Suivi hebdomadaire

Date:

Comment te sens-tu aujourd'hui? (Encercle l'émoji qui correspond le mieux à ton humeur du moment.)



○ **En colère** ○ **Triste** ○ **Neutre** ○ **Heureux** ○ **Enthousiaste**

Y a-t-il une chose qui aurait pu mieux se passer la semaine dernière?

Quels sont tes objectifs pour cette semaine?

1.

2.

3.

Y a-t-il quelque chose dont tu aimerais me faire part?

Toutes les ressources du site Stratégies en milieu de travail sont accessibles à tous, sans frais, gracieuseté de la Canada Vie. Pour en savoir plus, visitez le **ssmcv.com**.

Stratégies en milieu de travail sur la santé mentale

canada vie MC

Canada Vie et le symbole social sont des marques de commerce de La Compagnie d'Assurance du Canada sur la Vie. F79-02527-10/24