

Prenez le pouls de votre mieux-être global.



Maîtriser votre rapport à l'argent.

Le mieux-être financier ne consiste pas nécessairement à avoir plus d'argent. Il s'agit plutôt d'avoir une relation saine avec l'argent. Découvrez vos façons de penser à l'argent et apprenez comment vous pouvez améliorer votre santé financière.



Comprendre votre rapport à l'argent et l'améliorer.

Économiser beaucoup, dépenser intelligemment et investir le reste : les principes de base des finances personnelles semblent relativement simples. Les mettre en œuvre peut toutefois s'avérer plus complexe, même si vous comprenez leur fonctionnement.

[Lire la suite](#)



Comprendre l'incidence de vos relations sur vos finances.

Nos relations influent considérablement sur nos actions, y compris notre façon de dépenser. Découvrez pourquoi dépenser selon vos moyens est une façon saine d'aborder à la fois les relations et l'argent.

[Lire la suite](#)

Contenu exclusif pour les utilisateurs inscrits.



Comment se porte votre discipline financière?

[Accès à la section Soutien et ressources](#)

Le meilleur choix du mois.



Dix moyens de réduire votre stress financier dans les périodes difficiles.

[Accès à la section Soutien et ressources](#)

Grandes marques et économies substantielles grâce aux Avantages.

Profitez d'offres exclusives sur des marques qui favorisent votre mieux-être comme Marriott BonvoyMD, la carte American ExpressMD*, Motley Fool, TurboImpôt, et plus encore!



[Accéder aux offres](#)

Le programme de votre organisation ne comprend peut-être pas les Avantages. Si vous êtes incapable d'y accéder, consultez le programme d'avantages sociaux offert par votre organisation ou parlez à un représentant de votre service des Ressources humaines.



Autres éléments à explorer ce mois-ci.

- Joignez-vous à Caroline Codsí le 19 avril à 13 h (HE) pour une causerie virtuelle intitulée : **Ouvrir la voie à la défense de ses intérêts et au soutien des Arabes en milieu de travail.** Notre distinguée conférencière nous fera part de ce qui l'inspire au quotidien, des pressions nuancées que cette communauté vit au travail et dans l'ensemble de la société, et de ce que nous pouvons faire pour unir nos efforts afin de célébrer nos atouts et nous responsabiliser les uns les autres. [Inscrivez-vous dès maintenant.](#)
- Accédez au formulaire [Requête d'ordre général](#) pour obtenir de l'information sur la navigation dans l'appli ou le site Web, sur l'accès aux ressources en ligne ou sur les services de counseling.
- Explorez la section [Mieux-être](#) de l'appli pour vous sentir soutenu tout au long de votre démarche et comprendre votre état de santé actuel au moyen de nos évaluations, de nos défis ou de nos programmes.

Nous soutenons votre mieux-être global. Nous sommes à votre disposition en tout temps pour vous fournir des conseils et de l'assistance en toute confidentialité, par téléphone ou par l'intermédiaire de notre appli et de notre site Web.

Le programme de votre organisation ne comprend peut-être pas tous les services et toutes les composantes. Pour plus de détails, ouvrez une session, consultez le programme d'avantages sociaux offert par votre organisation ou parlez à un représentant de votre service des Ressources humaines.