

13 novembre 2025

JOURNÉE DE LA SANTÉ MENTALE AU COLLÉGIAL

Club de marche- course et petit chocolat chaud

Parcours de 15 ou 30 minutes

10 h à 14 h
Entrée porte C



Labyrinthe pour une santé mentale positive

Coop IDEM

9 h à 12 h et 13 h à 16 h
Salle Polyvalente



Cultive ta santé mentale

*Viens semer ta bouture
de plante*

10 h à 14 h
Pas Perdus

Réservé
aux
étudiant-es



Fabrique ta soupe en pot ou ton sel de bain maison

11 h à 13 h
Pas Perdus

Réservé
aux
étudiant-es

Initiation à la spiritualité autochtone

Purification à la sauge

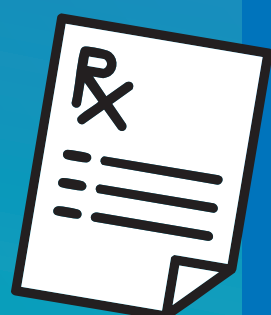
11 h à 13 h
Local Mamu (373.2)



Zone de déconnexion

*Mandalas, points à relier
et casse-têtes*

10 h à 14 h
Café chez Ginette



Clinique mobile de prescription pour ta santé mentale

10 h à 14 h
Kiosques aux entrées
des pavillons du Cégep



Chocolat chaud gratuit

*Offert par l'association
étudiante*

7 h 30 à 10 h
Café chez Ginette

Réservé
aux
étudiant-es

Sélection de livres

*Pour te détendre et te
changer les idées.*

Toute la journée
Bibliothèque



Plusieurs prix à gagner

*Viens participer aux activités
et augmente tes chances
de gagner l'un des 4 coffrets
pour prendre soin de toi!*



PLUSIEURS PARTENAIRES SUR PLACE