

Voici Santé Mentale Globale TELUS.

Sentez-vous soutenu et écouté grâce à Santé Mentale Globale, un programme d'aide aux élus confidentiel et une ressource de bien-être novatrice. Parfois, la vie est compliquée. Obtenez de l'aide auprès de TELUS Santé pour une vaste gamme de questions, de problèmes et de préoccupations, en tout temps. Nous offrons du soutien en matière de bien-être mental, financier, physique et émotionnel.

Qu'il s'agisse de questions sur la façon de gérer le stress professionnel ou personnel, la parentalité et les services de garde, la gestion financière, ou des problèmes de santé, vous pouvez compter sur TELUS Santé pour obtenir un service confidentiel de confiance.



Vie

- Retraite
- Mitan de la vie
- Vie étudiante
- Problèmes juridiques
- Relations
- Handicaps
- Crise
- Problèmes personnels



Famille

- Parentalité
- Relation de couple
- Séparation ou divorce
- Parents âgés
- Adoption
- Deuil et perte
- Soins aux enfants
- Éducation



Santé

- Santé mentale
- Dépendances
- Mise en forme
- Gestion du stress
- Sommeil
- Renoncement au tabac



Travail

- Gestion du temps
- Développement de carrière
- Relations de travail
- Stress au travail
- Gestion de personnel
- Travail par quarts
- Adaptation au changement
- Communication



Argent

- Épargne
- Placements
- Établissement d'un budget
- Gestion des dettes
- Achat d'une maison
- Location d'un logement
- Planification successorale
- Faillite

Laissez-nous vous aider.
1-855-752-2506



FÉDÉRATION
QUÉBÉCOISE DES
MUNICIPALITÉS

 **TELUS** Santé