



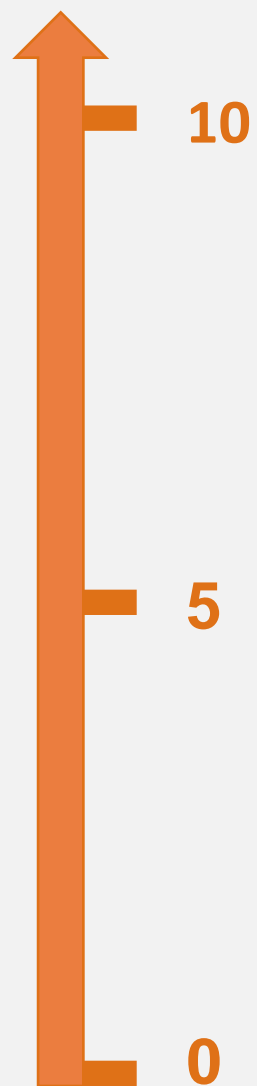
Transformer la **santé mentale au travail** grâce au
pouvoir des connexions humaines.







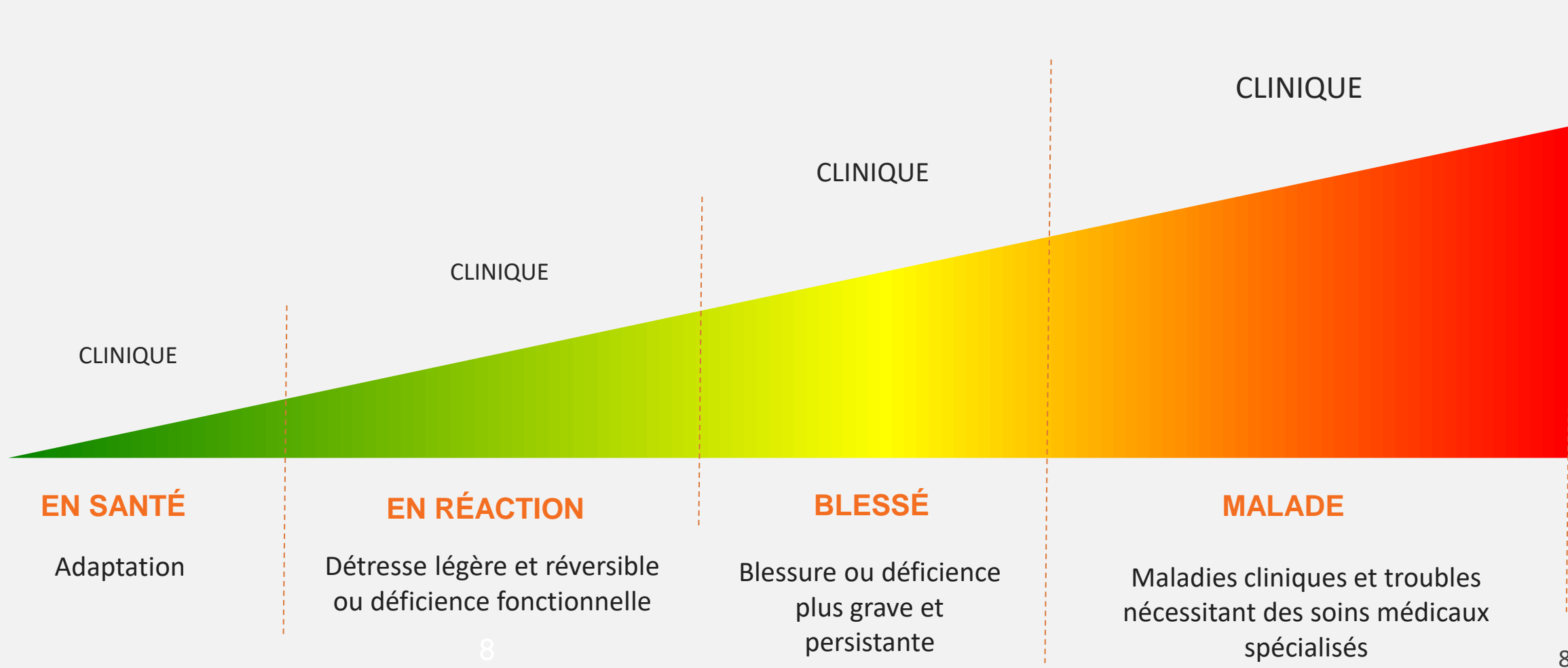
Bonjour!
Comment allez-vous?

