

Conseils et services professionnels pour aider à résoudre divers problèmes liés au travail, à la santé et à la vie.



Dans un monde où tout va de plus en plus vite, vous pourriez trouver difficile de prendre soin de vous tout en conciliant vos responsabilités professionnelles et personnelles. Outre les séances de counseling, votre programme d'aide aux employés et à la famille (PAEF) peut vous aider à gérer les étapes et les complexités de la vie en vous offrant un soutien professionnel au moment où vous en avez besoin.

Les services travail-vie personnelle couvrent les domaines suivants :

Services de soutien à la famille

- Services de garde et programmes parascolaires
- Logements et résidences pour personnes âgées
- Adoption
- Groupes d'entraide pour les aidants naturels

Services de soutien en nutrition

- Perte ou gain de poids
- Augmentation des réserves énergétiques et résistance au stress
- Bien se nourrir sur le pouce
- Adaptation au travail par quarts

Services de soutien financier

- Gestion des dettes et du crédit
- Établissement d'un budget
- Aspects financiers d'une séparation ou d'un divorce
- Planification de la retraite

Services de naturopathie

- Équilibre travail et vie personnelle
- Prévention de la maladie
- Niveaux d'énergie
- Changements dans la cinquantaine

Soutien juridique

- Différends entre propriétaire et locataire
- Mandats et assignations à comparaître ou à témoigner
- Garde d'enfant et pension alimentaire
- Testaments et planification successorale

Fonctionnement

Les services travail-vie personnelle consistent en des consultations téléphoniques fournies par des professionnels.

La première séance peut comprendre une évaluation, de l'information, l'établissement d'objectifs et l'élaboration d'un plan d'action. Les séances suivantes permettent d'assurer que vous êtes en bonne voie pour atteindre vos objectifs.

Pour accéder par téléphone aux services du PAE, les employés peuvent composer les numéros sans frais ci-dessous :

Téléphone :

ATS :

Communiquez avec le PAE de Solutions Mieux-être LifeWorks pour obtenir en tout temps du soutien d'experts qualifiés. Pour utiliser les services de Solutions Mieux-être LifeWorks en ligne, consultez la page login.lifeworks.com ou téléchargez notre appli.

Nom d'utilisateur :

Mot de passe :