

## Voici votre programme de soutien.

Sentez-vous soutenu et connecté grâce à un programme de soutien confidentiel sur une plateforme de bien-être innovatrice. Parfois, la vie est compliquée. Obtenez de l'aide pour toutes les questions, tous les problèmes et toutes les préoccupations de la vie grâce à TELUS Santé. Jour et nuit, 365 jours par année. Nous vous offrons du soutien pour favoriser votre 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
- Alimentation
- Sommeil
- Renoncement au tabac
- Médecines douces

### 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



1-855-360-5485 | [integrale.telussante.com](https://integrale.telussante.com)  
Pour obtenir les accès, veuillez contacter votre coopérative.