

MEMBRES SANTÉ MENTALE QUÉBEC

AUTRES MEMBRES RÉGULIERS

Mouvement Santé mentale Québec

911, rue Jean-Talon Est, bureau 326
Montréal (Québec) H2R 1V5
Téléphone : 514-849-3291
Télécopieur : 514-849-8372
Site internet : www.mouvementsmq.ca

Santé mentale Québec – Bas Saint-Laurent

315, avenue Rouleau
Rimouski (Québec) G5L 5V5
Téléphone : 418-723-6416, poste 100
Télécopieur : 418-721-5811
Site internet : www.smq-bsl.org

Santé mentale Québec – Chaudière-Appalaches

5935, rue Saint-Georges, bureau 110
Lévis (Québec) G6V 4K8
Téléphone : 418-835-5920
Télécopieur : 418-835-1850
Site Internet : www.santementaleca.com

Santé mentale Québec – Côte-Nord

10, rue Boisvert
Case postale 323
Port-Cartier (Québec) G5B 2G9
Téléphone : 418-766-4476/1-800-363-4476 (sans frais)
Télécopieur : 418-766-4476
Site internet : www.acsmcn.ca

Santé mentale Québec – Lac-Saint-Jean

962, rue Paradis,
Case postale 214
Roberval (Québec) G8H 2N6
Téléphone : 418-275-2405
Télécopieur : 418-275-8746
Site internet : www.acsmlsj.ca

Santé mentale Québec – Pierre-de-Saurel

105, rue Prince, bureau 106
Sorel (Québec) J3P 4J9
Téléphone : 450-746-1497
Télécopieur : 450-746-1073
Site internet : www.smqpierredesaurel.org

Santé mentale Québec – Rive-Sud

150, rue Grant, bureau 227
Longueuil (Québec) J4H 3H6
Téléphone : 450-616-1569
Site internet : www.smqrivesud.ca

MEMBRES AFFILIÉS

ACSM – Région de Québec

8255, boul. Henri-Bourassa, suite 220
Québec (Québec) G1G 4C8
Téléphone : 418-529-1979
Télécopieur : 418-529-1904
Site internet : www.acsmquebec.org

ACSM – Section Saguenay

371, rue Racine Est
Chicoutimi (Québec) G7H 1S8
Téléphone : 418-549-0765
Télécopieur : 418-549-7568
Site internet : www.acsmsaguenay.ca

CAP Santé Outaouais

92, boul. Saint-Raymond, bureau 304
Gatineau (Québec) J8Y 1S7
Téléphone : 819-771-2277 / 1-800-363-0718 (sans frais)
Site internet : www.capsante-outaouais.org

Le Traversier

2096, Avenue A
Trois-Rivières (Québec) G8Z 2X2
Téléphone : 819-371-2420
Télécopieur : 819-371-3539
Site internet : www.letraversier.org

RAIDDAT (Défense des droits en santé mentale)

8, rue Gamble Ouest
Rouyn-Noranda (Québec) J9X 2R2
Téléphone : 819-762-3266 / 1-888-762-3266 (sans frais)
Site internet : www.raiddat.org

LA SANTÉ MENTALE

La **santé mentale** est une composante essentielle de la santé.

Elle consiste en un **équilibre** dynamique entre les différents aspects de la vie : social, physique, économique, spirituel, émotionnel et mental.

Elle nous permet d'agir, de **réaliser notre potentiel**, de faire **face aux difficultés** normales de la vie et d'apporter une **contribution à la communauté**.

Elle est **influencée** par les **conditions de vie**, les **valeurs collectives dominantes** ainsi que les **valeurs propres à chaque personne**.

Pour nous joindre

Heures d'ouverture :

Lundi au jeudi de 8 h 00 à 16 h 00

Vendredi de 8 h 00 à 12 h 00.

Adresse :

Santé mentale Québec - Haut Richelieu
198, rue Mercier
Saint-Jean-sur-Richelieu, Qc J3B 6G9

Téléphone : 450-346-5736

Télécopieur : 450-346-2075

Courriel : direction.smq-hr@bellnet.ca

Site internet : www.smqhr.ca

QUI SOMMES NOUS?

