

L'ESPACE QUE NOUS CRÉONS: POUR LES AUTRES ET POUR NOUS-MÊMES.

DANS LES SALLES DE CLASSE,
AU TRAVAIL, À DOMICILE ET
DANS LES COINS TRANQUILLES.
POUR LA VÉRITÉ.
POUR L'ÉCOUTE.
POUR ASSURER NOTRE PRÉSENCE.

PARCE QUE LA SANTÉ MENTALE SE PORTE MIEUX
QUAND ENSEMBLE, ON LUI DONNE SA PLACE.

ÇA CHANGE TOUT.



Commission de
la santé mentale
du Canada

Mental Health
Commission
of Canada



Changer
les mentalités

www.changerlesmentalites.org/lespace-que-nous-creons

Si vous êtes en état de détresse

Veuillez appeler ou texter le 9-8-8
(1- 866- APPELLE au Québec) n'importe
quand. En cas d'urgence, appelez le 9-1-1 ou
rendez-vous à votre service d'urgence local.