

## Domaines de counseling

- Couples et relations
- Famille et éducation des enfants
- Stress
- Anxiété
- Dépression
- Consommation de substances
- Soutien juridique et financier
- Chagrin et deuil
- Accompagnement en gestion et transition de carrière
- Gestion comportementale
- Alimentation et nutrition
- Stress professionnel
- Intimidation et harcèlement
- Crise et traumatisme



1 800 661-8193

24 HEURES PAR JOUR PARTOUT  
EN AMÉRIQUE DU NORD

[www.humanacare.com/syscofr](http://www.humanacare.com/syscofr)



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



# Programme d'aide aux employés et à leur famille

## Vous avez besoin de soutien?

### Nous pouvons vous aider.

HumanaCare favorise le maintien d'un équilibre sain entre vie personnelle et vie professionnelle pour assurer le bien-être personnel de tous. Notre Programme d'aide aux employés et à leur famille vous offre d'accéder immédiatement et en toute confidentialité à toute une gamme de programmes et soutiens, comprenant les éléments ci-dessous :

- Counseling axé sur les solutions à court terme
- Accompagnement professionnel en matière de bien-être et de santé
- HumanaLife™ – Portail de bien-être en ligne
- Counseling et accompagnement en gestion et transition de carrière
- Conseils juridiques
- Encadrement financier
- Soutien aux aînés et prestation de soins de santé
- Gestion du stress à la suite d'un incident grave
- Webinaires et présentations sur le bien-être
- Soutien pour l'abandon du tabac
- Explication du système de santé et soutien

## En quoi consiste la première étape?

Vous pouvez nous appeler tous les jours, 24 heures sur 24, au 1 800-661-8193 ou en demandant un rendez-vous de service en ligne au : <https://humanacare.com/rendezvous-de-service>. L'une de nos infirmières spécialisées dans nos champs d'expertise vous dirigera vers les services et les soutiens adaptés à votre situation.

## Que se cache-t-il derrière votre PAEF?

Votre PAEF offre un service de bien-être à tous les employés admissibles ainsi qu'aux membres de leur famille souhaitant y participer. De nombreuses personnes sont confrontées à des problèmes personnels et à des pressions dans leur vie quotidienne. Le soutien et les conseils de HumanaCare peuvent aider à trouver des moyens de relever ces défis de la vie.

## De quelle manière les services de counseling sont-ils offerts?

Nos services sont offerts par l'entremise d'une foule de moyens pour répondre aux exigences d'une vie bien remplie, y compris le counseling en personne, en ligne et au téléphone.

## Le programme est-il confidentiel?

Oui, tous les services de soutien offerts aux personnes souhaitant y avoir recours sont strictement confidentiels. Par conséquent, nous ne divulguons aucun de vos renseignements personnels à qui que ce soit sans avoir obtenu votre autorisation ou consentement exprès sauf en cas d'urgence médicale ou d'obligations juridiques exigeant la divulgation de ceux-ci ou si vous constituez un danger manifeste pour vous-même ou autrui.

## Quel est le coût de ce programme?

Ce programme vous est offert gratuitement. Le Programme d'aide aux employés et à leur famille de HumanaCare offre du soutien et des conseils gratuits aux employés admissibles et à leur famille. Nous offrons un certain nombre de séances cliniques en fonction de chaque individu pour l'aider à résoudre ses problèmes à court terme. S'il s'avère qu'une personne doit avoir recours à des services à long terme ou plus spécialisés, un conseiller de HumanaCare lui présentera les options qui s'offrent à elle.

## L'importance de la diversité et de l'inclusivité

Nos services et nos soutiens en matière de santé mentale offrent, entre autres, du soutien aux aînés et aux enfants, des séances de counseling fondées sur la foi et le multiculturalisme ainsi que des services spécialisés dans la santé autochtone offerts aux aînés. Notre réseau de conseillers vous permet de profiter de tout un éventail de conseillers au service des membres et de leur famille.

1-800-661-8193

24 HEURES PAR JOUR PARTOUT EN  
AMÉRIQUE DU NORD

[www.humanacare.com/syscofr](http://www.humanacare.com/syscofr)

