



# Exprime ta santé mentale !

Quelle soit douce, anxieuse,  
**EXCENTRIQUE**, boudeuse,  
**divertissante**, colérique ou  
*stressée,*

ta SANTÉ MENTALE a besoin de faire  
parler d'elle !

Exprime-toi dans le médium que tu préfères :

- 🚩 Texte
- 🚩 Poème
- 🚩 Monologue
- 🚩 Chanson
- 🚩 Dessin
- 🚩 Sculpture
- 🚩 ... !!!

Tu peux envoyer ta création,  
de façon anonyme ou signée  
par courriel à :

[caroline.michaud1@csrl.net](mailto:caroline.michaud1@csrl.net).

Ta production pourrait être  
diffusée sur le site de la  
commission scolaire durant  
la semaine de la santé  
mentale du 3 au 7 mai.