

Je donne le numéro
du CPsAE à quelqu'un
qui en a besoin

Je réfléchis un instant
sur ce qui me procure
du bonheur

J'appelle quelqu'un
pour prendre
de ses nouvelles

Je pose une action
pour prendre soin de moi
aujourd'hui

Je fais une activité
pour me recentrer et
ressentir ma vitalité

CULTIVONS NOTRE BONHEUR.

Le Centre de prévention suicide Arthabaska-Érable t'adresse cette attention personnelle pour te rappeler qu'il est présent et à ton écoute.

À travers des actions simples,
prenons plaisir à prendre soin de nous
et de notre entourage.

Je m'offre un moment
de qualité dans ma journée
et je le savoure

Aujourd'hui,
j'écris un rêve que
je désire réaliser

Ligne d'intervention Érable

819 362-8581

Ligne d'intervention Arthabaska

819 751-2205



Centre de
prévention
suicide
Arthabaska-Érable

**Ligne d'intervention
Arthabaska**

819 751-2205



Centre de
prévention
suicide
Arthabaska-Érable

**Ligne d'intervention
Érable**

819 362-8581



Centre de
prévention
suicide
Arthabaska-Érable

**Ligne d'intervention
Arthabaska**

819 751-2205



Comprendre
Parler.
Soutenir.

Le CPS Arthabaska-Érable est là pour toi.

Tu vis une situation délicate?
Tu aimerais soutenir un proche?
Tu souhaites t'engager pour promouvoir la vie?
Contacte-nous.

cpsae.ca

**Ligne d'intervention
Érable**
819 362-8581



Centre de
prévention
suicide
Arthabaska-Érable