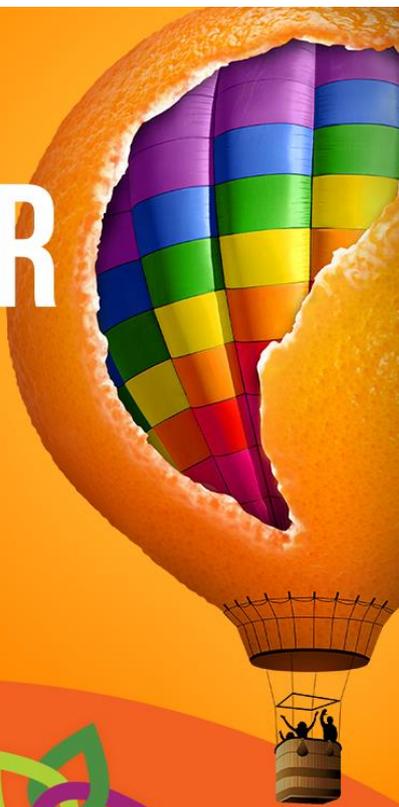


DÉCOUVRIR C'EST VOIR AUTREMENT

MOUVEMENT
SANTÉ MENTALE
QUÉBEC

Promouvoir. Soutenir. Outiller.



DU 6 AU 12 MAI

SEMAINE NATIONALE DE LA SANTÉ MENTALE

Cette année, Santé mentale Québec – Pierre-De Saurel vous invite à plusieurs activités sous le thème

DÉCOUVRIR

- Entrevue à CJSO
- Atelier interactif
- Brunch/déjeuner
- Pièce de théâtre humoristique
- Volet DÉCOUVERTE passionnant

Notre milieu de vie **L'ASTUCE** vous accueille les mardis et jeudis, de 9h à 16h, afin de vous offrir un lieu de ressourcement, de rencontre et de joie de vivre communicative.

Bienvenue à tous !

Lundi le 6 mai

11h00

Point de presse
Confirmez votre présence
450-746-1497

13h30

Conférence « Découvrir c'est voir autrement »
Inscription obligatoire

Mardi le 7 mai

9h00

Exposition d'œuvres artisanales

12h00

CJSO 101,7 La Tribune

13h30

Atelier « ...si nous changions notre façon de voir... »
Inscription obligatoire
450-746-1497

Mercredi le 8 mai

10h30 à 14h30

Découvrir Statera : le Biophare et le parcours « Les Îles la nuit »
10\$ membres 15\$ amis-es
Inscription obligatoire
450-746-1497

Jeudi le 9 mai

10h30 local 41

Brunch/Déjeuner

Repas chaud
10\$ membres 15\$ amis-es
Inscription obligatoire
(places limitées) 450-746-1497

13h30

Découvrir le Tai chi exercice
Inscription obligatoire

Vendredi le 10 mai

9h30

Découvrir le stretching et autres exercices d'étirement
Inscription obligatoire

20h00 Soirée bénéfique

Pièce de théâtre humoristique
« La magie du stress »
salle des Chevaliers de Colomb,
60 Jacques-Cartier, Sorel-Tracy
Billet 25\$ en vente au :
71 Hôtel-Dieu, local 105,
Sorel-Tracy 450-746-1497