



# Équilibre de vie

**LifeMatters® offre une assistance 24 heures sur 24, 7 jours sur 7 et 365 jours par an :**

- ▶ Améliorer le bien-être
- ▶ S'adapter au changement
- ▶ Renforcer la résilience
- ▶ Fixer des limites saines
- ▶ Toute autre préoccupation



**1-800-634-6433**

[mylifematters.com](http://mylifematters.com)

Une aide à la vie, au travail, à la famille et au bien-être