



Counseling  
Coaching  
Soutien

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

## Votre Programme d'aide aux employés\* et à leur famille (PAEF)



**Homewood**  
Health | Santé

## Service professionnel

**Nous garantissons la confidentialité de vos renseignements personnels.**

Homewood Santé<sup>MC</sup> est une société canadienne de confiance solidement établie offrant le meilleur soutien possible à ses clients, et ce, en toute confidentialité, dans les limites permises par la loi. Votre identité ne sera révélée à quiconque, pas même à votre employeur.

## Différentes options de counseling

**Un counseling adapté à votre mode de vie.**

Notre counseling est accessible en personne, par téléphone, par vidéo ou en ligne, sans frais pour l'utilisateur. Nous avons des bureaux partout au pays et les rendez-vous sont accordés rapidement, au moment qui vous convient. Vous avez une préférence quant au sexe du conseiller? À l'endroit et à l'heure du rendez-vous? Nous ferons de notre mieux pour combler vos désirs.

### IntelliPlan

#### Services de counseling en style de vie

Obtenez des consultations de counseling 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. Les services IntelliPlan sont accessibles par téléphone.

#### Santé



- Nutrition
- Changements au mode de vie
- Gestion du poids
- Abandon du tabac

#### Équilibre de vie



- Soutien parental
- Soutien aux aidants naturels (aînés/ enfants/conjoint)
- Solutions relationnelles
- Conseils financiers
- Conseils juridiques

#### Carrière



- Planification de carrière
- Difficultés au travail
- Planification de la retraite
- Travail par quarts

### Counseling

#### Faire face aux défis de la vie

Votre Programme d'aide aux employés et à leur famille vous aide à prendre des mesures pratiques et efficaces pour améliorer votre qualité de vie et vous épanouir. Nous offrons un milieu favorable, confidentiel et attentionné, et vous fournissons des conseils pour toutes les épreuves :

- Problèmes familiaux
- Difficultés conjugales
- Problèmes relationnels
- Dépendances
- Anxiété
- Dépression
- Transitions de vie
- Deuil
- Stress
- Autres difficultés personnelles

### Ressources en ligne

#### La bonne information au bon moment

Consultez monomeweb.ca en tout temps pour accéder à des cours en ligne, à des outils interactifs et à un outil d'évaluation de votre santé et de votre mieux-être ainsi qu'à une bibliothèque d'articles sur la santé, la conciliation travail-vie personnelle et le milieu de travail.

📄 Carte détachable de format portefeuille

  
**Homewood**  
Health | Santé

**1.866.398.9505**

ATS : 1.866.433.3305

Appels internationaux  
(frais virés acceptés) : 514.875.0720

monhomeweb.ca

**Programme d'aide aux employés et à leur famille**

Counseling | Coaching | Soutien

Services confidentiels | Accessibles en tout temps

### Nous contacter

**Communiquez avec nous en tout temps.**

**1.866.398.9505**

ATS : 1.866.433.3305

Appels internationaux (frais virés acceptés) : 514.875.0720

monhomeweb.ca