

# Semaine nationale de la santé mentale

À l'occasion de la Semaine nationale de la santé mentale, initiée par l'ACSM (Association canadienne pour la santé mentale) en 1951, le Mouvement Santé mentale Québec lance sa campagne annuelle.

etrebiendanssatete.ca

**RESSSENTIR**  
c'est recevoir un message

MOUVEMENT  
SANTÉ MENTALE  
QUÉBEC  
Promouvoir. Soutenir. Outiller.

David Goudreault  
Porte-parole

Campagne  
annuelle de  
promotion de  
la santé mentale  
2020-2021

## La Semaine nationale de la santé mentale du 4 au 10 mai prochain.

Dû à la crise que nous traversons présentement, les activités sont annulées afin de répondre aux consignes de confinement et la distanciation sociale.

Toutefois des activités et des capsules spéciales vous sont présentées sur notre page Facebook.

Le thème de la Campagne annuelle est « **RESSSENTIR c'est recevoir un message** »

Cette astuce est tout indiquée en cette période, recevoir des messages de notre famille et nos amis n'a jamais été si sécurisant et important. Bien des gens ont découvert Facebook, Messenger, Facetime et Skype afin de rester en contact.

Suivez-nous sur Facebook à [Santé mentale Québec-Pierre-De Saurel](#)  
pour voir la capsule de Nathalie Desmarais lundi 4 mai à 11h30  
et de Mélissa Plasse jeudi le 7 mai 9h00.