

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 