



Bienvenue dans votre chantier **BIEN-ÊTRE!**
 À vos **NIVEAUX** afin d'en mesurer les résultats!

Je suis à l'aise dans toutes les sphères de ma vie:

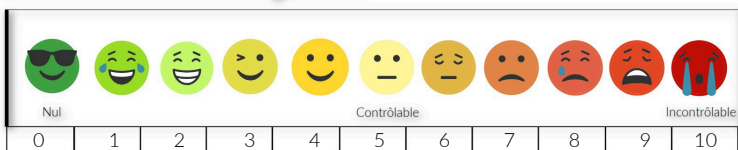


Quels sont les domaines nécessitant des améliorations?

Je suis à l'aise pour parler de mes émotions:



À quel degré s'élève mon stress en général:



Quelle en est la source? Ex: Famille, travail, relations, finances, etc.

Ma connaissance des services de soutien disponibles quand ça va moins bien:



Quels sont-ils?

