

NOTE À MOI-MÊME...

Chaque fois que vous étiez
complètement convaincu de
ne pouvoir continuer,

vous l'avez **fait.**

— INCONNU

Améliorez votre capacité à rebondir, peu importe les épreuves que la vie vous réserve, grâce à la ressource **Plan visant à accroître la résilience**. Pour en savoir plus, consultez www.ssmcv.com/PAR.

Stratégies en milieu de travail
sur la santé mentale

canada ^{MC}

Accessible à tous, sans frais, gracieuseté de la Canada Vie
Canada Vie et le symbole social sont des marques de commerce de La Compagnie d'Assurance du Canada sur la Vie.

F70-0181A 04/20