

Votre santé mentale est importante



Le Mois **S**anté Au Travail
Au Canada

<https://healthyworkplacemonth.ca>



La santé mentale est tout aussi importante que la santé physique.
Prenons soin des deux.

**Prenez du temps
pour vous.
Prenez soin de
vous.**



**Écoutez.
Soyez là pour
vos
collègues.**



**Partagez des
ressources sur
la santé
mentale.**



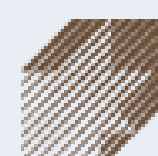
**Célébrez les
petites victoires
et les progrès
accomplis.**



Faisons de la santé mentale une priorité sur le
lieu de travail. Chaque mois, chaque jour.



**Demandez de
l'aide lorsque
vous en avez
besoin.
Encouragez les
autres à faire de
même.**



EXCELLENCE+CANADA

improving performance, recognizing excellence | améliorer le rendement, reconnaître l'excellence