

**Claudie  
Mercier**

**Pascal  
Morrissette**

# Respire.

**Don't let  
your stress  
have the  
last word!**

Discover all our videos  
and resources




In collaboration with

Centre intégré  
de santé  
et de services sociaux  
des Laurentides

Québec 

Thank you to our partners

 TC Énergie

 FONDATION  
ROBERT PICHÉ

Nous aidons les organismes oeuvrant auprès des personnes qui ont une dépendance.



@tuaslederniermot