

DANS LE CADRE DE LA SEMAINE DE LA  
SANTÉ MENTALE DU 3 AU 9 MAI 2021,  
NOUS VOUS INVITONS À PARLER DE VOS  
ÉMOTIONS.



Préparez-vous à **#ParlerPourVrai**  
Semaine de la santé mentale de l'ACSM 3 au 9 mai 2021

Visitez [semainesantementale.ca](http://semainesantementale.ca)  
pour y trouver de l'info et des outils.

 Association canadienne  
pour la santé mentale  
La santé mentale pour tous

Pour ce faire, nous voulons vous apporter une façon différente de parler de vos **émotions**, soit par l'art. Donc, faites un dessin/collage/photo/peinture de l'émotion que vous ressentez actuellement. Vous pouvez dessiner ce que vous voulez, tant que l'image vous parle. Les intervenants.es vont aussi se prêter à l'exercice pour ensemble, **parler pour de vrai des émotions**. Publiez sur les réseaux sociaux votre dessin avec le mot-clique **#santémentalebny**. Ensemble, nous créerons une **mosaïque d'émotions**.