

Que se passe-t-il dans votre vie ?

Lorsque vous êtes faites face à des défis, ICAS, a Lyra Health Company, peut vous aider. Des professionnels attentionnés sont disponibles 24 heures sur 24, 7 jours sur 7, 365 jours par an, pour vous aider, vous et les personnes à votre charge, à résoudre vos problèmes, grands et petits.

Appelez-nous ou consultez notre site Web pour bénéficier de l'assistance d'experts dans les domaines suivants :

Stress

- Quelles sont les techniques de relaxation ?
- Mon emploi du temps est toujours surchargé. Aidez-moi !

Bien-être

- Je veux commencer une routine d'exercice physique.
- Comment puis-je commencer à mieux m'alimenter ?
- Il est temps que j'arrête de fumer.

Consommation de substances

- Je crains de trop boire.
- Que faire si mon enfant se drogue ?

Soins aux enfants et aux personnes âgées

- J'ai besoin d'une bonne garde d'enfants correspondant à mon emploi du temps.
- J'envisage d'accueillir un enfant. Par où dois-je commencer ?
- Mes parents âgés vivent loin. Quelles sont les ressources disponibles pour les aider ?

Détresse émotionnelle

- Parfois, je suis triste et je ne sais pas pourquoi.
- Je m'inquiète plus que je ne le voudrais.

Relations

- Je veux mieux m'entendre avec mon compagnon.
- Comment puis-je gérer un collègue difficile ?
- Mon enfant se comporte mal et je ne sais pas quoi faire.

Finances

- Je veux acheter une maison. De combien ai-je besoin pour commencer ?
- Que puis-je faire pour régler mes problèmes de dette ?

Assistance juridique

- Je suis en litige de garde d'enfant.
- Comment mettre en place une procuration pour un parent âgé ?



Vie



Bien-être



Famille



Travail

Nos services sont les suivants :

Gratuit

- Les services fournis par ICAS ne coûtent rien.
- ICAS propose 12 séances de conseil gratuites par personne et par an, dans le cadre du Programme d'assistance aux employés.
- Les services sont offerts aux personnes âgées de 16 ans et plus.

Confidentiel

- Toute information que vous partagez est confidentielle, sauf lorsque votre sécurité ou celle d'une autre personne est compromise.

Disponible 24 h/24, 7 j/7, 365 j/an – Commencez aujourd'hui

- Pour commencer, appelez le 0800 88 084. Si vous êtes à l'étranger, appelez le +32 2 89 75005 pour parler à un consultant qui répondra à votre appel et vous posera quelques questions afin de mieux comprendre le type de soutien dont vous avez besoin. Vous serez ensuite transféré(e) au professionnel approprié. Vous n'avez pas besoin de donner votre nom, mais vous devrez indiquer pour quelle entreprise vous travaillez.
- Pour obtenir des ressources en langue locale, accédez au ICAS Hub à l'adresse app.icas.health, ou recherchez ICAS Hub dans l'application ou le Play Store. Accédez au ICAS Hub avec le mot de passe de la société : VMware ou consultez www.lyrahealth.com (pour les ressources en anglais uniquement).

Quel que soit le problème, ICAS, a Lyra Health Company, peut vous aider à créer une solution.