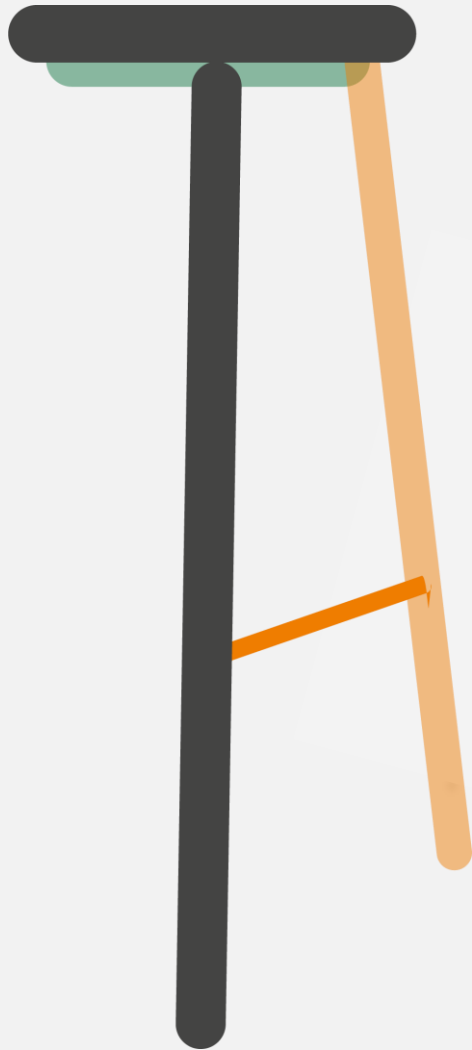


Qu'est-ce qui
est socialement
acceptable?







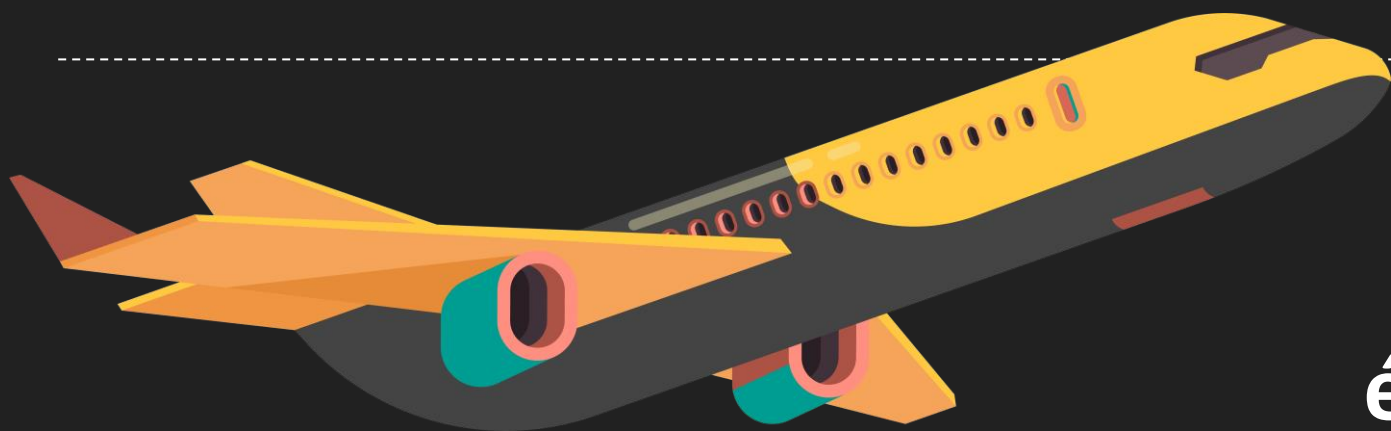




Écart entre les rendez-vous cliniques...

