

# Créons un changement positif!

**C**hoisissez et soutenez un organisme en santé mentale

**H**issez la lutte contre la stigmatisation vers de nouveaux sommets  
en engageant la conversation

**A**pprenez-en plus sur ce que fait votre collectivité pour changer  
les choses en santé mentale

**N**ourrissez votre bien-être et appliquez des stratégies favorisant une santé  
mentale positive

**G**uidez vos proches qui ont des enjeux de santé mentale vers des ressources

**E**ncouragez une initiative ou un événement en soutien à la santé mentale

**R**alliez-vous au mouvement et partagez vos actions en utilisant  
le mot-clic #BellCause



**Bell**  
Cause pour  
la cause

Ralliez-vous au mouvement afin de créer  
un changement positif et partagez vos  
actions en utilisant le mot-clic #BellCause



Pour plus d'idées,  
visitez [bell.ca/cause](http://bell.ca/cause)

