



J'AIDE MES PARENTS AGÉS

Ils ont besoin de moi, je culpabilise de ne pas y aller **autant qu'ils** aimeraient.

Quelles solutions puis-je trouver ?

Je me sens fatigué, **j'ai** du mal à gérer. À qui puis-je parler ?

J'AI ÉTÉ TÉMOIN D'UN ACCIDENT

Je **n'ai pas su** quoi faire, je me sens coupable. Qui peut m'aider ?



J'ai peur de reprendre le volant. Vais-je arriver à surmonter cette situation ?



JE ME SENS À BOUT DE FORCES

J'ai souvent des insomnies, je déprime. Que faire pour dormir ? à qui puis-je me confier ?

Au travail, je **m'isole** et je **m'angoisse**. Comment faire pour m'en sortir ?

SERVICE CONFIDENTIEL
D'ACCOMPAGNEMENT
ET DE SOUTIEN

0801 01 10 10

Service & appel
gratuits

SERVICE ACCESSIBLE
24H/24 ET 7J/7

IRCEM
Prévoyance

Met à votre disposition un service
d'accompagnement et de soutien

DANS LE CADRE
DU SERVICE IRCEM +

**UN RENFORT POUR VOUS
SOUTENIR EN CAS DE COUP DUR**

ASSISTANT MATERNEL
DU PARENT EMPLOYEUR



IRCEM
Prévoyance



UN SOUTIEN, UNE ÉCOUTE, DES RÉPONSES

Dans le cadre du service IRCCEM +

Nous vous proposons un service pour vous apporter un soutien, une écoute et des réponses à vos problématiques notamment pour répondre aux situations de fragilités diverses que vous pouvez rencontrer dans votre quotidien.



SOUCIEUX D'ACCOMPAGNER AU MIEUX SES ASSURÉS, L'IRCEM PRÉVOYANCE VOUS PROPOSE UN RENFORT EN CAS DE COUP DUR

Vous êtes amenés à rencontrer des événements dans votre vie professionnelle ou personnelle qui peuvent affaiblir votre bien-être et votre quotidien :

- Stress/Surcharge de travail,
- Perte d'un proche,
- Évènement traumatique,
- Accident,
- Difficultés familiales,
- Séparation,
- Maladie,
- Handicap...

Grâce à notre expertise dans l'accompagnement, nous trouverons ensemble des solutions afin **d'agir** sur votre situation et vous mettre en relation avec des acteurs de proximité.

En complément, selon la situation et avec votre accord nous pouvons vous orienter vers un service **d'écoute** et d'accompagnement psychologique (avec un praticien psychologue pris en charge par l'IRCEM Prévoyance).

JULIE ASSISTANTE MATERNELLE



Je suis aidante de ma maman et je travaille beaucoup, **j'ai énormément de mal** à concilier les deux, je **n'arrive pas à** sortir la **tête de l'eau...**

Mon conseiller IRCCEM + m'a permis de mettre en place des services de soutien à domicile pour maman (aide ménagère, portage des repas, auxiliaire de vie).

Il **m'a orienté vers** la cellule **d'accompagnement renforcé** pour ce type de situation qui **m'a aidé à** prendre du recul sur la situation et à déculpabiliser.



UN SOUTIEN, UNE ÉCOUTE, DES RÉPONSES

0801 01 10 10 Service & appel gratuits

SERVICE ACCESSIBLE
24H/24 ET 7J/7