



AIDE-MÉMOIRE ET LIENS UTILES

Ressources disponibles

AIDE-MÉMOIRE

Aide-mémoire (340 ko)
Enseignement supérieur

[Télécharger le PDF](#)

Aide-mémoire (345 ko)
**Formation professionnelle
et éducation aux adultes**

[Télécharger le PDF](#)

Aide-mémoire (340 ko)
Primaire et secondaire

[Télécharger le PDF](#)

LIENS UTILES

Pour toute question liée à la santé, communiquer avec **Info-Santé 811**

En présence de signaux d'alerte : **se présenter à l'urgence ou appeler le 911**



Dépliant (864 ko)
**Institut national d'excellence en santé
et en services sociaux (INESSS)**

[Télécharger le PDF](#)



Vidéo de l'INESSS
**Symptômes fréquents, signaux d'alerte
et période de repos à observer**

[Visionner la vidéo](#)



Vidéo de l'INESSS
**Conseils pour la reprise graduelle
des activités intellectuelles,
physiques et sportives**

[Visionner la vidéo](#)