notre vie? Si oui, que faire pour y remédier? Quels sont les bonnes nouvelles de notre quotidien, de notre milieu de travail, de notre famille, de notre vie amoureuse? Quels sont les réussites, qui ont jalonnées notre vie et que nous sommes fiers?

Il n’y a pas que des mauvaises nouvelles dans le monde et dans notre vie personnelle, il y a encore plus de bonnes nouvelles, découvrons-les ensemble…

-30-

 *Source: Guy Dubé 418 335-6677*

**www.partageaumasculin.com direction@partageaumasculin.com**