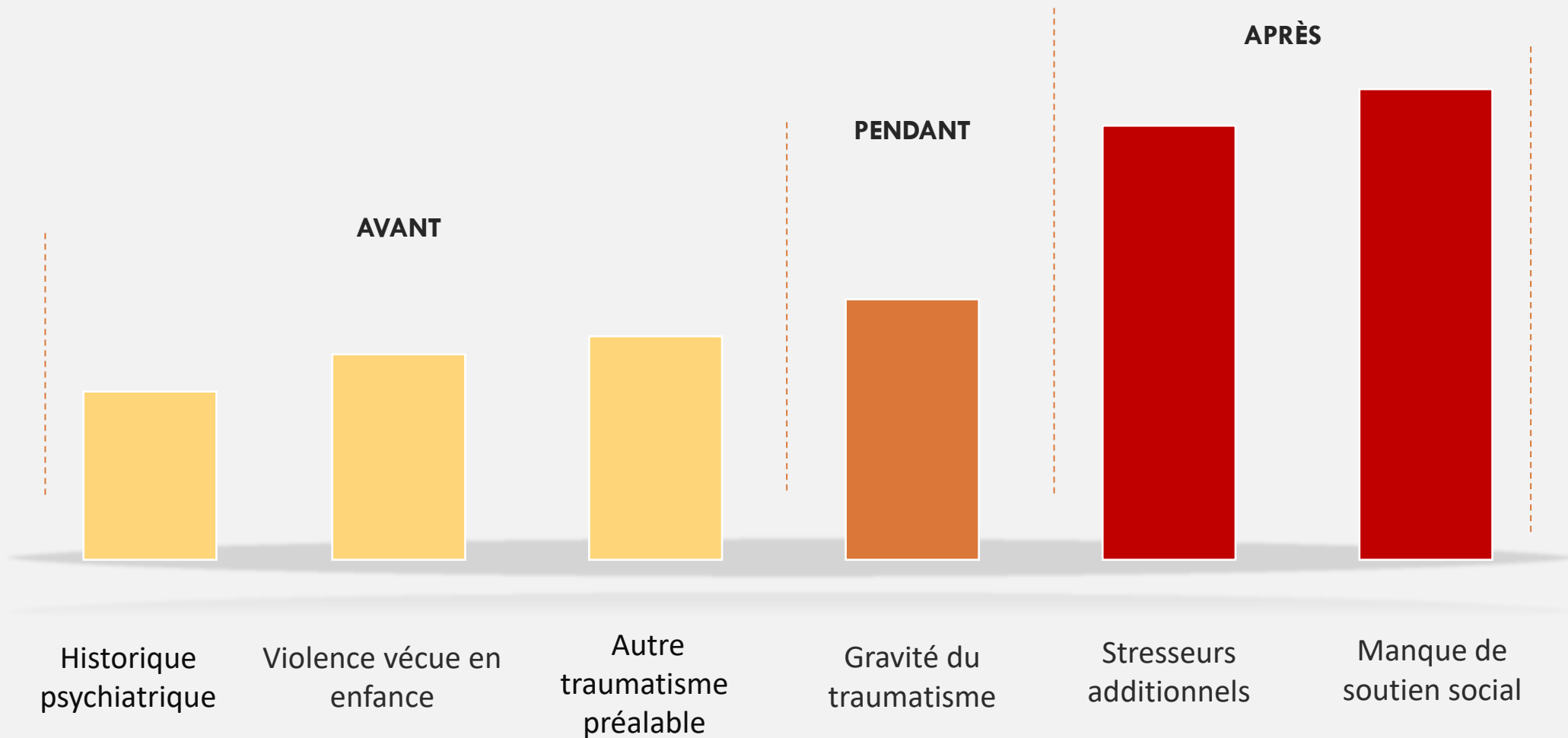


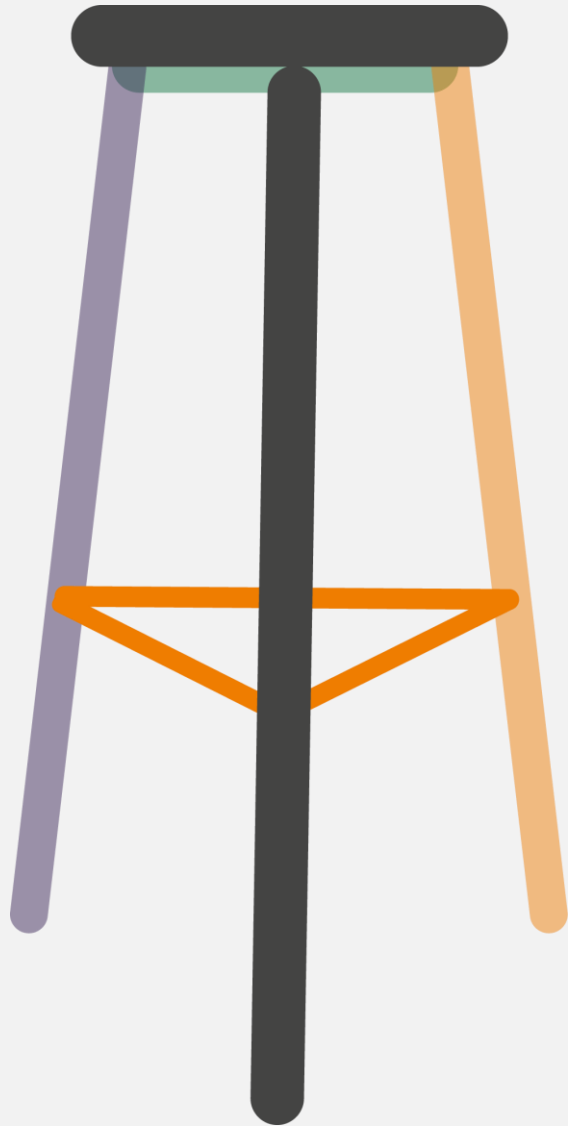
Plus de **3300** personnes se **suicident** chaque année
Certaines études indiquent des nombres aussi élevés que **4500**

