

# Une bonne santé mentale au travail, c'est possible!

## Formation en milieu de travail



### Formation 1

#### **Ma santé mentale, 10 moyens pour l'entretenir**

- Attitudes qui favorisent le maintien et le développement d'une bonne santé mentale

### Formation 2

#### **Le soutien social au travail, c'est vital !**

- Importance du sentiment d'appartenance et de solidarité au travail

**Informez-vous pour savoir comment vous pouvez bénéficier de ces formations dans votre milieu.  
[promotion@acsm-ca.qc.ca](mailto:promotion@acsm-ca.qc.ca) 418 835-5920**