Semaine de la Santé Mentale 2025 : atelier « rencontre miroir » organisé par Help Brigade asbl et Help Centre Belgium asbl, le 9/10/2025

Help Brigade asbl propose des interventions de première ligne, sous forme de soutien thérapeutique individuel ou en groupe, avec un accent particulier sur la communauté polonaise.

Help Centre Belgium asbl, créé en réponse à la crise Covid-19, est une structure de réaction rapide lors de crises internationales, et œuvre également dans le bénévolat citoyen, en formant des volontaires d'origine polonaise pour répondre aux urgences et renforcer l'inclusion sociale de cette communauté dans la société belge.

Dans le cadre de la Semaine de la Santé Mentale, ces associations proposent un **atelier participatif et interactif : *Rencontre miroir*** dont l'objectif est de mettre en lumière, de façon concrète, comment les perceptions (et souvent les jugements) portés sur autrui — ou sur soi-même — peuvent refléter des stéréotypes ou des blocages, et encourager la réflexion et l'empathie.

Infos pratiques :

- Le 9 octobre, deux sessions au choix de 13h à 15h

Centre de l'Univers, Rue de Haerne 39, 1040 Etterbeek

 Gratuit, inscription par mail via info@helpbrigade.be ou info@helpcentre.be