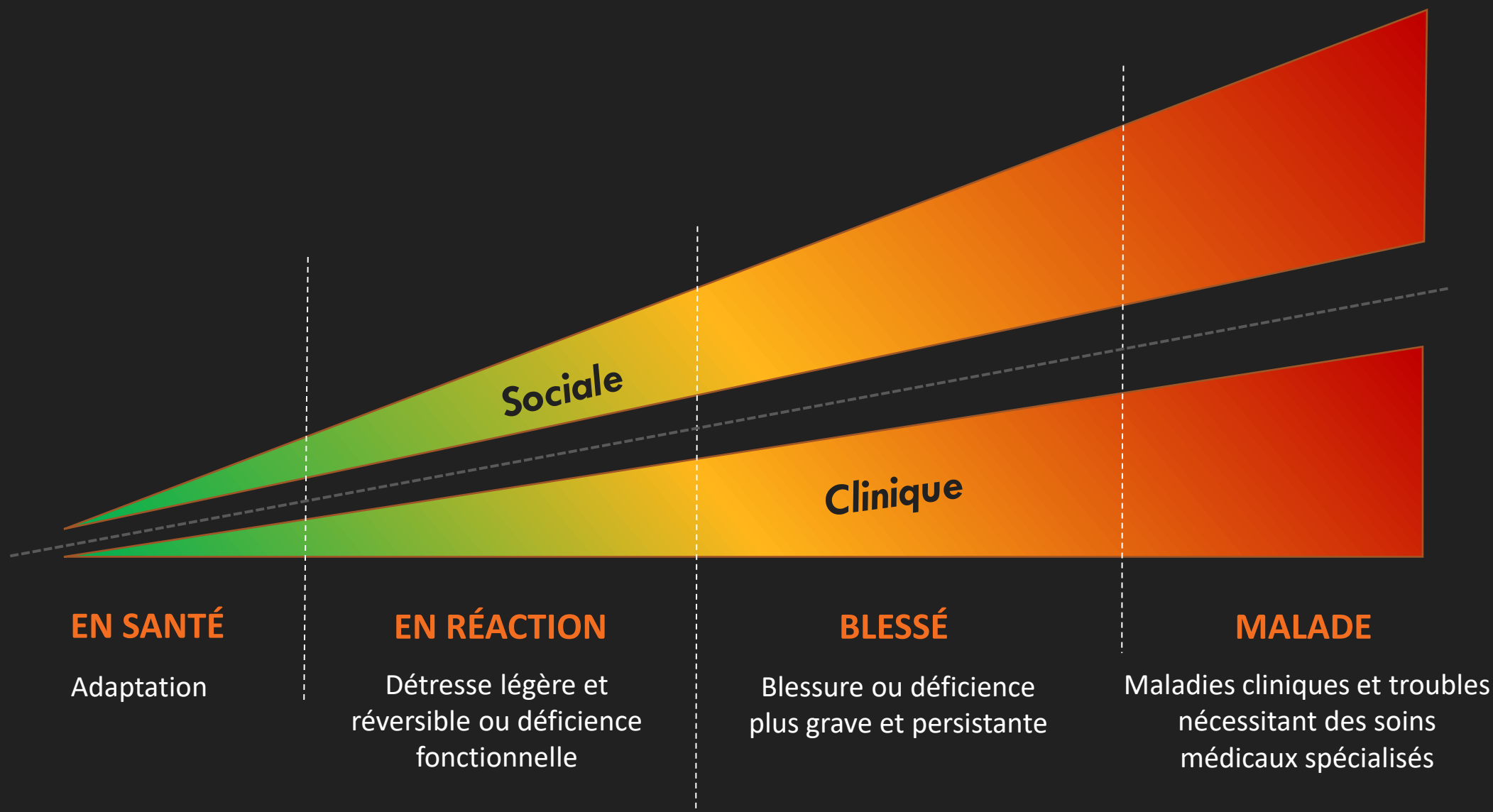


18
écrasements par an



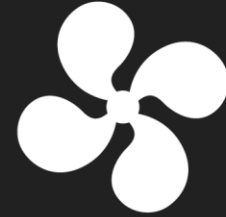
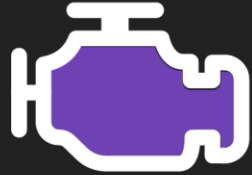








