

M.I.N.D

My Mind. My Move.

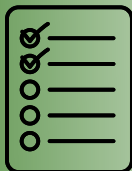


ACTIVITÉS THÉRAPEUTIQUES

Notre programme d'activités s'efforce d'inspirer la créativité, d'enseigner des compétences sociales, de favoriser les relations et de donner aux membres les moyens de prendre en charge leur voyage vers la guérison.

COMPÉTENCES DE VIE

Accédez à une variété de sujets pour améliorer votre bien-être, tout en apprenant de nouvelles façons de maximiser votre potentiel et d'atteindre une plus grande satisfaction personnelle.



W.A.S.P

Travaillez individuellement à l'élaboration d'un plan de soutien personnalisé, Wellness & Action Support Plan, basé sur vos besoins et objectifs spécifiques.

GROUPES DE SOUTIEN

Trouvez le soutien de vos pairs dans l'un de nos groupes de soutien dirigés par des pairs. Posez des questions, partagez des histoires et trouvez de nouveaux outils d'adaptation, le tout avec des personnes partageant les mêmes idées.



COMMUNAUTÉ

Développez des relations et établissez des liens avec d'autres personnes qui vivent également avec une maladie mentale. Ceux qui comprennent la différence que peut faire une communauté de soutien.