

## SOUTIEN ET INFORMATION

-514 REVIVRE (738-4873) • 1 866 REVIVRE

Disponible sans frais partout au Canada,  
du lundi au vendredi, de 9 h à 17 h

- [revivre@revivre.org](mailto:revivre@revivre.org)
- Forum de discussion ([www.revivre.org/forum](http://www.revivre.org/forum))
- Fiches d'information, brochures, livres et documents audiovisuels

## GROUPES D'ENTRAIDE

Rencontres permettant aux personnes atteintes  
d'exprimer leur vécu et leurs émotions dans un climat  
d'écoute et de respect.

[entraide@revivre.org](mailto:entraide@revivre.org)

## J'AVANCE!

Programme de soutien à l'autogestion de l'anxiété, de la  
dépression et de la bipolarité

### Ateliers

- Autogestion de l'anxiété
- Autogestion de la bipolarité
- Autogestion de la dépression
- Autogestion de l'estime de soi
- Autogestion des troubles anxieux et de l'humeur en milieu de travail

514 529-3081, poste 2 • [atelier@revivre.org](mailto:atelier@revivre.org)

[javance.revivre.org](http://javance.revivre.org)

*Ces ateliers peuvent être offerts par toute organisation  
en santé mentale reconnue au Québec*

### Formation sur le soutien à l'autogestion de

**la santé** (destinée aux intervenants et  
professionnels de la santé)

514 529-3081, poste 3

[javance@revivre.org](mailto:javance@revivre.org) • [javance.revivre.org](http://javance.revivre.org)

## REVIVRE

5140, rue Saint-Hubert, Montréal (Québec) H2J 2Y3

[www.revivre.org](http://www.revivre.org)

