Programme d'aide aux employés (PAE)

Faites le premier pas. Demandez de l'aide. Sentez-vous mieux.

Vous pouvez compter sur votre programme d'aide aux employés et à la famille (PAEF) pour vous aider, vous et votre famille, à trouver des solutions à un large éventail de problèmes de la vie quotidienne.

Nos professionnels attentionnés vous aident à obtenir du soutien dans les domaines suivants :

- Mise en forme et santé physique
- Santé mentale
- Relations
- Nutrition
- Finances
- Soins aux aînés
- Droit

De nombreux moyens s'offrent à vous pour obtenir du soutien dès aujourd'hui, et ce, en toute confidentialité.

Vous et les membres de votre famille admissibles pouvez recevoir du soutien par téléphone, en personne, en ligne ou par l'entremise d'une variété de ressources en santé et mieux-être. Pour chacun de vos problèmes, vous pouvez obtenir une série de séances de counseling privées auprès d'un spécialiste. Vous pouvez aussi tirer profit de nos ressources en ligne pour vous aider à gérer votre santé et celle des membres de votre famille. Vous pourrez obtenir facilement et rapidement du soutien selon le mode de prestation qui correspond le mieux à vos préférences, à votre style d'apprentissage et à votre mode de vie.

TELUS Santé

Solutions à un large éventail de problèmes de la vie quotidienne

Laissez-nous vous aider :

Soutien en nutrition

- Gestion du poids
- Augmentation de l'énergie et de la résilience
- Hypercholestérolémie
- Hypertension
- Diabète
- Maladies du cœur

Optimiser votre mieux-être

- Stress
- Dépression
- Anxiété
- Colère
- Situations de crise
- Passages de la vie

Soutien financier

- Gestion des dettes et du crédit
- Établissement d'un budget
- Faillite
- Urgences financières
- Changements de situation

Soutien juridique

- Séparation et divorce
- Procès civil
- Garde d'enfant et pension alimentaire
- Testaments et planification successorale

Prendre soin de votre santé

- Connaître vos problèmes de santé
- Prévenir la maladie
- Gérer les symptômes
- Découvrir des stratégies naturopathiques
- Établir un plan d'action pour renforcer la santé

Gérer vos relations interpersonnelles et familiales

- Séparation et divorce
- Soins aux aînés
- Conflit interpersonnel
- Parentalité
- Familles reconstituées

Gérer un problème professionnel

- Équilibre travail et vie personnelle
- Conflit
- Planification de carrière
- Intimidation et harcèlement

Trouver des ressources en soins aux enfants et aux aînés

- Congé de maternité ou parental
- Adoption
- Services de garderie
- Parcours scolaire
- Programmes de jour pour adultes
- Foyers de soins infirmiers et résidences pour aînés

Vaincre une dépendance

- Alcool
- Tabac
- Drogues
- Jeu compulsif
- Autres dépendances
- Soutien après le rétablissement

Visitez-nous en ligne : www.homedepot.lifeworks.com

Appelez-nous sans frais en tout temps : 1-855-612-2883

Nom d'utilisateur : homedepot **Mot de passe :** HDCanada1!

TELUS Santé