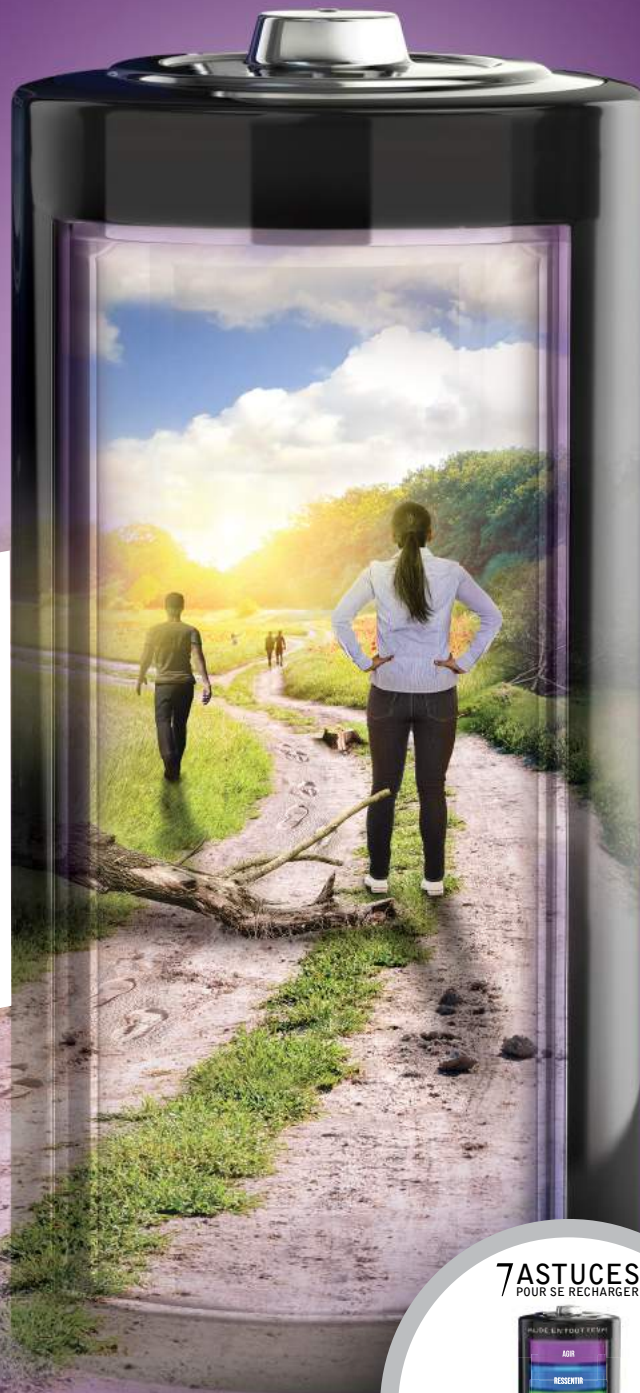


AGIR

POUR DONNER DU SENS

Commandez vos outils

Découvrez la campagne de promotion de la santé mentale 2018-2019.



7 ASTUCES
POUR SE RECHARGER



Tous ensemble pour une bonne santé mentale



MOUVEMENT
SANTÉ MENTALE
QUÉBEC

Promouvoir. Soutenir. Outiller.

**PRÉSENT PARTOUT AU QUÉBEC ET ENGAGÉ
DANS LES RÉGIONS PAR L'ACTION DES ORGANISMES MEMBRES :**

SMQ – Bas-Saint-Laurent | SMQ – Chaudière-Appalaches | SMQ – Côte-Nord
SMQ – Haut-Richelieu | SMQ – Lac-Saint-Jean | SMQ – Rive-Sud
SMQ – Pierre-De Saurel | ACSM – Filiale de Québec | ACSM – Filiale Saguenay
CAP Santé Outaouais | Comité Prévention Suicide L-s-Q | PCSM | Le Traversier | RAIDDAT

**Soyez au cœur
du Mouvement!**

etrebiendanssatete.ca

Des outils pour tous

La campagne 2018-2019 offre une belle collection d'outils :



A Affiche

Langues : français et anglais

Format : 11 x 25,5 po (27,94 x 64,77 cm)



B Carte Merci

Un geste pour créer un mouvement de gratitude à travers le Québec.

