

# VOTRE PROGRAMME D'AIDE AUX EMPLOYÉS\* ET À LEUR FAMILLE (PAEF)

Il est maintenant plus facile d'atteindre  
vos objectifs santé et mieux-être



**COUNSELLING COACHING SOUTIEN**



**Human  
Solutions  
Humaines**

\* Dans le présent document, le masculin est employé comme genre neutre.

## VOUS AVEZ LE CHOIX UN COUNSELLING AU MOMENT QUI VOUS CONVIENT

Le counselling est accessible en personne, par téléphone ou en ligne, et vous est offert gratuitement. Nous avons des bureaux partout au pays et les rendez-vous sont accordés rapidement, au moment qui vous convient. Vous désirez obtenir un rendez-vous dans une certaine localité? Rencontrer un conseiller de sexe féminin ou masculin? À une heure particulière de la journée? Nous ferons de notre mieux pour combler vos désirs.

## SERVICE PROFESSIONNEL NOUS GARANTISSONS LA CONFIDENTIALITÉ DE VOS RENSEIGNEMENTS PERSONNELS

Homewood Solutions Humaines<sup>MC</sup> est une société canadienne digne de confiance établie depuis plus de trente ans, offrant le meilleur soutien possible à des clients comme vous. Tous nos clients sont assurés de bénéficier de la plus stricte confidentialité, dans les limites fixées par la loi. Votre identité ne sera révélée à qui que ce soit — pas même à votre employeur.

## APPELEZ-NOUS EN TOUT TEMPS

**1.866.398.9505**

Toll-Free English: **1.800.663.1142**

ATS : **1.866.433.3305**

Appels internationaux (frais virés acceptés) : **514.875.0720**

[www.homewoodsolutionshumaines.com](http://www.homewoodsolutionshumaines.com)

*Un service d'interprétation simultanée peut être mis en place au moment de votre appel initial.*

## COUNSELLING COACHING SOUTIEN

**1.866.398.9505**

Toll-Free English: **1.800.663.1142** ATS : **1.866.433.3305**

Appels internationaux (frais virés acceptés) : **514.875.0720**

[www.homewoodsolutionshumaines.com](http://www.homewoodsolutionshumaines.com)

SERVICES CONFIDENTIELS  
ACCESSIBLES EN TOUT TEMPS



## COUNSELLING POUR FAIRE FACE AUX DÉFIS DE LA VIE

Votre PAEF vous aide à prendre des mesures pratiques et efficaces pour améliorer votre qualité de vie et vous épanouir. Dans un environnement de soutien confidentiel et chaleureux, vous pouvez bénéficier du counselling dont vous avez besoin.

### COUNSELLING



Difficultés conjugales · Problèmes familiaux · Problèmes relationnels · Anxiété · Dépression · Dépendances · Stress  
Périodes de transition ou de changements importants dans votre vie · Autres difficultés personnelles

## INTELLIPLAN

### SERVICES DE COUNSELLING EN STYLE DE VIE

Obtenez des consultations de counselling ou de coaching pour une grande variété de questions relatives à la santé ou à la qualité de vie, ainsi que l'aide d'un spécialiste pour mieux gérer votre carrière.

#### ÉQUILIBRE DE VIE



Soutien parental

Soutien aux aidants naturels (aînés/enfants/conjoint)

Conseils juridiques

Conseils financiers

#### SANTÉ



Abandon du tabac

Gestion du poids

Nutrition

#### CARRIÈRE



Planification de carrière

Difficultés au travail

Planification de la retraite

Travail par quarts

## RESSOURCES EN LIGNE

### LA BONNE INFORMATION AU BON MOMENT

Vous êtes invité à consulter la section des services réservés aux membres de notre site Internet pour y trouver des cours en ligne, des outils interactifs, des questionnaires d'évaluation de la santé et du mieux-être, ainsi que des articles sur la santé, la conciliation travail-vie personnelle et le milieu de travail.