Le Café du Monde

Des paroles et des liens qui réparent

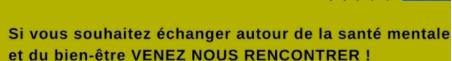
Espace d'échanges autour de la santé mentale pour les personnes impactées par l'exil

Accueil sans rendez-vous, tous les vendredis de 13h30 à 16h30

Adresse : 5 boulevard Bonrepos 31000 Toulouse

Marengo SNCF





Pour celles et ceux qui le souhaitent, nous proposons :

- Des "cercles de connaissances" en petits groupes sur différentes thématiques (stress, sommeil, émotions...)
- Une "bulle zen" pour se relaxer (exercices de respiration, méditation guidée...)
- Des conseils et des techniques pour prendre soin de vous.



Nous ne ferons pas d'entretiens individuels durant cet accueil et l'espace n'est pas adapté aux enfants.

Proposé par le programme Santé Mentale et Soutien Psychosocial de la Délégation Médecins du Monde Midi-Pyrénées

Contacts:

- 06 78 23 27 06
- smsps.toulouse@medecinsdumonde.net

