

DÉFI-SANTÉ DE LA SEMAINE

Afin de me préparer à la fête de la Saint-Valentin, je m'assure de prendre conscience de la qualité de mes relations interpersonnelles pour faire en sorte qu'elles soient saines. Qu'importe le type de relation (amoureuse, amicale, familiale), ou que je sois en couple ou non, j'y trace des limites raisonnables, j'y assure l'équilibre et j'en profite pour démontrer mon amour et mon amitié par un regard, un contact ou une action.



UNIVERSITÉ DE MONCTON
CAMPUS DE MONCTON

Service de santé et psychologie

