

# Une programmation axée sur vos besoins



## **Nos leaders de proximité**

Nominez votre gestionnaire  
Jusqu'au 27 février



## **Bien se nourrir, se protéger**

Semaine de la nutrition  
Dès le 23 mars



## **Cessation tabagique**

Programme incitatif à la  
cessation tabagique



## **Bien-être numérique**

Réduisez vos risques  
Outils et formation



## **Défi Tous en action**

Bouger plus en équipe  
Dès le 16 mars



## **Douleur chronique**

Des outils pour  
l'autogestion



## **S'outiller face au stress**

Formation et ressources  
gratuites



## **Ensemble, on a tous un rôle à jouer - civilité**

Outils et formation



## Quatre sphères d'intervention



CONCILIATION TRAVAIL-  
VIE PERSONNELLE



PRATIQUES DE  
GESTION



HABITUDES  
DE VIE



ENVIRONNEMENT  
DE TRAVAIL

Consultez la page web!

Pour tous les détails, consultez la page  
internet Branchés santé :