Mission

L'organisation **Santé Mentale Québec-Haut-Richelieu (SMQ-HR)** est un organisme communautaire et bénévole voué à la **promotion** de la santé mentale, à la **prévention** de la maladie, à la **réadaptation** (réinsertion sociale) et à la **réalisation d'activités** de **soutien** et d'**entraide** auprès de la population



Historique

L'organisme **était connu** sous le nom de **l'Association Canadienne pour la Santé Mentale** filiale du Haut-Richelieu et existait depuis 1918 au Canada. La filiale du Haut-Richelieu date de **1988**. C'est en avril 2016 que l'organisme **prend le nom** de **Santé Mentale Québec - Haut-Richelieu**.

Elle dessert les territoires du Haut-Richelieu, de Rouville et de Roussillon.

Objectifs

- 1 Promouvoir la santé mentale** en communiquant des renseignements liés à la santé mentale à travers des **activités promotionnelles**, de discussions, de témoignages, de conférences, de visibilité et de diffusions d'information ;
- 2 Promouvoir la santé mentale** en fournissant du **service de transports** aux rendez-vous médicaux et aux activités thérapeutiques, pour les personnes souffrant de problèmes sévères et persistants de santé mentale ;
- 3 Promouvoir la santé mentale** en exploitant un **service de répartitions téléphoniques** qui offre des services d'informations sur la santé mentale, des services de **référence** et d'**écoute** ;
- 4 Promouvoir la santé mentale** en offrant un programme d'aide et d'**accompagnement**, afin d'aider à l'intégration des personnes souffrants de problèmes sévères et persistants de santé mentale au marché du travail et de promouvoir la **réinsertion** sociale et socioprofessionnelle ;
- 5 Promouvoir la santé mentale** en offrant des **programmes récréatifs** afin d'appuyer le mieux-être physique, mental et émotif et de contrer l'isolement social, stimuler l'entraide et la solidarité des personnes souffrant de problèmes sévères et persistants de santé mentale.

P
R
O
M
O
U
V
O
I
R

S
O
U
T
E
N
I
R

O
U
T
I
L
L
E
R

ACTIVITÉS

Volet Promotion

- Semaine nationale de la santé mentale
- Conférences
- Kiosques de sensibilisation
- Documentation
- Séances d'informations
- Visibilité
- Informations et références
- Site internet
- Réseaux sociaux (Facebook)

Volet Prévention

- Activités thérapeutiques
- Accompagnement s médicaux
- Transports médicaux
- Chorale les Coeurs Légers
- Défi santé
- Concertation avec les partenaires

Volet Réadaptation

- Insertion socio-professionnelle
- Atelier de développement personnel
- Entente de service

Volet Entraide

- Ateliers de support, d'entraide
- Ateliers de croissance personnelle
- Ateliers créatifs, de loisirs
- Ateliers éducatifs

Les services s'adressent à la population en général ou à des groupes spécifiques.

DEVENIR MEMBRE ET DONATIONS

Je souhaite apporter un **soutien financier** à Santé Mentale Québec - Haut Richelieu, afin que l'organisme **continue** d'offrir et d'améliorer ses services à la clientèle.

MA COTISATION (5\$) :	<input type="text"/>	\$
JE SOUHAITE RÉALISER UN DON :	<input type="text"/>	\$
TOTAL :	<input type="text"/>	\$

Nom Prénom

Rue

Ville Code postal

Téléphone

Courriel

Pour devenir **membre**, veuillez remplir ce formulaire, y joindre un montant de **5\$** et envoyez le tout par la poste ou en personne.

Si vous envoyez un chèque, veuillez l'adresser à « Santé Mentale Québec - Haut-Richelieu. »

Je souhaite recevoir un **reçu d'impôt. (20\$ minimum)**

Les **coordonnées** se trouvent au verso de ce formulaire.

