

Tournée «Vivre-Mieux»

Promouvoir. Soutenir. Outiller

(GRATUIT)

Les rendez-vous de la tournée «Vivre-Mieux» invitent la population à se rassembler afin de s'outiller et d'en apprendre davantage sur les composantes et attitudes favorisant une santé mentale positive.

Heure: 13:30 à 15:30

Lieu: BIBLIOTHÈQUE JEAN-LOUIS-DESROSIERS,
1477 Boulevard Jacques - Cartier, Mont-Joli

MRC DE LA MITIS



LES RENDEZ-VOUS

Mardi le 29 octobre 2019

Thème: *La santé mentale: un potentiel invisible.*

Mardi le 26 novembre 2019

Thème: *Déjouez le stress*

Mardi le 18 février 2020

Thème: *Apprivoiser nos émotions*

Jeudi le 23 avril 2020

Thème: *Estime de soi: une force à développer!*

Pour vous inscrire aux conférences de la tournée, nous vous invitons à vous rendre au lien suivant:

-<https://www.eventbrite.ca/e/billets-smq-bsl-tournee-vivre-mieux-64802487986>



VILLE DE
MONT-JOLI

