



### Prospérez avec le programme Soutien aux étudiants GuardMe. Votre bien-être est important !

Rehaussez votre expérience étudiante ! Obtenez un soutien confidentiel, des ressources et intégrez une communauté qui comprend. Embrassez votre bien-être !

Le soutien est disponible à tout moment du jour ou de la nuit, de n'importe où dans le monde !

#### Découvrez les bénéfices du PSE

- Soutien illimité en temps réel
- Rendez-vous planifiés
- Communauté de soutien entre pairs
- Accès confidentiel à des conseillers
- Références à des ressources sur le campus et dans la communauté
- Application gratuite avec plus de 100 ressources
- Appariement avec un conseiller répondant à vos besoins
- Soutien dans plus de 140 langues

#### Obtenez de l'aide pour tout problème scolaire, de santé ou de vie en général

- Gestion du stress
- Dépression et anxiété
- L'isolement social
- Mal du pays
- Problèmes de santé mentale
- Faire face à un traumatisme
- Problèmes familiaux
- Problèmes scolaires
- Et bien plus encore!

#### Accéder au soutien

- 1 Téléchargez l'application **Soutien aux étudiants** en scannant le code QR.
- 2 Appelez à tout moment, de n'importe où dans le monde.  
Au Canada et aux États-Unis **1-844-451-9700**  
Hors du Canada et des États-Unis **+1-416-380-6578**
- 3 Visitez [gmssp.org](http://gmssp.org)

