



## Votre dossier

Les services suivants sont inclus dans votre plan de couverture :

Les employés du Centre de services scolaire de la Rivière qui détiennent un statut d'employé régulier, bénéficient, à compter du 1<sup>er</sup> juillet de chaque année, des services suivants :

### A) Services de psychothérapie, de conseiller d'orientation et de nutritionniste :

Cinq (5) consultations (environ 50 minutes par consultation)

### B) Services-conseils juridiques :

Une (1) consultation téléphonique par année incluse aux cinq (5) consultations autorisées dans la section A).

## Retrouver l'équilibre, un pas à la fois

Impact M s'occupe de votre santé globale depuis plus de 25 ans. Notre équipe rassemble plus de 700 professionnels aux quatre coins du Québec, qui placent l'humain au cœur de leurs interventions.

Contactez-nous en tout temps

Faites votre demande en ligne  
maintenant sur [impactmauricie.com](https://www.impactmauricie.com)

Contactez l'équipe par téléphone :  
1 888 340-3348

## Retrouver l'équilibre, un pas à la fois



**impact** **M**

Programme d'aide  
aux employés



## L'offre Impact M

- Professionnels spécialisés
- Service jour et nuit, tous les jours de l'année
- Retour d'appel en moins de 24 heures
- Traitement prioritaire des urgences
- Confidentialité assurée

## La confidentialité: au centre de nos priorités

Vous hésitez à recourir au PAE par peur que votre employeur apprenne que vous consultez ? Soyez rassuré(e) : en aucun cas ce dernier ne sera informé des services que vous utilisez.

- Votre cas est traité par numéro de dossier.
- Les consultations ont lieu à l'extérieur de votre milieu de travail.
- Les professionnels de notre équipe suivent un code de déontologie strict.

## Pourquoi utiliser le PAE?

Parce que tout le monde peut avoir besoin d'appui pour faire face aux accrocs de la vie, votre employeur met à votre disposition ce programme d'aide : sentez-vous libre d'en bénéficier. Impact M se chargera de trouver une personne-ressource pour vous.

- Vous rencontrez des difficultés dans votre milieu de travail : manque de motivation, conflit avec des collègues ou épuisement professionnel.
- Vous vivez une épreuve difficile, comme un deuil, une séparation ou une maladie grave.
- Vos relations avec les autres sont ardues ou vous avez du mal à résoudre les conflits.
- Votre vie de couple laisse à désirer ou vous vivez des difficultés sexuelles.
- Votre vie de famille présente de petits ou grands défis et vous souhaitez avoir de l'encadrement.
- Vous avez des problèmes de consommation (jeu compulsif, alcool, drogue, tabac, etc.).
- Votre situation de vie globale vous préoccupe et vous souhaitez amorcer des changements.
- Vous êtes anxieux(-euse) ou avez du mal à gérer votre stress.

## Prêt(e) à retrouver l'équilibre?

## À vous de jouer!

