

Bulletin d'information pour les champions du bien-être

FAVORISER UN CHANGEMENT SAIN

Mois de la littératie financière

Le mois de novembre est le Mois de la littératie financière — une excellente occasion de renforcer votre compréhension de la façon de gagner, gérer et faire fructifier votre argent. La santé financière est étroitement liée au bien-être général, et les recherches montrent que de nombreux Canadiens continuent de se sentir incertains quant à leur avenir financier.

Ce mois-ci, prenez de petites mesures pour développer vos connaissances, vos compétences et votre confiance en gestion financière. Explorez des ressources comme le portail Avantages sociaux et retraite, accédez à des programmes de formation financière ainsi qu'à un nouveau certificat, et profitez des offres WorkPerks conçues pour soutenir vos objectifs financiers.

Purolator Santé en action

En septembre, Purolator a eu l'honneur de recevoir deux prix prestigieux de l'organisme en santé et sécurité au travail (SST) : le prix Leader communautaire, remis à **Ashley Wood-Suszko**, ainsi que le prix **Or en santé et sécurité psychologiques**. Ces réalisations témoignent des efforts collectifs de tous les employés qui ont fait du bien-être une priorité et ont contribué à créer un milieu de travail plus sûr et plus sain.

Faits saillants de Purolator Santé!



Mur de la renommée du bien-être : Pleins feux sur Purolator Santé

Nous sommes fiers de souligner le travail d'**Ann-Marie Smith**, partenaire d'affaires, Ressources humaines, championne du mieux-être et intervenante en premiers soins en santé mentale. Ann-Marie encourage ses collègues à prioriser l'autosoin et le mieux-être, tout en contribuant à briser les stigmas et à créer un espace propice aux conversations ouvertes sur la santé mentale. Son engagement a permis de créer des occasions significatives pour que les gens se sentent soutenus et valorisés.

Calendrier de mieux-être

Découvrez ce qui se passera en novembre:

- Communication : L'art de donner de la rétroaction
- Les fêtes sans crédit
- La musique pour l'esprit
- Saviez-vous que le PAEF offre
- Mardi, on décroche
- Valeur de votre programme en milieu de travail
- Découvrez vos WorkPerks!
- Dates des appels en consultation budgétaire **nouveau**
4, 13, 20 et 27 novembre

Moment bien-être

MOMENTS BIEN-ÊTRE

ESPACE PROPRE, ESPRIT CLAIR

Un espace rangé peut apporter une grande sensation de calme. Prends 5 minutes aujourd'hui pour désencombrer ton bureau, ta voiture ou un coin douillet à la maison. Les petits gestes créent un environnement plus paisible qui soutient ton humeur, ta concentration et ton bien-être.



Ressources Additionnelles

Programme d'aide aux employés et à la famille

Bien-être international de Purolator

Rabais et promotions

 **TELUS** Santé

 **WELLNESS**

 **workperks**

JOIGNEZ-VOUS À NOTRE ÉQUIPE

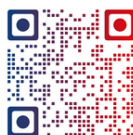
Pour en savoir plus ou pour vous joindre à notre équipe de direction, cliquez sur les boutons ci-dessous :



Purolator
Intervenants en
premiers soins
en santé mentale



Purolator
Champions
du bien-être



Nous contacter:

purolatorhealth@purolator.com

Visitez le site www.purolatorsante.com pour plus de renseignements et de ressources.