

FOSTER RELATIONSHIPS

and hold each other close



7 WAYS TO
RECHARGE YOUR BATTERIES

Working together to promote mental health



A QUÉBEC-WIDE PRESENCE THROUGH THE MOUVEMENT AND THE REGIONAL MEMBERS:

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
 L'Ensoleillée, ressource communautaire en santé mentale
 PCSM • RAIDDAT

MOUVEMENT SANTÉ MENTALE QUÉBEC

Promouvoir. Soutenir. Outiller.



We thank:



Le ministère de la Santé et des Services sociaux