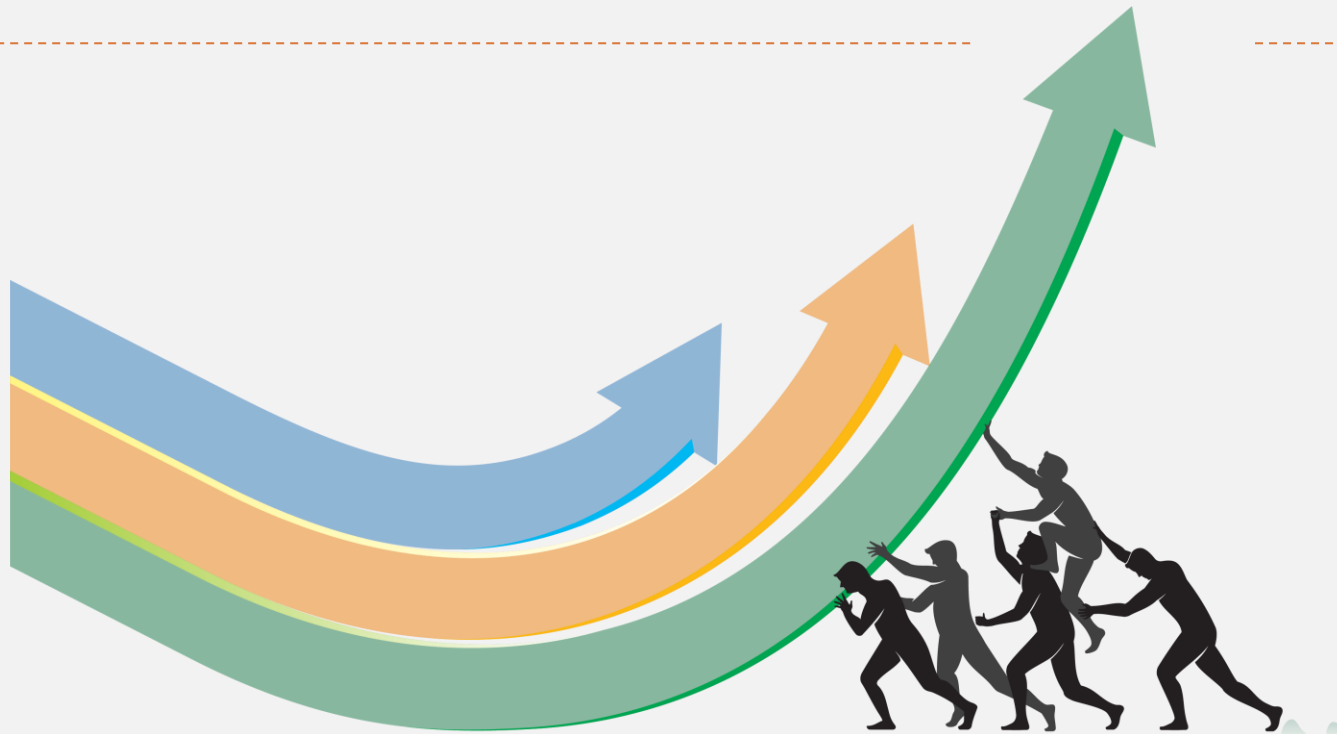
Signes



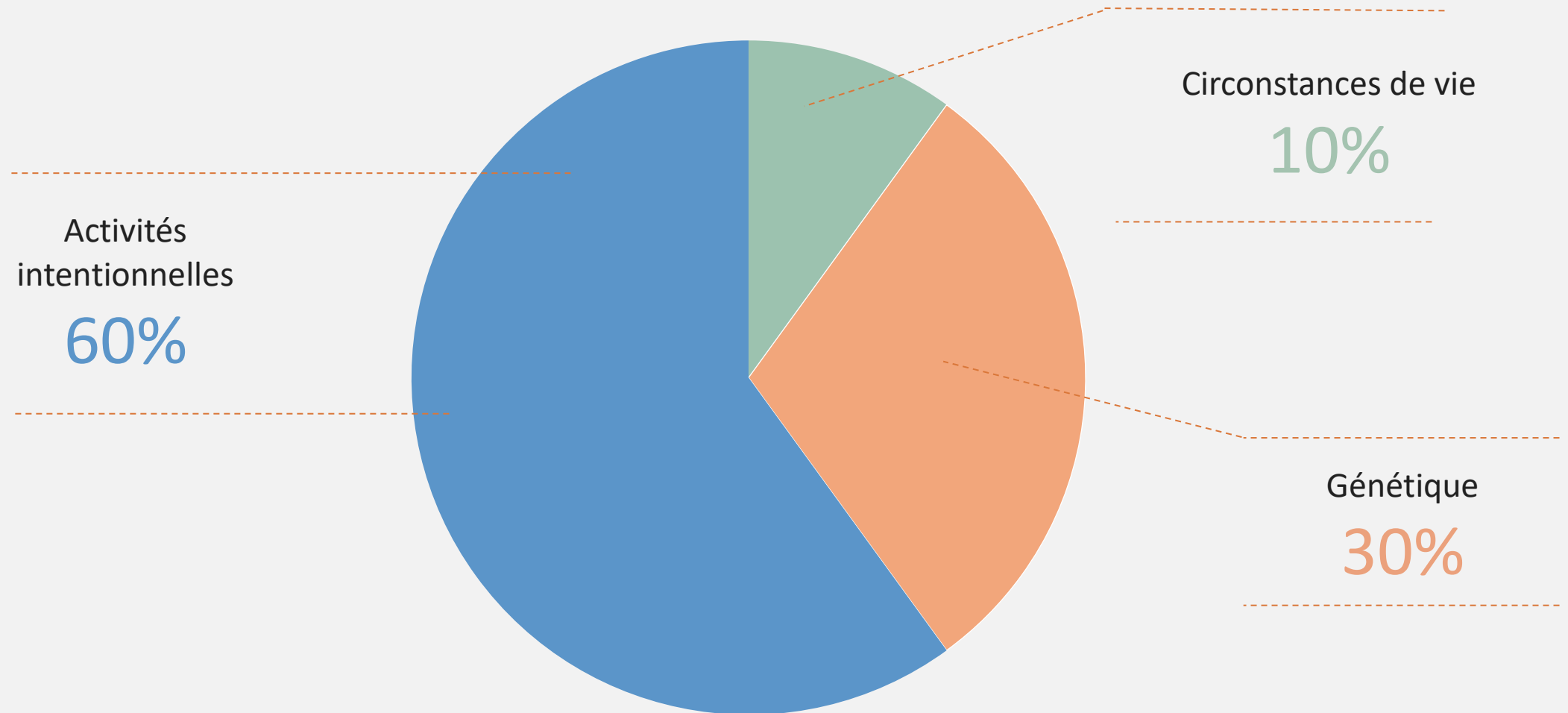
Qu'est-ce que la **résilience** ?



