

Tem muito em que pensar?

Fale sobre isso!

Programa de apoio EAP

Aconselhamento sobre questões psicológicas, financeiras ou jurídicas



Anónimo,
confidencial



Gratuito



Acessível
24/7

Quando somos confrontados com dificuldades, estas têm frequentemente um impacto no nosso bem-estar e na nossa saúde mental.

O **Programa de Assistência aos Trabalhadores (EAP)** é um **serviço de aconselhamento externo** que o ajuda a enfrentar desafios privados e profissionais, e a encontrar uma solução.

Não importa se tem questões sobre assuntos **psicológicos, financeiros ou jurídicos**: o contacto é gratuito com psicólogos, consultores financeiros e advogados qualificados, e realiza-se por telefone ou online, sendo totalmente **anónimo e confidencial**. Estão disponíveis cinco sessões de aconselhamento por questão, mas o número de questões para as quais utiliza o serviço é ilimitado.

Naturalmente, o seu chefe, o Departamento de RH ou uma pessoa de confiança também estão sempre disponíveis para uma reunião pessoal como ponto de contacto interno.



Tem muito em que pensar?

Fale sobre isso!

Quer saber mais sobre os temas que o serviço abrange? Damos aqui alguns exemplos:

Pessoais

- Medos e incertezas;
- Conflitos no local de trabalho;
- Lidar com o stress;
- Dificuldades e conflitos na vida privada;
- Desafios parentais;
- Crises, por exemplo, mortes e acidentes;
- Comportamento aditivo, por exemplo, em relação a cigarros, álcool e outras drogas.

Legais

- Questões contratuais, ações judiciais;
- Processos judiciais (sem representação jurídica);
- Compra ou venda de bens imobiliários;
- Execução de hipoteca, despejo;
- Preocupações relativas ao arrendamento e à situação de vida;
- Perda do cartão de crédito;
- Herança, dívida;
- Reclamações, por exemplo, danos físicos.

(Nota: o direito do trabalho não está incluído)

Financeiros

- Dívidas ou situações financeiras difíceis;
- Impostos;
- Crédito/ empréstimos;
- Hipotecas;
- Apoio aos filhos;
- Investimentos;
- Mudança ou divisão da propriedade.



Encontra-se numa situação de emergência e precisa de apoio imediato?

Ligue para o ponto de contacto central do EAP através do número **800 180 358**, informe-o que trabalha para a PreZero Portugal, e descreva a sua situação. Em caso de emergência, receberá apoio telefónico imediato de especialistas qualificados.

Os seus dados estão protegidos:

A PreZero não recebe qualquer informação sobre quem utiliza o serviço de aconselhamento ou sobre os conteúdos abordados.

Para aceder à plataforma:

- É proibido utilizar o email corporativo;
- Deve ser utilizado um e-mail anónimo, sem nome e que não seja rastreável;
- Aconselha-se os colaboradores a utilizar um pseudónimo, ao invés de colocar o seu nome verdadeiro.

Antes de utilizar o serviço, leia as diretrizes relativas à privacidade dos dados e o aviso de privacidade em www.24eap.com. A CGP Europe Kft. pode enviar-lhe os documentos mediante pedido. Pode enviar o seu pedido para **eap@cgpeu.com**.

A CGP Europe Kft. é o responsável pelo tratamento de dados do programa. No âmbito deste programa de apoio EAP, os dados pessoais dos intervenientes são recolhidos pela CGP Europe Kft. De acordo com as diretrizes de privacidade de dados e as informações sobre privacidade de dados, estes dados são tratados e transmitidos com o consentimento voluntário, informado e expresso do utilizador.

Como é que funciona?



Ligue para o ponto de contacto central da EAP através do número **800 180 358** e informe que trabalha para **PreZero Portugal**.



Descreva a sua preocupação ao agente. Permanece anónimo e não necessita de dizer o seu nome verdadeiro.



O agente seleciona o conselheiro, especialista ou psicólogo mais adequado para o ajudar.



O conselheiro entra em contacto consigo no prazo de dois dias úteis, utilizando o número de telefone disponibilizado por si.



Em conjunto, decidem quando será realizada a primeira sessão de aconselhamento (no prazo de cinco dias), por telefone ou pessoalmente, em caso de problemas psicológicos.



O conselheiro está disponível para o ajudar, num máximo de cinco sessões. Em seguida, é-lhe pedido que dê feedback sobre a sua satisfação com o serviço (anónimo e voluntário).



Contactos:

Por telefone, através do número **800 180 358**

- Disponível 24 horas por dia, todos os dias do ano.

EAP Chat App

- Disponível nas plataformas Android e iOS.

Plataforma EAP em www.24eap.com

- Aqui pode encontrar vídeos e artigos sobre vários temas que o podem ajudar;
- Registe-se com um endereço de e-mail para poder aceder aos conteúdos do site.

Para utilizar a oportunidade, ser-lhe-á pedido que indique a sua entidade patronal. Neste caso, indique **PreZero Portugal.**