

# Être mieux... ensemble!

Pour des communautés fortes et résilientes

**TOUT LE MONDE RESSENT DES EFFETS DE LA PANDÉMIE...  
IL EST TEMPS DE SE RÉUNIR POUR MIEUX REBÂTIR !**

75%

de la population en Mauricie et au Centre-du-Québec rapporte être moins satisfaite à l'égard de leur vie sociale depuis le début de la pandémie (ISQ, 2021).



« Être mieux... ensemble! » est une démarche collective pour mettre en lien et outiller les citoyennes et citoyens qui ont à coeur le mieux-être et le rétablissement de leur communauté.

## Pourquoi joindre « Être mieux... ensemble! » ?



Pour être en lien avec d'autres citoyennes et citoyens pour promouvoir, participer ou créer des actions qui font du bien



Pour être soutenu dans mon implication citoyenne en recevant des informations, en suivant des formations, en ayant accès à des webinaires à propos du mieux-être et du rétablissement des communautés



Pour faire partie d'une démarche collective positive et bienveillante!



Participation volontaire et implication à la hauteur de ce que chacun veut y mettre!

[ciusssmcq.ca/conseils-sante/etre-mieux-ensemble](https://ciusssmcq.ca/conseils-sante/etre-mieux-ensemble)  
Joignez-vous à nous!