

**RENSEIGNEMENTS SUR LA COVID-19**

# **VOICI DE L'AIDE POUR VOUS**

---

**La pandémie de la COVID-19 a changé nos habitudes et l'adaptation n'a pas été facile. Pour personne. Si vous ou quelqu'un que vous connaissez se sent dépassés et a de la difficulté à s'adapter à ce qui se passe, vous pouvez obtenir de l'aide jour et nuit, 7 jours sur 7.**

**Visitez le site [alberta.ca/mentalhealth](https://alberta.ca/mentalhealth) pour trouver des ressources.**

*Alberta* 