

çava ?

Choc Anxiété Vulnérabilité Angoisse

**NOTRE
NOUVELLE
NORMALE
N'EST
PAS
NORMALE**

**COVID-19
Isolement
Travail
Santé
Budget
Chômage**

**QUELQUES OUTILS EN LIGNE GRATUITS
POUR SOULAGER LA PRESSION**

Espace Mieux-être Canada : [https://ca.portal.gs
esantementale.ca](https://ca.portal.gs.esantementale.ca)
sante.gouv.qc.ca

**ASSISTANCE
TÉLÉPHONIQUE GRATUITE**

AB: 211 | BC: 811

ON: 211 | QC: 811(#2)

Ou appelez Espace mieux-être
Canada : 1-888-417-2074

Parlez à un ami, un collègue ou un délégué syndical.
Demandez aux personnes de votre entourage
comment elles vont.

#çava



Un message du Comité national d'indemnisation des travailleurs, santé et sécurité
de la Section locale 1944 du Syndicat des Métallos et du Comité des femmes d'acier