

NOS PROFESSIONNELS : Coach, conseiller financier, juridique ou en orientation, nutritionniste, psychoéducateur, psychologue, psychothérapeute, sexologue et travailleur social

- **Enjeux professionnels**
Adaptation aux changements, épuisement professionnel, harcèlement, information scolaire ou professionnelle, insatisfaction de la tâche, perte d'emploi, relation interpersonnelle, réorientation, etc.
- **Enjeux conjugaux**
Communication, difficultés relationnelles, divorce, intimité, séparation, violence, etc.
- Enjeux familiaux**
→ Aidant naturel, difficultés scolaires, famille reconstituée, maladie, relation parent/enfant, trouble d'apprentissage, trouble de comportement, TDAH, violence, etc.
- **Enjeux personnels**
Communication, confiance en soi, crise, deuil, estime de soi, étape de vie, gestion des émotions, isolement (solitude), risque suicidaire, stress, trouble du sommeil, etc.
- **Dépendances**
Abus de substances ; alcool, drogue, médicament, cyberdépendance ou jeux compulsifs, dépendance affective, etc.
- **Enjeux reliés à la santé psychologique**
Anxiété, dépression, phobie, psychose, traumatisme, trouble d'adaptation, trouble de la personnalité, etc.
- **Enjeux reliés à la santé physique**
Accident, andropause, handicap, maladie, retour au travail après une longue maladie ou un accident, ménopause, etc.
- **Enjeux reliés à la nutrition**
Perte ou gain de poids, programme de santé nutritionnelle, trouble alimentaire, trouble physique (cholestérol, colite ulcéreuse, diabète, hypertension, maladie de Crohn...), etc.
- **Enjeux financiers (téléphonique si hors Québec)**
Budget, difficultés financières, faillite, planification de retraite, etc.
- **Enjeux juridiques (téléphonique)**
Droit civil, criminel ou familial ; garde partagée, pension alimentaire, divorce, conduite avec facultés affaiblies, etc.

MON PAE

4 heures de consultation par employé/étudiant, renouvelées tous les 1er janvier.

Incluant **1 heure** téléphonique pour conseils juridiques.

Consultez votre PAE sur **mon-pae.ca** pour connaître vos services. Code d'accès Internet : **802-ENAP**