

STRESSÉ ? TRISTE ? Vous n'êtes pas seul.

Composez le 1-800-749-COPE

(1-800-749-2673)

1-800-273-TALK

(1-800-273-8255)

1-866-326-9393

Retrouvez des amis et des
proches manquants.



Un certain stress est normal. Vous pouvez beaucoup pleurer, être de mauvaise humeur ou frustré, ne pas penser clairement, avoir des difficultés à dormir ou vous sentir toujours fatigué.

Vous avez des proches et des amis. Vous pouvez ainsi vous aider mutuellement. Soyez attentif à vos amis et vos proches qui semblent très tristes. Montrez-leur que vous vous souciez d'eux. Demandez-leur de solliciter de l'aide.



STRESSÉ ? TRISTE ? Vous n'êtes pas seul.

Composez le 1-800-749-COPE

(1-800-749-2673)

1-800-273-TALK

(1-800-273-8255)

1-866-326-9393

Retrouvez des amis et des
proches manquants.



Un certain stress est normal. Vous pouvez beaucoup pleurer, être de mauvaise humeur ou frustré, ne pas penser clairement, avoir des difficultés à dormir ou vous sentir toujours fatigué.

Vous avez des proches et des amis. Vous pouvez ainsi vous aider mutuellement. Soyez attentif à vos amis et vos proches qui semblent très tristes. Montrez-leur que vous vous souciez d'eux. Demandez-leur de solliciter de l'aide.



STRESSÉ ? TRISTE ? Vous n'êtes pas seul.

Composez le 1-800-749-COPE

(1-800-749-2673)

1-800-273-TALK

(1-800-273-8255)

1-866-326-9393

Retrouvez des amis et des
proches manquants.



Un certain stress est normal. Vous pouvez beaucoup pleurer, être de mauvaise humeur ou frustré, ne pas penser clairement, avoir des difficultés à dormir ou vous sentir toujours fatigué.

Vous avez des proches et des amis. Vous pouvez ainsi vous aider mutuellement. Soyez attentif à vos amis et vos proches qui semblent très tristes. Montrez-leur que vous vous souciez d'eux. Demandez-leur de solliciter de l'aide.



STRESSÉ ? TRISTE ? Vous n'êtes pas seul.

Composez le 1-800-749-COPE

(1-800-749-2673)

1-800-273-TALK

(1-800-273-8255)

1-866-326-9393

Retrouvez des amis et des
proches manquants.



Un certain stress est normal. Vous pouvez beaucoup pleurer, être de mauvaise humeur ou frustré, ne pas penser clairement, avoir des difficultés à dormir ou vous sentir toujours fatigué.

Vous avez des proches et des amis. Vous pouvez ainsi vous aider mutuellement. Soyez attentif à vos amis et vos proches qui semblent très tristes. Montrez-leur que vous vous souciez d'eux. Demandez-leur de solliciter de l'aide.

