

LANCEMENT DU TABLEAU NIDANAY

Val-d'Or, le 9 septembre 2026. – Le Cégep de l'Abitibi-Témiscamingue et l'Université du Québec en Abitibi-Témiscamingue (UQAT) ont tenu, ce matin, le lancement du tableau *Nidanay* remis par le Centre de prévention du suicide de la Vallée-de-l'Or dans le cadre de la Journée mondiale de la prévention du suicide qui, cette année, se tiendra le 10 septembre.

Bien plus qu'un tableau

Ce tableau représente bien plus qu'une simple création artistique. Il a été pensé comme un outil de sensibilisation et de prévention, permettant de faciliter les échanges et d'encourager le dialogue. Parfois, trouver les bons mots pour parler de ce que l'on ressent peut être difficile. Il est possible qu'une image, une émotion ou une impression deviennent un point de départ pour amorcer une discussion.

L'objectif est de favoriser ces moments de partage, en offrant un espace où chacune et chacun auront l'occasion de mettre des mots sur leurs émotions, parler de leur vécu, poser des questions ou tout simplement prendre le temps d'écouter l'autre. Après tout, une conversation semblant toute simple peut aussi constituer la première étape vers l'écoute, le soutien et l'aide.

« Nous espérons que ce tableau deviendra un point de rencontre dans votre milieu. Un endroit où les personnes étudiantes, les membres du personnel et les visiteurs pourront prendre un moment pour réfléchir, échanger et, surtout, se rappeler qu'ils n'ont jamais à traverser une période difficile seuls », a confié Michaëlle Pilote, directrice adjointe au Centre de prévention du suicide de la Vallée-de-l'Or.

L'importance de la santé mentale dans nos établissements d'enseignement

En février 2026, grâce à un partenariat avec le Centre de prévention du suicide, un premier tableau a été installé au campus de l'UQAT à Rouyn-Noranda. Ce déploiement s'est poursuivi, aujourd'hui, au campus de Val-d'Or, grâce à une collaboration entre le Cégep et l'Université. Cette initiative contribue à créer des milieux de vie bienveillants et à rappeler l'importance d'offrir à la population étudiante des ressources diversifiées pour favoriser son bien-être et sa réussite, notamment en matière de santé mentale.

« Le tableau *Nidanay* est une invitation à prendre soin de soi et des autres. Il nous rappelle que de petits gestes peuvent avoir une grande incidence sur le quotidien d'une personne. En travaillant conjointement avec le Cégep, nous souhaitons faire vivre cette culture de bienveillance et contribuer à offrir à la communauté étudiante un continuum de soutien, peu importe l'étape de son parcours », précise Nancy Hardy, directrice des Services à la communauté étudiante de l'UQAT.

Formation Sentinelles

Pour les deux établissements d'enseignement supérieur, c'était également l'occasion de faire la promotion d'une formation gratuite *Sentinelles en prévention du suicide* offerte en collaboration avec le Centre de prévention du suicide de Val-d'Or pour faire la différence auprès de personnes en détresse. La mission de cette formation vise à établir un contact et à assurer le lien entre les personnes suicidaires et les ressources d'aide du territoire. Elle s'adresse aux membres du personnel des deux maisons d'enseignement ainsi qu'à la population étudiante et elle leur permettra d'être outillés pour venir en aide aux personnes vulnérables et d'être un phare dans leur processus de rétablissement de santé mentale. Déjà 135 membres de la communauté collégiale sont formés dans les campus de Rouyn-Noranda, Val-d'Or et Amos.

« La santé mentale est une priorité pour notre Cégep et un élément essentiel au bien-être de toute notre communauté. En offrant la formation *Sentinelles* en collaboration avec l'Université, nous souhaitons outiller davantage de personnes afin qu'elles puissent reconnaître les signes de détresse, amorcer une conversation et accompagner une personne vers les ressources d'aide appropriées. Cette formation représente une façon concrète de renforcer notre réseau de soutien et de faire de la prévention du suicide une responsabilité collective. Pour notre Cégep, créer un milieu bienveillant, attentif et sécuritaire, c'est aussi s'assurer que chacune et chacun puissent trouver une écoute et de l'aide lorsqu'il en a besoin » affirme Kathy McGuire, directrice du campus du Cégep de l'Abitibi-Témiscamingue à Val-d'Or.

À propos du Cégep de l'Abitibi-Témiscamingue

Le Cégep de l'Abitibi-Témiscamingue s'engage et s'investit dans sa mission éducative, en accompagnant la population étudiante de toute provenance dans la réussite de son projet de vie. En ce 21^e siècle, par ses activités de formation et de recherche qui lui permettent d'être un acteur du développement régional, le Cégep propose des approches novatrices et flexibles pour répondre aux besoins de sa population étudiante, du marché du travail, et de la société.

La mission du Cégep consiste à développer des compétences pour apprendre, innover et contribuer à la société, dans un environnement empreint d'ouverture et de proximité.

À propos de l'Université du Québec en Abitibi-Témiscamingue

Les idées prennent racine dans le territoire pour mieux rayonner sur les scènes provinciales, nationales et internationales. Présente en Abitibi-Témiscamingue, dans le Nord-du-Québec, dans les Hautes-Laurentides et à Montréal, l'Université offre un enseignement, une recherche et une recherche-crédation d'excellence développés en étroite collaboration avec les organisations et les collectivités. Ancrée dans ses milieux, elle est également à la portée de toutes et tous, avec une formation à distance de pointe. Animée par la volonté de voir grand, l'UQAT figure parmi les trois premières universités canadiennes à vocation générale pour l'intensité de ses activités de recherche. L'UQAT fait de la proximité une force, où collaboration, innovation et accompagnement permettent à chacune et chacun de bâtir un parcours à leur image et de contribuer au développement des collectivités d'ici et d'ailleurs.

– 30 –

SOURCE

[Myrienne Gallant](#)

Conseillère en communication
Cégep de l'Abitibi-Témiscamingue

POUR TOUTE DEMANDE MÉDIATIQUE

Cégep de l'Abitibi-Témiscamingue

[Anne-Marie Trépanier](#)

Conseillère en communication
Téléphone : 819 290-3348

Université du Québec en Abitibi-Témiscamingue

[Cassiopée Bois](#)

Conseillère en communication
Service des communications et du recrutement