

L'ESPACE QUE L'ON DONNE À LA SANTÉ MENTALE

C'EST UNE QUESTION
D'ÊTRE.

Être présent·e.

Être ouvert·e.

Être là.

CRÉEZ UN ESPACE
SÉCURITAIRE OÙ LES
AUTRES SE SENTENT
LIBRES DE S'EXPRIMER.

J'AI LE TEMPS...
DITES-M'EN PLUS...
PARLONS-EN...



**Changer
les mentalités**

AVANCER
LE BIEN-ÊTRE
MENTAL

solutions@openingminds.org

Si vous êtes en état de détresse

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.