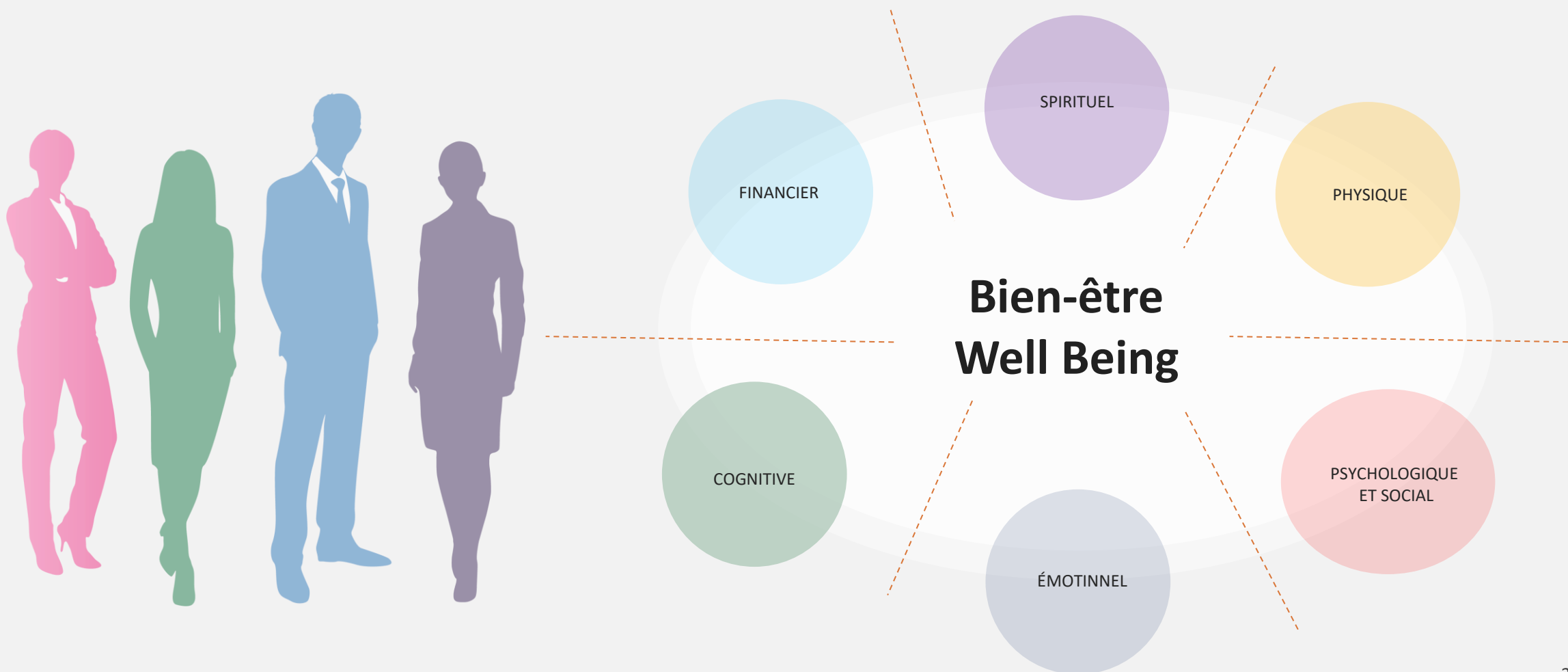
Plus qu'un simple rebond – **la résilience, c'est la croissance**



