# EMPLOYEE ASSISTANCE PROGRAM

**PROGRAMME D’AIDE AUX EMPLOYÉS**

Helping you maintain and enhance organizational health and employee wellness

À votre service pour maintenir et améliorer la santé organisationnelle et le bien-être de vos employés

## What is your Employee Assistance Program?

It is a voluntary and confidential service, to help employees at all levels and in most instances family members who have personal concerns that affect their personal well-being and/or work performance.

**Is this therapy?**

This is a short-term problem-solving service and very often only a few sessions are required. If long-term help or a more specialized service is needed, a referral can be made, with consent, to a specialist in your community.

**What type of concerns?**

* marital and family
* interpersonal relations
* personal and emotional
* stress and burn-out
* work-related (employees and managers)
* related to addiction
* critical incident stress
* conflict at work or home
* grief, etc.

**Qu’est-ce que votre Programme d’aide aux employés?**

C’est un service volontaire et confidentiel pour venir en aide aux employés de tous les niveaux, et dans la majorité des cas aux membres de la famille immédiate, qui vivent des préoccupations personnelles qui peuvent affecter leur bien-être personnel et/ou leur rendement au travail.

**Est-ce une thérapie?**

C’est de l’intervention à court terme et souvent quelques séances suffisent. Lorsqu’une aide à plus long terme ou spécialisée est requise, un aiguillage peut être fait vers une ressource professionnelle appropriée.

**De quels genres de préoccupations s’agit-il?**

* familiales et conjugales
* relations interpersonnelles
* personnelles et émotives
* stress et burn-out
* reliées au travail (employés et gestionnaires)
* reliées à une dépendance
* stress suite à un incident critique
* conflit au travail ou familial
* le deuil, etc.

**Any other concerns that affect or could affect personal well-being and/or work performance.**

**Toute autre préoccupation susceptible d’affecter le bien-être personnel et/ou le rendement au travail.**

Accredited by / Accrédité par

**How to contact the Employee Assistance Program**

This is a voluntary program. Any individual wishing to talk to a Mental Health Professional or make an appointment can contact the Employee Assistance Program, 24 hours a day, 365 days a year.

### Who offers these services?

Employee Assistance Services (EAS) use professional counsellors to provide these services to thousands of individuals.

With over 20 years of experience, Employee Assistance Services continues to assure a professional service of high quality.

### What is the cost of the Employee Assistance Program?

The cost of the program is paid for by your employer.

If you need specialized or longer term help, your counsellor will refer you to an appropriate professional resource.

The cost of these specialized services are the responsibility of the employee. However, some of these services are covered by your insurance plan.

### Is the Employee Assistance Program confidential?

Yes!

The success of an Employee Assistance Program is based on its confidentiality. Professional counsellors are bound by their code of ethics to guarantee confidentiality.

### Comment prendre contact avec le Programme d’aide aux employés

C’est un programme volontaire. Tout individu désirant parler à un professionnel de la santé mentale ou voulant prendre

rendez-vous peut communiquer avec le Programme d’aide aux employés, 24 heures par jour, 365 jours par année.

### Qui offre ces services?

Les Services d’aide aux employés (SAE) utilisent des conseillers professionnels pour offrir leurs services à des milliers d’individus.

Avec une expérience de plus de 20 ans, les Services d'aide aux employés continuent d'assurer un service professionnel de haute qualité.

### Quel est le coût du Programme d’aide aux employés?

Le coût du programme est défrayé par votre employeur.

Si vous avez besoin d’aide plus spécialisée ou à plus long terme, votre conseiller vous dirigera vers une ressource professionnelle appropriée. Ces services spécialisés sont aux frais de l’employé. Toutefois, certains de ces services sont couverts par votre régime d’assurance.

### Le Programme d’aide aux employés est-il confidentiel?

Oui!

Le succès d’un Programme d’aide aux employés dépend de son caractère confidentiel. Les conseillers ont un code d’éthique qui protège l’aspect confidentiel des rencontres.

**For more information or for an appointment, call:**

**1-800-268-7708**

**1-800-567-5803**

**24 hours a day, 365 days a year.**

[www.healthcanada.gc.ca/eas](http://www.healthcanada.gc.ca/eas)

**Pour des renseignements supplémentaires ou pour fixer un rendez-vous, téléphonez au:**

**1-800-268-7708**

**1-800-567-5803**

**24 heures par jour, 365 jours par année.**

[www.santecanada.gc.ca/sae](http://www.santecanada.gc.ca/sae)