

# Ressources en bien-être

Parce qu'il n'y a pas que le yoga qui peut aider!

- Information Canadienne en [santé mentale - TSPT](#)

## Liens intéressants

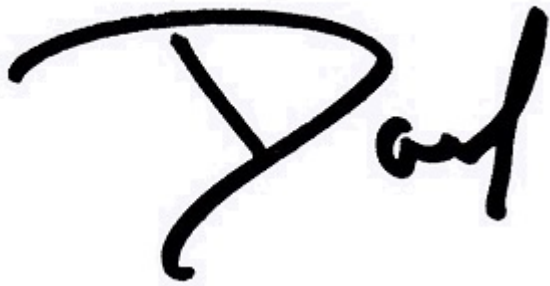
[+]

## Pages reliés à celle-ci

6 pages link to [RessourcesBienEtre](#)

- [TSPT](#)
- [Échelle d'ajustement social de Holmes et Rahe](#)
- [BG2](#)
- [Aide professionnelle](#)
- [RessourcesBienEtre](#)
- [InfoLettre Virabhadrana le grand guerrier du yoga et les chocs post traumatiques - la violence - la guerre](#)

Nous vous souhaitons tout le bonheur

A handwritten signature in black ink, appearing to be 'D. J.' or similar, written in a cursive style.