

Info-Garanties

Nouvelles et mises à jour à l'intention
des participants de régime



SERVICE À LA CLIENTÈLE 21 mai 2020

Webinaires et outils gratuits pour vous aider à traverser la pandémie

Ressources pour favoriser votre bien-être – webinaires à venir

Voulez-vous découvrir les ressources sur la santé financière et mentale qui peuvent vous aider durant cette période de changements? Joignez-vous aux représentants de la Canada Vie lors des séances **Ressources pour favoriser votre bien-être**. Ces webinaires d'information gratuits porteront sur les services et le soutien offerts par la Credit Counselling Society et Stratégies en milieu de travail sur la santé mentale.

- Jeudi 28 mai à 19 h 30 HE (anglais) : [Assister au webinaire](#)
- Vendredi 29 mai à 11 h HE (anglais) : [Assister au webinaire](#)
- Vendredi 29 mai à 14 h HE (français) : [Assister au webinaire](#)
- Lundi 1^{er} juin à 11 h HE (français) : [Assister au webinaire](#)

Ces webinaires seront offerts sous forme d'événements en direct dans Microsoft Teams. Ils dureront une heure tout au plus, et vous pourrez envoyer vos questions au moyen du panneau Questions et réponses. Si vous prévoyez assister au webinaire sur votre appareil mobile, assurez-vous d'avoir téléchargé l'application Teams avant de cliquer sur le lien pour y accéder.

Nous aimerions beaucoup recevoir vos commentaires

Veuillez nous les faire parvenir en répondant à ce [court sondage](#) après avoir assisté au webinaire.

Enregistrement du webinaire sur la COVID-19 et l'épargne

Vous n'avez pas pu assister au webinaire **Gérer son épargne en période de volatilité**? Il n'est pas trop tard pour prendre connaissance des stratégies d'épargne et des conseils présentés par des représentants de la Canada Vie pour faire face à la volatilité des marchés. Ce webinaire vous aidera à vous sentir mieux préparé aux fluctuations des marchés et à comprendre comment garder le cap sur vos objectifs d'épargne à long terme. [Regarder le webinaire maintenant.](#)

Vous pouvez également regarder [cette vidéo](#) pour découvrir comment Accès SRC vous donne accès à votre régime de retraite et d'épargne collectif en quelques clics.

Info-Garanties

Nouvelles et mises à jour à l'intention
des participants de régime



Faites-nous part de vos commentaires

Si vous participez au webinaire, nous aimerions beaucoup que vous nous transmettiez vos commentaires en répondant à ce [court sondage](#).

Enregistrement du webinaire *Flatten your anxiety curve*

Si vous avez manqué le webinaire du 4 mai, *May the 4th be with you – flatten your anxiety curve* (Que la force soit avec vous : aplanissez votre courbe d'anxiété), vous pouvez encore le visionner! Dans ce webinaire, on répond aux questions sur la gestion des réalités de la vie en cette période de pandémie de COVID-19 et on donne des conseils à ce sujet. [Cliquez ici](#) pour le regarder. La version française de ce webinaire arrivera en fin de mai. Une fois disponible, nous le partagerons avec vous. Puisqu'il s'agit d'un événement en direct dans Microsoft Teams, assurez-vous de télécharger l'application Teams avant de cliquer sur le lien.

Rappels visuels pour favoriser votre santé mentale

Stratégies en milieu de travail sur la santé mentale a créé sept affiches pour favoriser votre bien-être mental. Vous pouvez les [télécharger](#), les imprimer et les afficher à la maison ou au bureau. Choisissez celles qui vous inspirent! Profitez-en aussi pour consulter les autres ressources de soutien offertes dans le site strategiesdesantementale.com.

L'information fournie dans ce bulletin Info-Garanties ne doit en aucun cas remplacer un avis médical ni des directives ou conseils officiels émis par vos autorités de santé publique ou votre collectivité locale ni s'y substituer. Nous vous encourageons à consulter le site Web de l'Organisation mondiale de la Santé et les sites Web des autorités de la santé de votre gouvernement provincial pour obtenir les informations les plus récentes et les plus fiables sur la situation du coronavirus dans votre région.