



## 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