

7 astuces

pour être bien dans sa tête



Tous ensemble pour
une bonne santé mentale

MOUVEMENT
SANTÉ MENTALE
QUÉBEC



Promouvoir. Soutenir. Outiller.

Bas-Saint-Laurent | Chaudière-Appalaches
Côte-Nord | Haut-Richelieu
Lac-Saint-Jean | Québec | Rive-Sud
Saguenay | Pierre-De Saurel

Nous remercions :

Ministère de la Santé
et des Services sociaux

Capsana 

ekodéfi 

êtrebiendanssatête.ca