

Tournée «Vivre-Mieux»

Promouvoir. Soutenir. Outiller

MRC DE
RIVIÈRE-DU-LOUP



(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: Maison de la culture/Grande Salle de conférence, 67 Rue du Rocher, Rivière-du-Loup

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-64804253266](https://www.eventbrite.ca/e/billets-smq-bsl-tournee-vivre-mieux-64804253266)

LES RENDEZ-VOUS

Jeudi le 31 octobre 2019

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

Mardi le 17 mars 2020

Thème: *Déjouez le stress*

Mardi le 28 avril 2020

Thème: *Apprivoiser nos émotions*

Jeudi le 21 mai 2020

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

