



Nous avons tous une santé physique et mentale.
Elles sont d'importance égale et s'influencent mutuellement.



Les problèmes de santé mentale sont **la principale cause d'absentéisme** au travail.

1 personne sur 6 fera face à un problème de santé mentale au travail
à un moment donné de sa vie



mais **seulement un tiers d'entre elles demandera de l'aide et bénéficiera d'un traitement.**

Un lieu de travail mentalement sain permet de **réduire le nombre de blessures, de prendre de meilleures décisions et de motiver les employés.**



La santé mentale **évolue au fil du temps**,
c'est un continuum.