

Tournée «Vivre-Mieux»

Promouvoir. Soutenir. Outiller

MRC DE LA MATAPÉDIA



(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 : Auberge L'Ambassadeur, 266 Boulevard Saint-Benoit Ouest
Amqui

LES RENDEZ-VOUS

Mardi le 19 novembre 2019

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

Mardi le 4 février 2020

Thème: *Déjouez le stress*

Mardi le 24 mars 2020

Thème: *Apprivoiser nos émotions*

Mardi le 19 mai 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-64803528097>



AMBASSADEUR
AUBERGE

