

## Qui est PSYA ?

Créé en 1997, le cabinet Psya, habilité IPRP (Intervenant en Prévention des Risques Professionnels) propose le premier service professionnel spécialisé dans l'écoute, le soutien et l'accompagnement psychologique par téléphone et Internet.

L'indépendance de Psya assure son impartialité. La qualification de ses équipes (psychologues cliniciens diplômés) garantit éthique, anonymat et confidentialité.

Psya est certifié AFAQ ISO 9001 – version 2008 pour son « centre d'écoute psychologique ». Aujourd'hui, plus d'un million de salariés bénéficient en France d'un numéro dédié et gratuit leur permettant d'accéder 7j/7 et 24h/24 au centre d'écoute psychologique Psya.



Appeler gratuitement un psychologue  
24h/24 7j/7

Par téléphone :

**0 800 40 10 54** Service & appel gratuits

Par internet (mail/chat) :

**www.psy.fr**  
ESPACE BÉNÉFICIAIRES

Nom d'utilisateur : cdg50  
Mot de passe : cdg50

- Disposez d'une écoute et d'un suivi psychologique personnalisé de manière anonyme et confidentielle.
- Si nécessaire, vous êtes orienté vers un psychologue membre de notre réseau proche de votre domicile.
- Les deux premières consultations en face à face sont prises en charge.

Nous mettons gratuitement à votre disposition un service d'écoute et de soutien psychologique anonyme et confidentiel, accessible 7j/7 et 24h/24.



Service d'écoute, de soutien  
et d'accompagnement  
psychologique

ANONYME ET CONFIDENTIEL

en partenariat avec  
**Psya**  
votre partenaire  
RPS & QVT



Allô Sérénité



GRAS SAVOYE

Service d'écoute, de soutien et d'accompagnement dispensé par les psychologues cliniciens du cabinet Psya.

## POURQUOI UTILISER LE SERVICE ?

Pour être accompagné dans un moment difficile de sa vie professionnelle ou personnelle.

Certains événements de la vie peuvent altérer votre bien-être et votre qualité de vie.

Dans ces moments, une écoute attentive et professionnelle est efficace et utile.

Si vous rencontrez des difficultés professionnelles (tensions, stress, difficultés relationnelles...) ou personnelles (divorce, maladie, deuil, dépendances...).

Les psychologues de Psya vous aident à mieux gérer ces situations difficiles.



## QU'EST-CE QUE L'ÉCOUTE ET LE SOUTIEN PSYCHOLOGIQUE ?

Accessible par téléphone 7j/7 et 24h/24, le service est mis à votre disposition gratuitement.

Un psychologue clinicien\* vous répond de manière entièrement ANONYME et CONFIDENTIELLE.

Les principaux objectifs de ce service sont de :

- vous offrir une écoute dans des moments difficiles, professionnels comme personnels ;
- mieux cerner les éléments qui déclenchent la détresse
- mettre des mots sur certaines émotions
- vous informer, vous orienter et vous accompagner vers des solutions appropriées à votre situation,
- retrouver un meilleur équilibre.

Une prise en charge financière de 2 consultations en face à face, si nécessaire, auprès de psychologues proches de votre domicile.

Écoute, soutien  
et accompagnement  
psychologique

**0 800 40 10 54**

Service & appel  
gratuits

www.psy.a.fr

Espace Bénéficiaires

Nom d'utilisateur : cdg50

Mot de passe : cdg50



## COMMENT UTILISER LE SERVICE ?

Comment y accéder ?

Le service est accessible 7j/7 et 24h/24

- par téléphone au

**0 800 40 10 54**

Service & appel  
gratuits

- ou par internet (mail/chat), en vous connectant sur

www.psy.a.fr

Espace Bénéficiaires

Nom d'utilisateur : cdg50

Mot de passe : cdg50

Vous pouvez appeler à tout moment, dès que vous en ressentez le besoin, de votre lieu de travail ou de votre domicile.

Qui peut appeler ?

Vous : agent, encadrant,... et vos proches.

En parler tôt pour en parler à temps :

- Surcharge de travail, climat organisationnel instable, conflits interpersonnels, objectifs mal définis, harcèlement, ...
- Difficultés familiales, violence, divorce, maladie, solitude, deuil, ...
- Dépendances : tabac, alcool, médicaments, alimentation, ...