

CRÉER DES LIENS

et être bien entouré·es



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 – 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.



Nous remercions:



Le ministère de la Santé et des Services sociaux