



Le Programme  
de Soutien aux  
Étudiants

# Ta réussite commence par un soutien hors pair

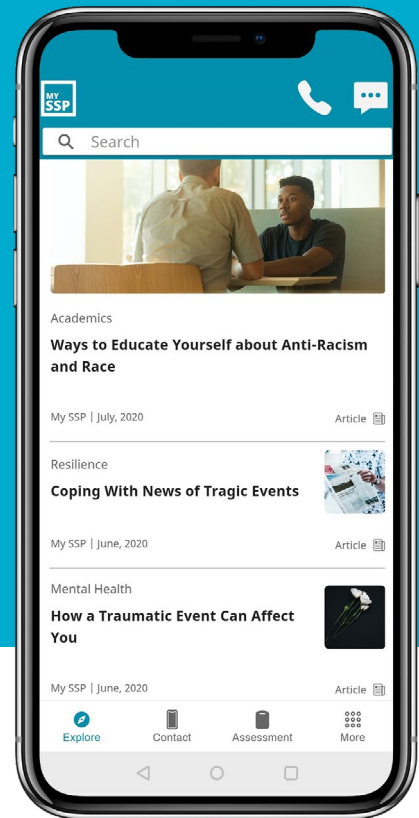
Fréquenter un collège ou une université est une expérience enrichissante, mais apporte aussi son lot de changements, d'adaptation et de stress. Mon programme de soutien aux étudiants (Mon PSE) est là pour t'aider à réussir. Communique avec nous en tout temps pour obtenir du soutien gratuit et confidentiel en santé mentale et mieux-être.

**Appelle. Clavarde. En tout temps. Partout. Télécharge l'appli pour y accéder dès aujourd'hui.**

L'appli Mon PSE t'offre un accès gratuit

- Articles
- Évaluations
- Balados
- Vidéos
- Séances de mise en forme virtuelles

PSE peut t'aider en tout temps à t'adapter à de nouveaux défis, à réussir dans tes études et à gérer ton stress, ainsi que tes soucis de la vie quotidienne, tes relations qui te préoccupent, tes sentiments de tristesse, d'isolement, d'incertitude et plus encore.



**Du soutien gratuit et confidentiel quand tu en as besoin.**

- Soutien par téléphone et par clavardage en temps réel et en tout temps
- Soutien offert en plusieurs langues
- Trouve un conseiller professionnel
- Soutien à court terme par téléphone et par vidéo offert sur rendez-vous



**1.866.743.7732**

\*Pour les appels de l'extérieur de l'Amérique du Nord : 001 416 380-6578

© Morneau Shepell Itée, 2020