## Stand-Alone Email

**\*\*Please note: *YourCustomMindWellLink*** looks like “app.mindwellu.com/**customURL**”

**Subject:** Prenez le temps pour ce qui compte : Votre bien-être

Bonjour \_\_\_\_\_\_,

Saviez-vous que [Organization Name] vous donne accès à MindWell, une plateforme basée sur la science qui vous aide à passer du stress au calme en quelques minutes seulement ?

Des classes en direct à de courtes pratiques quotidiennes, MindWell vous offre des outils pratiques pour soutenir votre bien-être au travail et ailleurs.

* Pratiques de pleine conscience de 5 minutes
* Séances en direct animées par des experts
* Bibliothèque de vidéos sur demande
* Sans pression. Sans jugement. Juste du soutien.

Inscrivez-vous maintenant et commencez par une pause de 5 minutes pour vous recentrer. [app.mindwellu.com/customURL]

**Ce qui est à l'agenda**

Du Pilates pour la posture aux conseils pour un sommeil réparateur, en passant par la liberté financière et l'alimentation pour la santé mentale et la performance optimale, il y en a pour tous les goûts. Vous pouvez participer depuis n'importe quel appareil ou regarder les enregistrements plus tard dans la bibliothèque MindWell.

Que vous souhaitiez réduire le stress, mieux dormir ou vous sentir plus énergique, MindWell vous aidera à vous sentir au meilleur de votre forme.

Rejoignez MindWell dès aujourd'hui.

[app.mindwellu.com/customURL]

[Insert image of the Calendar]

## 