

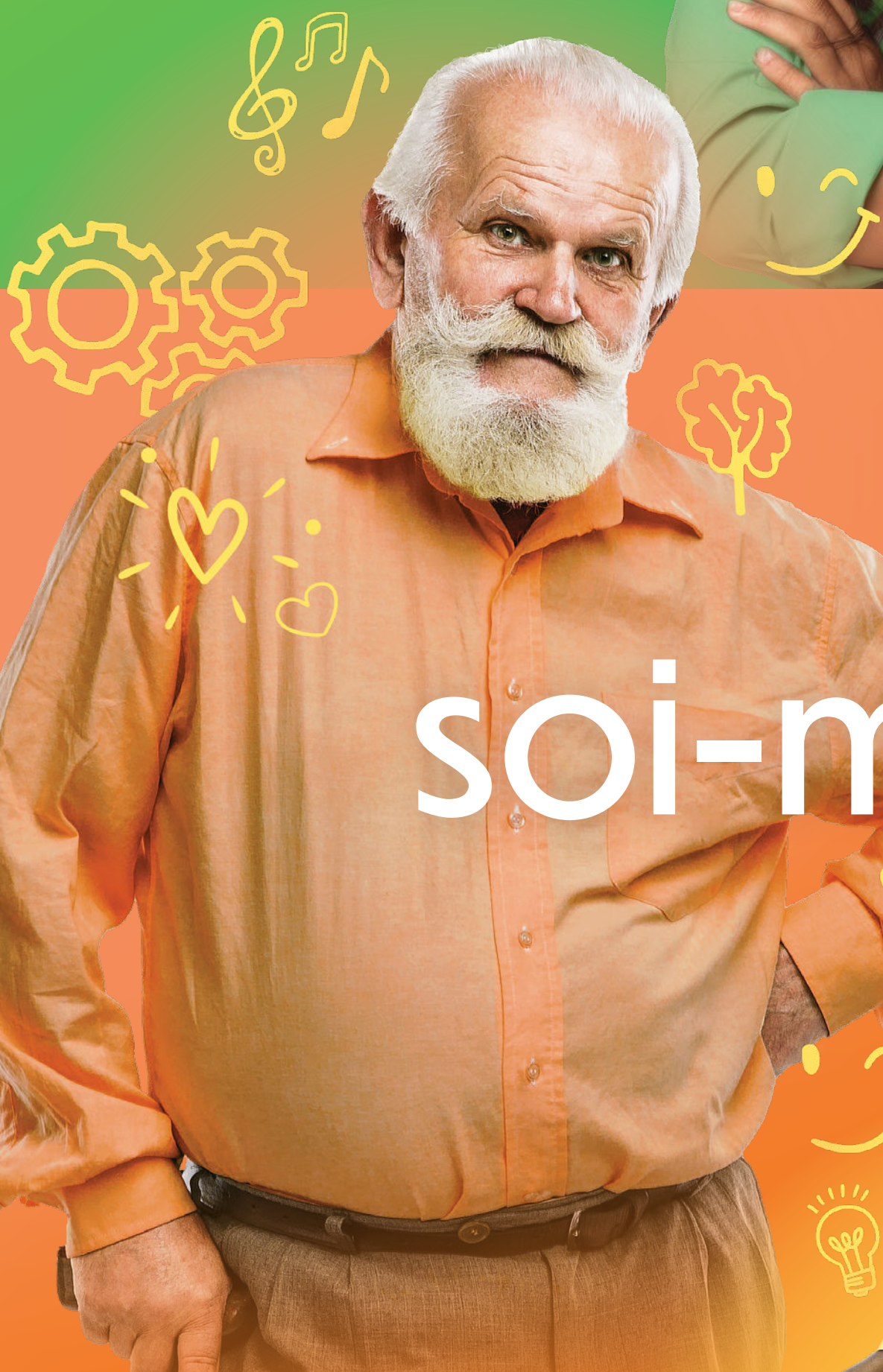
7 ASTUCES
POUR SE RECHARGER



S'ACCEPTER



c'est être



soi-même

ensemble



MOUVEMENT
SANTÉ MENTALE
QUÉBEC



Promouvoir. Soutenir. Outiller.

etrebiendanssatete.ca

PRÉSENT PARTOUT AU QUÉBEC ET ENGAGÉ
DANS LES RÉGIONS PAR L'ACTION DE SES ORGANISMES MEMBRES :

SMQ – Bas-Saint-Laurent • SMQ – Chaudière-Appalaches • SMQ – Côte-Nord • SMQ – Haut-Richelieu
SMQ – Lac-Saint-Jean • SMQ – Pierre-De Saurel • SMQ – Rive-Sud • ACSM – Filiale de Québec
ACSM – Filiale Saguenay • CAP Santé Outaouais • Centre Accalmie • Comité Prévention Suicide
Lebel-sur-Quévillon • Perspective Communautaire en Santé Mentale • RAIDDAT

Ensemble
pour une bonne
santé mentale

Nous
remercions:

Québec

Capsana Actuez votre santé