Entrar em contacto

A linha de ajuda do seu Programa de Assistência ao Empregado está disponível 24 horas por dia, 365 dias por ano.

Telefone:
800 81 96 70

Telefone do estrangeiro:
00 351 309 86 72 80

www.icaslifestyle.com

Em qualquer hora e lugar – aceda às iniciativas em linha sobre saúde e bem-estar onde quer que esteja. ICASLifestyle está repleta de artigos especializados, vídeos e "podcasts" para o ajudar a gerir os desafios da vida do dia-a-dia.

Nome do utilizador: xxxxx
Palavra-passe: xxxxx

© Copyright 2012 AXA ICAS. All rights reserved.
Information is accurate at the time of writing. 13/001

O seu Programa de Apoio ao Empregado

Quando não tiver em quem se apoiar, nós estaremos aqui para ajudá-lo

Apoio gratuito e confidencial sempre que o necessite

ICAS

Apoio e orientação gratuitos, confidenciais e imparciais

Todos sabemos que a vida por vezes nos pode apresentar desafios. Dificuldades como doença, dívidas, problemas familiares e de saúde fazem-nos sentir preocupados e ansiosos. É por isso que o seu Programa de Apoio ao Empregado oferece a si e à sua família orientação e apoio especializado em qualquer tipo de questões – desde assuntos do dia-a-dia aos mais sérios problemas de bem-estar.

Talvez tenha dificuldades em dormir, sinta-se pressionado no Trabalho ou não esteja seguro dos seus direitos legais e necessite de alguém com quem falar. A nossa equipa de assessores, psicólogos e consultores profissionais dão-lhe um acesso fácil ao tipo correto de apoio e orientação – sempre que dele necessite.

O nosso portal na Internet, ICASLifestyle, está repleto de informações sobre uma grande variedade de assuntos relacionados com a vida para responder a todas as suas perguntas sobre saúde e bem-estar – desde sugestões para melhorar a sua condição física e alimentar-se de modo saudável até orientação sobre relacionamento familiar, gestão do "stress" e resolução de conflitos. O portal também apresenta vídeos e "podcasts" sobre manter-se saudável e está disponível em várias línguas.

O Programa de Apoio ao Empregado é da responsabilidade da ICAS International, que é completamente independente, e que tratará sempre a sua informação pessoal com total confidencialidade.

O seu Programa de Apoio ao Empregado

- **Aconselhamento para apoio emocional e psicológico**
- **Orientação prática e apoio em assuntos legais, financeiros, familiares e laborais**
- **Orientação online sobre saúde e bem- estar**

Para si e para a sua família imediata

Fale connosco

Que tipo de ajuda posso obter?
Pode contactar o seu Programa de Apoio ao Empregado para todos os tipos de problemas sobre bem-estar.

- Os nossos consultores especializados podem ajudá-lo em problemas que afetem o seu bem-estar ou saúde psicológica tais como, questões de "stress", luto ou relacionamento.
- Os nossos consultores sobre relação trabalho/vida pessoal oferecem informações práticas e imparciais sobre assuntos do dia-a-dia. Em resumo, pode utilizar este serviço para debater as suas preocupações ou fazer perguntas sobre qualquer situação em que se encontre, desde uma simples situação do dia-a-dia até acontecimentos importantes da vida - tais como lidar com dívidas, direitos do consumidor, questões de condominio e problemas familiares.
  Não lhe será dado aconselhamento legal mas sim modos de tomar uma decisão informada sobre como prosseguir.

Só tem de nos telefonar e informá-lo-emos sobre o tipo de orientação e apoio que podemos oferecer.

Que acontece quando telefono?
Quando telefonar, ser-lhe-ão feitas algumas perguntas para que o consultor possa ter uma melhor ideia sobre o tipo de apoio que necessita para o transferir para a pessoa correta. Se não quiser não precisa de dar o seu nome mas tem de indicar o nome da empresa para que trabalha.

Quantas vezes poderei telefonar?
Não há limite para o número de vezes que pode contactar o seu Programa de Apoio ao Empregado. Pode telefonar com a frequência que quiser – o serviço está disponível 24 horas por dia.

Que informações são dadas a conhecer ao meu empregador?
A sua empresa não saberá que contactou o Programa de Apoio ao Empregado. Mas será benéfico para as empresas, se conhecerem os tipos gerais de problemas sobre os quais os seus empregados nos contactam. De vez em quando a sua empresa receberá estatísticas sobre o número de empregados que chamaram sobre os diferentes tipos de assuntos tais como, problemas de relacionamento, dívidas e pressão no trabalho. Estes valores não identificarão nenhum indivíduo.

Mais alguém saberá que contactei o Programa de Apoio ao Empregado?
Não. O Programa de Apoio ao Empregado é completamente confidencial e não o identificará pessoalmente. No entanto, em muito raras ocasiões em que uma pessoa possa representar um risco grave para si própria ou para outras pessoas, ou em situações em que a ICAS International está legalmente obrigada a fazê-lo, pode haver necessidade de informar terceiros como, por exemplo, os serviços de emergência.