



Programme d'aide aux employés expatriés : Soutien par des spécialistes – partout, en tout temps, toujours confidentiel.



En quoi le Programme d'aide aux employés expatriés (PAEE) consiste-t-il?

Si vous vivez à l'étranger, il peut être difficile de trouver un équilibre entre votre vie personnelle, familiale et professionnelle.

Le programme d'aide aux employés expatriés (PAEE), offert par votre employeur en collaboration avec TELUS Health, est un service de soutien professionnel et confidentiel qui peut vous aider, vous et vos personnes à charge (qui vivent avec vous à l'étranger ou non), à gérer une variété de problèmes personnels.

Les services du PAEE sont accessibles sans frais et en tout temps pour que vous puissiez obtenir du soutien lorsque vous en avez besoin.



Soutien du PAEE:

- Soutien fourni par des spécialistes locaux dans plusieurs langues
- Séances de counseling de courte durée centré sur la résolution de problèmes
- Professionnels expérimentés titulaires d'une maîtrise (ou reconnaissance équivalente)
- Cadre confidentiel à l'extérieur du milieu de travail
- Professionnels attentionnés qui vous aident à choisir le mode de soutien convenant le mieux à vos besoins et à votre style d'apprentissage

Peu importe la nature de votre problème, ou à quel point il vous paraît insurmontable, vous pouvez compter sur la vaste expérience de nos conseillers pour vous aider à trouver une solution positive.



Le PAEE peut vous aider dans les domaines suivants :

- Renforcer vos relations
- Améliorer la communication
- Mieux vivre avec la solitude
- S'adapter aux autres cultures
- Reconnaître un choc culturel et y faire face
- Gérer les répercussions d'un déménagement sur le plan personnel
- Composer avec le stress, l'anxiété et la dépression
- Gérer la consommation excessive d'alcool ou de drogues
- Résoudre des problèmes conjugaux et relationnels
- Trouver des solutions aux problèmes professionnels
- Trouver des services d'intervention post-traumatique ou de gestion de crise
- Découvrir des moyens d'améliorer votre alimentation dans votre nouvel environnement
- Prendre soin de votre santé au moyen de stratégies naturopathiques
- Réaliser vos objectifs personnels



Confidentialité

L'accès au PAEE et son utilisation sont strictement confidentiels. Aucun renseignement ne sera transmis à quiconque sans votre consentement écrit. TELUS Health est tenue, en vertu des normes internationales les plus élevées en matière de confidentialité et de protection des renseignements personnels, de protéger la vie privée des personnes qui utilisent ses services.



Accès gratuit

L'utilisation du PAEE est gratuite pour vous et vos personnes à charge. Le programme est payé par votre employeur. Peu importe votre problème, vous pouvez obtenir une série de séances de counseling par téléphone, en ligne ou en personne.

Si vous avez besoin d'une aide plus spécialisée ou de longue durée, votre PAEE vous aidera à trouver un service ou un spécialiste approprié. Bien que ces services additionnels soient à votre charge, un conseiller spécialisé examinera avec vous les options qui vous sont offertes ainsi que les coûts qui y sont reliés.



Comment accéder au PAEE

Vous et vos personnes à charge pouvez accéder de plusieurs façons à un soutien immédiat et confidentiel.

- Visitez notre site Web au **one.telushealth.com** pour obtenir du soutien ou prendre rendez-vous.
- Vous pouvez également nous téléphoner 24 heures sur 24, sept jours sur sept.



+1.309.820.3604 (en dehors des États-Unis : demander un appel à frais virés)

+1.800.433.7916 (aux États-Unis)

one.telushealth.com

Nom d'utilisateur:

Mot de passe: