

# Communiqué COVID-19 Mesures préventives

**Lundi 20 avril 2020 – Direction de la santé publique - CISSS Montérégie-Centre –  
RLS Haut-Richelieu/Rouville**

Bonjour à vous,

La direction de la Santé publique Montérégie-Centre – Haut-Richelieu/Rouville propose deux petites vidéos qui ont été réalisées par la présidente de l'association des psychiatres. Vous pourriez les trouver intéressantes :

**Conserver de saines habitudes de vie** : <https://youtu.be/1iSjFtH9mOk>

**Maintenir sa santé mentale malgré l'isolement** : <https://youtu.be/v0g9gSvs080>