Le contrôle **surprenant** que nous avons sur notre résilience



Modèle d'autosoins

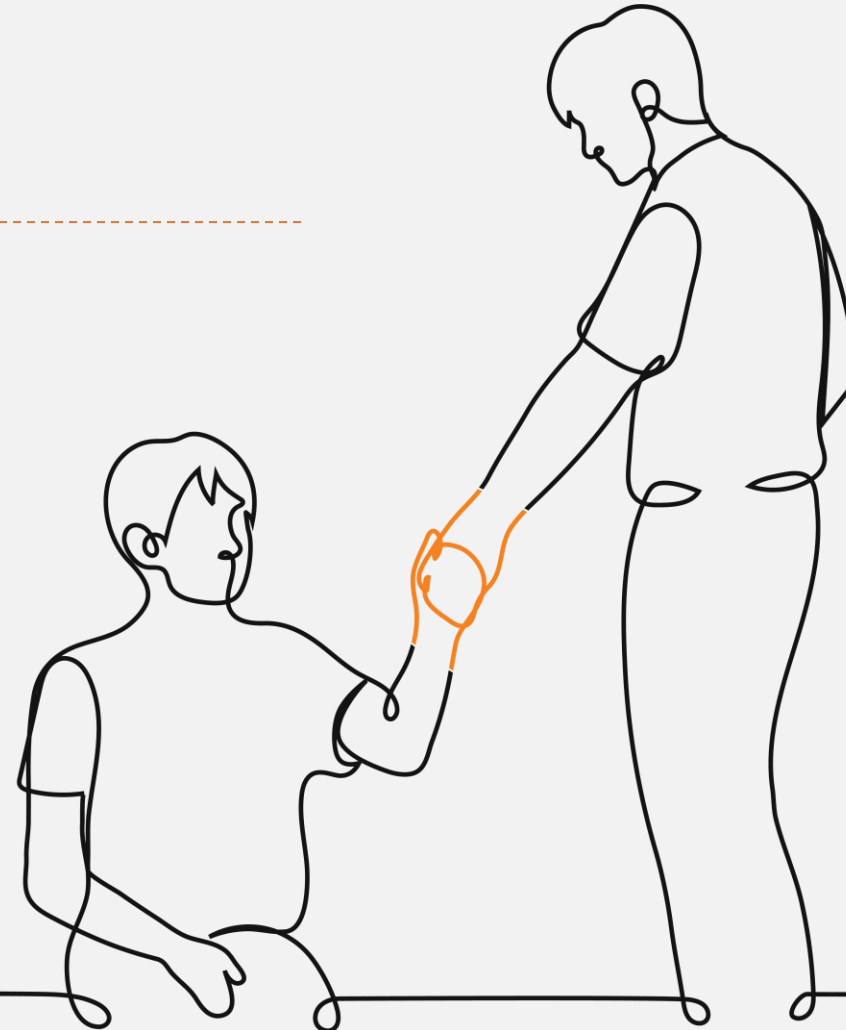


The power of 40 seconds of compassion



**“Je vois que vous souffrez.
Je suis là. Je veux vous
soutenir.**

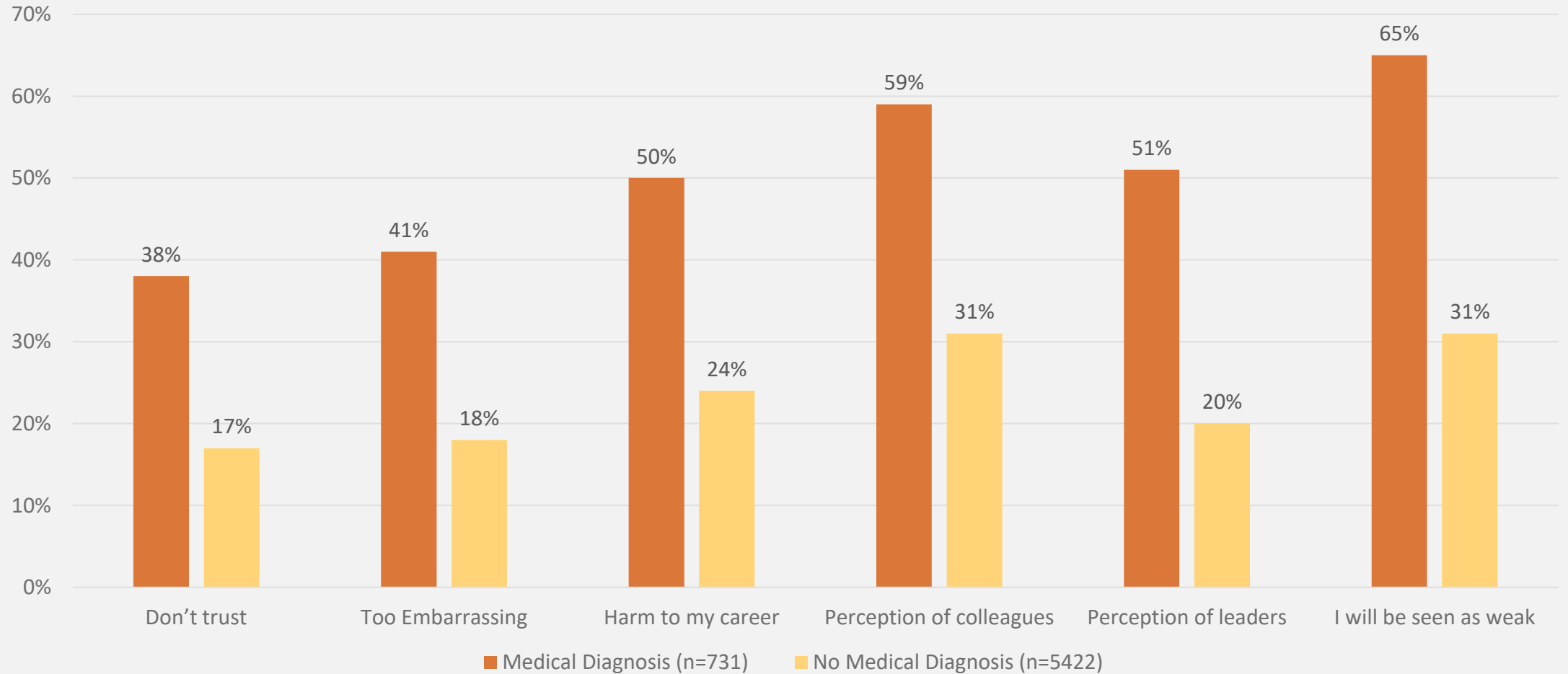
Je ferai ce que je peux.”



