



5 AU 11 MAI 2026

Semaine de la santé mentale *Arc-en-ciel*

Invitation: Ensemble, cultivons notre bien-être mental !

C'est avec une grande joie qu'Arc-en-ciel (Vaudreuil-Soulanges) vous invite à venir nous rejoindre aux activités dédiées à la semaine de la santé mentale 2025!

Activité Ila Yoga – Mercredi 7 mai à 13h30
au Parc Valois,

*Un moment de bien-être pour se ressourcer:
Retrouver équilibre et sérénité.*

Atelier positif avec Mouvement SMQ – Jeudi 8 mai à 10h00
à la gare de Dorion.

Les bienfaits de la pensée positive pour tous

Places limitées, réservez rapidement! 450-424-7006.

Au plaisir de vous accueillir et de partager ce moment avec vous !

Arc-en-Ciel (Vaudreuil-Soulanges)