

etrebiendanssatete.ca

CHOISIR

c'est ouvrir une porte



MOUVEMENT
SANTÉ MENTALE
QUÉBEC



Promouvoir. Soutenir. Outiller.

7 **ASTUCES**
POUR SE RECHARGER

Tous ensemble
pour une bonne santé mentale



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 – Rive-Sud
SMQ – Pierre-De Saurel • ACSM – Filiale de Québec • ACSM – Filiale Saguenay • CAP Santé Outaouais • Comité Prévention Suicide L-s-Q • PCSM • RAIDDAT

Nous remercions :

Le ministère de la Santé
et des Services sociaux

Capsana
Activez votre santé

GRUPE ENTREPRISES EN SANTÉ