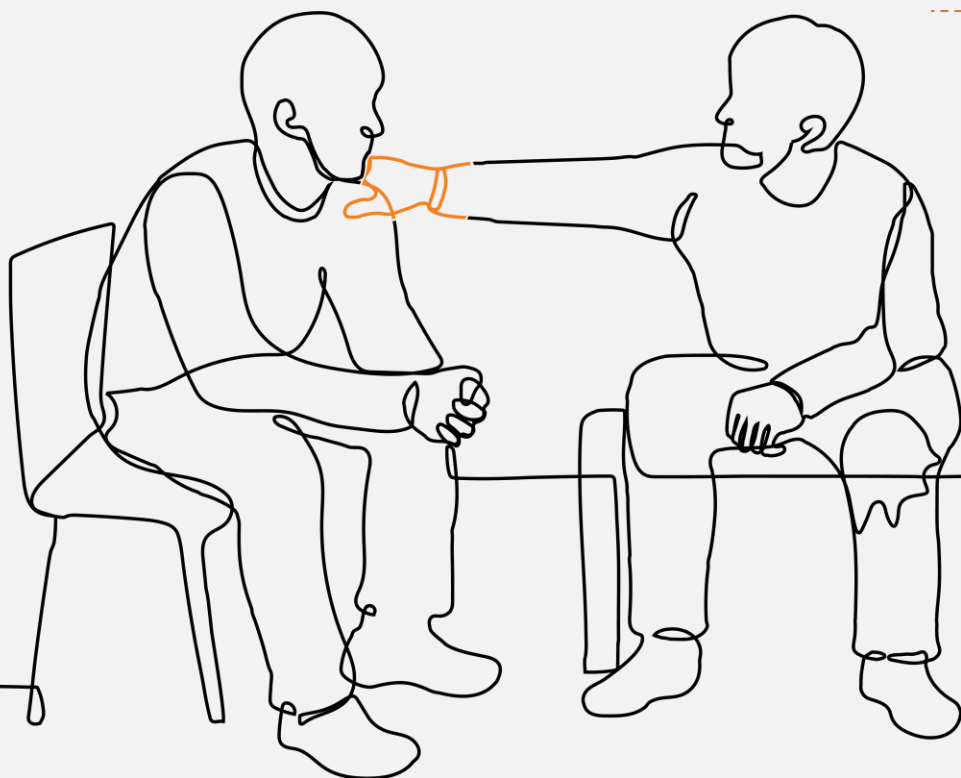
The **compassion** model



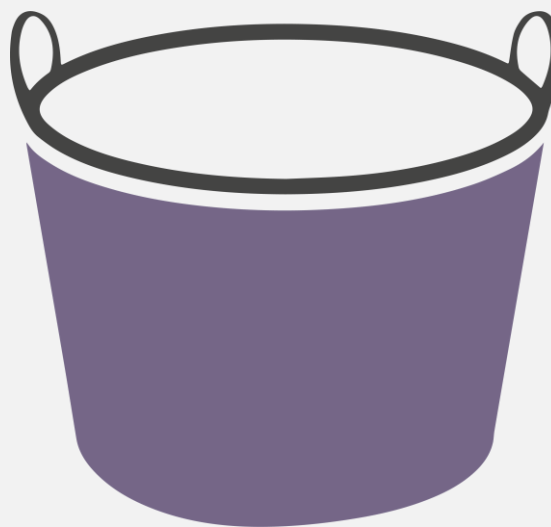
BARRIÈRES PERÇUES



Planifier une **conversation avec compassion**



- **Comment je vais ?**
- **Qu'est-ce que je veux atteindre ?**
- **Que dois-je dire ?**
- **Comment dois-je le dire ?**
- **Quand et où ?**





Dalhousie University (Dal) – Microcrédit

Faculté de l'apprentissage et du développement de carrière

SOYEZ LA DIFFÉRENCE





Available at
amazon

Chapters

Indigo

www.afterthewarbook.com

