

# Votre vie. Votre travail. Votre pleine forme.®

## Votre programme GuidanceResources®

Parfois, la vie peut sembler accablante. Cependant, elle n'a pas à l'être. Votre programme GuidanceResources® de ComPsych® offre des services de consultation en toute confidentialité, des conseils d'experts et des ressources précieuses pour vous aider à relever tous les défis de la vie, petits ou grands.

La vie comporte son lot de défis.

Nous pouvons vous aider.

Services de soutien confidentiels en tout temps.

**AECOM**

**COMPSYCH®**  
GuidanceResources® Worldwide

### Services :

#### Soutien émotionnel confidentiel

- Anxiété, dépression, stress
- Deuil, perte et adaptations à la vie
- Conflits relationnels/conjugaux

#### Soutien au travail et au mode de vie

- Soins aux enfants, aux aînés et aux animaux de compagnie
- Déménagement et relocalisation
- Hébergement et aide gouvernementale

#### Conseils juridiques

- Divorce, adoption et droit familial
- Testaments, fiducies et planification successorale
- Consultation gratuite et représentation locale à frais réduits

#### Ressources financières

- Planification de la retraite, impôts
- Déménagement, hypothèques, assurance
- Établissement d'un budget, dette, faillite et bien plus

#### Assistance numérique

- Bénéficiez de services de consultation, de soutien en matière de conciliation travail-vie personnelle ou autres
- Accédez à un éventail d'articles, de balados, de vidéos et de diaporamas
- Améliorez vos compétences grâce à des formations à la demande

#### Outils numériques interactifs

- La plateforme Koa Care 360, basée sur une application, propose des programmes de santé guidés
- Combattez l'anxiété, la dépression et le stress
- Améliorez votre pleine conscience, la qualité de votre sommeil, et plus encore



Assistance en direct en tout temps :

Téléphone : 1 866 501.7962

Service de relais téléphonique : composez le 711



En ligne : [guidanceresources.com](https://www.guidanceresources.com)

Application : GuidanceNow<sup>SM</sup>

ID Web : AECOM

