

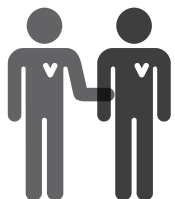


## Stressé ?

Arrêtez-vous quelques minutes pour respirer profondément, marcher ou parler à un collègue.



Pour des conseils personnalisés  
[testquifaitdubien-stm.illuxi.com](https://testquifaitdubien-stm.illuxi.com)



Pour du soutien  
Programme d'aide aux employés  
**514 280-5233**



**SANTÉ +  
SÉCURITÉ**  
ET MIEUX-ÊTRE



**stm**