

Hvad sker der i dit liv?

Når du står over for udfordringer, kan ICAS, en Lyra Health Company, hjælpe dig. Omsorgsfulde fagfolk står til rådighed 24 timer i døgnet, 7 dage om ugen, 365 dage om året, for at hjælpe dig og dine pårørende med at løse både store og små problemer.

Ring, eller besøg os online for at få eksperthjælp til:

Stress

- Hvilke afslapningsteknikker findes der?
- Min kalender er altid overfyldt. Hjælp!

Velvære

- Jeg vil gerne starte på at dyrke motion.
- Hvordan kan jeg begynde at spise bedre?
- Ønsker rygestop.

Stofmisbrug

- Jeg er bange for, at jeg drikker for meget.
- Hvad skal jeg gøre, hvis mit barn tager stoffer?

Børne- og ældrepleje

- Jeg har brug for god børnepasning, der passer ind i min kalender.
- Jeg overvejer at tage et barn i pleje. Hvor skal jeg starte?
- Mine aldrende forældre bor langt væk. Hvilke ressourcer er tilgængelige til at hjælpe dem?

Følelsesmæssige bekymringer

- Af og til er jeg trist, og jeg er ikke sikker på hvorfor.
- Jeg syntes, jeg bekymrer mig for meget.

Forhold

- Jeg ønsker at komme bedre ud af det med min partner.
- Hvordan håndterer jeg en vanskelig kollega?
- Jeg har problemer med mit barn, og ved ikke, hvad jeg skal gøre.

Økonomi

- Jeg vil gerne købe et hus. Hvor meget skal jeg bruge for at komme i gang?
- Hvad kan jeg gøre ved mine gældsproblemer?

Juridisk

- Jeg er i en tvist om forældremyndighed.
- Hvordan opretter jeg en fuldmagt for en ældre forælder?



Liv



Velvære



Familie



Arbejde

Vores tjenester:

Gratis

- Der er intet gebyr for tjenester leveret af ICAS International.
- ICAS tilbyder 12 gratis EAP-rådgivningssessioner pr. person, pr. år.
- Tjenester er tilgængelige for personer, der er 16 år eller ældre.

Fortroligt

- Alle oplysninger, som du deler, er fortrolige, undtagen når din eller en anden persons sikkerhed er i fare.

Tilgængelig døgnet rundt hele året – Kom i gang i dag

- Ring på 27649070 for at komme i gang. Hvis du er i et andet land, bedes du ringe på +45 276490 70 for at få fat i en konsulent som vil besvare dit opkald og stille dig et par spørgsmål for at få en bedre forståelse af den type støtte, du har brug for. Derefter vil du blive viderestillet til den relevante fagperson. Du behøver ikke at oplyse dit navn, men du skal fortælle, hvilken virksomhed du arbejder for.
- For ressourcer på lokalt sprog skal du tilgå ICAS Hub på [app. icas.health](https://app.icas.health) eller søge efter ICAS Hub i appen eller i Play Butik. Få adgang til ICAS Hub med virksomhedens adgangskode: VMware, eller besøg vmware.lyrahealth.com (kun for engelske ressourcer).