Langues : français et anglais

Format : 3,5 x 3,5 po (8,89 x 8,89 cm)

C Outil MILIEU DE TRAVAIL

Langues : français et anglais

Format fermé (plié en accordéon) :
3,9 x 9 po (9,9 x 22,86 cm)





D
Outil
JEUNESSE (12 À 17 ANS)
 Langues : français et anglais
 Format fermé (plié en accordéon) :
 3,9 x 9 po (9,9 x 22,86 cm)

E
Outil
ADULTE

Langues : français et anglais
 Format fermé (plié en accordéon) :
 3,9 x 9 po (9,9 x 22,86 cm)



F
Outil
POUR LES 60 À 128 ANS
 Langues : français et anglais
 Format fermé (plié en accordéon) :
 3,9 x 9 po (9,9 x 22,86 cm)





G

Fiches d'animation sur l'astuce AGIR

Des actions pour intervenir dans vos milieux.
Trois thématiques : donner du sens, le pouvoir
d'agir, la gratitude.

Téléchargeables gratuitement dès le 1^{er} mars 2018
sur etrebianssatete.ca

H 3 Webinaires

+ un guide d'animation

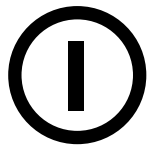
Un moyen de s'outiller pour promouvoir la campagne.

Abonnez-vous à nos trois rendez-vous.

Découvrez les dates sur etrebianssatete.ca à partir
du 1^{er} mars 2018.

Outils de référence

La campagne 2018-2019 présente l'une des "7 astuces pour se recharger" : Agir. Le dépliant ci-dessous demeure une référence pour cette campagne et les suivantes pour connaître les facteurs de protection en santé mentale.

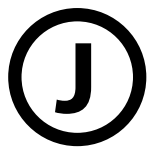


Dépliant batterie « 7 astuces pour se recharger » (12 à 128 ans)

À la découverte de ce que l'on fait déjà pour notre santé mentale en lien avec les 7 astuces, au niveau individuel, collectif et social.

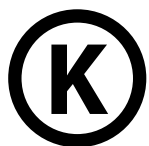
Langue : français

Format fermé (plié en accordéon) :
3,9 x 9 po (9,9 x 22,86 cm)



Fiches d'animation sur les 7 astuces

Des actions pour intervenir dans vos milieux
Téléchargeables gratuitement sur
etrebiendanssatete.ca



Autocollant « 7 astuces pour se recharger »

Langue : français

Format : 3,5 x 2 po (8,89 x 6 cm)



BON DE COMMANDE

N'OUBLIEZ PAS
qu'en novembre,
c'est la Fête
des voisins au travail !

OUTILS		OPTION	QUANTITÉ	PARTICIPATION	TOTAL
A1	Affiche	Paquet de 10		5,00 \$	
		Unité		0,75 \$	
A2	Poster	Paquet de 10		5,00 \$	
		Unité		0,75 \$	
B1	Carte Merci	Paquet de 10		0,50 \$	
B2	Thank You Card	Paquet de 10		0,50 \$	
C1	Outil pour milieu de travail	Paquet de 10		1,85 \$	
		Unité		0,20 \$	
C2	Tool for the Workplace	Paquet de 10		1,85 \$	
		Unité		0,20 \$	
D1	Outil jeunesse (12 à 17 ans)	Paquet de 10		1,85 \$	
		Unité		0,20 \$	
D2	Tool for Youths (12 to 17 years old)	Paquet de 10		1,85 \$	
		Unité		0,20 \$	
E1	Outil adulte	Paquet de 10		1,85 \$	
		Unité		0,20 \$	
E2	Tool for Adults	Paquet de 10		1,85 \$	
		Unité		0,20 \$	
F1	Outil pour les 60 à 128 ans	Paquet de 10		1,85 \$	
		Unité		0,20 \$	
F2	Tool for Seniors	Paquet de 10		1,85 \$	
		Unité		0,20 \$	
I	Dépliant batterie « 7 astuces pour se recharger »	Paquet de 10		1,85 \$	
		Unité		0,20 \$	
K	Autocollant « 7 astuces pour se recharger »	Paquet de 10		1,60 \$	

SOUS-TOTAL

(Frais de livraison et manipulation ajoutés en fonction des quantités) **TOTAL**

Envoyer et facturer à ▼

Adresse de l'expédition ▼

Nom de l'organisation

No civique

Rue

App.

Nom

Ville

Province

Code postal

Prénom

Téléphone

Télécopieur

Courriel

Retourner le bon de commande ►

Télécopieur

Courriel