

Centre d'éducation pour la santé

Bien manger

Être actif

Vivre sans
fumée

service
gratuit

Centre de santé et de services sociaux
de la Pointe-de-l'Île




Osez la santé
pour la vie!

CLSC de Mercier-Est—Anjou
9503, rue Sherbrooke Est
Montréal (Québec) H1L 6P2

CLSC de Pointe-aux-Trembles—
Montréal-Est
13926, rue Notre-Dame Est
Montréal (Québec) H1A 1T5

CLSC de Rivière-des-Prairies
8655, boulevard Perras
Montréal (Québec) H1E 4M7

Services gratuits pour les résidents de Anjou, Mercier-Est, Montréal- Est, Pointe-aux-Trembles et Rivières-des-Prairies

À votre Centre d'éducation pour la santé, vous pourrez profiter du soutien d'un expert en motivation, dans un environnement animé et interactif. Il vous aidera à :



GOÛTEZ
POUR LA VIE

- Dresser un bilan de votre alimentation, de votre niveau d'activités physiques et de votre statut tabagique.



BOUGEZ
POUR LA VIE

- Découvrir vos motivations.
- Identifier vos obstacles au changement et vos solutions.



RESPIREZ
POUR LA VIE

- Consulter différentes sources d'information.
- Repérer les services offerts dans le quartier.

Pour information, un seul numéro :

514 642-4050, poste 506