



Prendre le temps de prendre soin de

- ✓ soi
- ✓ nous

J'écris un mot pour remercier
ou encourager un homme de
mon entourage



Journée provinciale
de la **santé** et du
bien-être des
hommes



19 novembre

Québec 

Écrire un mot pour remercier ou encourager un homme de votre entourage

Un geste significatif



Dites-lui :

- ✓ Pourquoi il est important pour vous;
- ✓ Que vous êtes là pour lui;
- ✓ Que vous êtes fier de lui.

Donnez-lui des exemples.

Centre intégré
de santé
et de services sociaux
du Bas-Saint-Laurent

Québec 

Avec la collaboration du comité de travail
régional en santé et bien-être des hommes

Services d'aide

Trajectoires Hommes du K.R.T.B.
418 605-0878
trajectoreshommes.com

C-TA-C
418 725-2822
ctac.riki.ca