



>> SERVICES
AUX ÉTUDIANTS

LA SANTÉ EN PRIORITÉ

POUR TA SANTÉ MENTALE

Des conseils sont disponibles pour t'aider à garder un équilibre dans ta vie d'étudiant, par exemple : l'organisation et la gestion du temps, la gestion du stress, la bonne santé mentale, etc.

Pour ta santé psychologique, n'hésite pas à prendre contact avec un intervenant si tu vis une période difficile et souhaites en parler.

L'équipe des services psychosociaux est là pour te soutenir, même à distance. Le tout est confidentiel et gratuit. Il est possible de prévoir une (ou des) rencontre en personne ou à distance. Peu importe tes besoins, l'équipe en place saura t'écouter et t'accompagner à travers tes défis.

DE L'INFORMATION EN UN CLIC!

CONSULTE LA COMMUNAUTÉ
OMNIVOX : À TA SANTÉ!



VIOLENCES À CARACTÈRE SEXUEL
COMPOSEZ LE 819 762-0931, POSTE

1444

 **VCS** | service externe
et confidentiel

PROGRAMME D'AIDE AUX EMPLOYÉS

7 jours sur 7 | 24 heures sur 24
1 855 480-2240

reception@optimasanteglobale.com

AMOS

PRISE DE RENDEZ-VOUS
Par MIO à **Michel Audet**

VAL-D'OR

PRISE DE RENDEZ-VOUS
Par MIO à **Mélanie Bernier**

ROUYN-NORANDA

PRISE DE RENDEZ-VOUS
Par MIO à **Annie Guay**
ou
En personne au Guichet unique - local 3231

ACCÈS DIRECT À LA TRAVAILLEUSE DE MILIEU
Edith Bérubé-Quesnel
819 277-7625