

Bienvenue sur ce *Jeudi de la Prévention* dédié à **Pros-Consulte**.

Comme certains le savent déjà, il s'agit d'une « plateforme d'écoute et de soutien téléphonique ».

Mais concrètement, **pourquoi cette plateforme nous concerne tous ?** Pour y répondre, je vous propose une foire aux questions que l'on débute dès maintenant :

► En quoi consiste ce dispositif ?

A un instant de nos vies nous pouvons tous rencontrer une difficulté liée au monde professionnel ou à notre vie privée. Peu importe la situation que nous vivons, nous avons tous un jour besoin d'une écoute pour vider notre sac bien trop plein.

Et les psychologues de Pros-consulte sont au bout du fil pour répondre, conseiller et orienter avec bienveillance dans ces moments de vie.

► De quoi peut-on parler avec les professionnels de la plateforme ?

Stress, isolement, addiction, fatigue, couple, famille, discrimination, handicap, deuil, alimentation, conflit...
Tous les sujets qui peuvent nous toucher dans notre quotidien (professionnel et/ou privé) peuvent être abordés avec les psychologues de la plateforme.

Pour les plus craintifs : avec Pros-consulte, il ne s'agit pas de suivre une thérapie.

Toutefois, cette plateforme existe pour pouvoir nous libérer de nos maux lorsque l'on rencontre une situation ponctuelle qui vous angoisse ou nous fait douter.

► Comment peut-on bénéficier de la plateforme ?

7 jours sur 7 et 24 heures sur 24 vous pouvez joindre des psychologues au numéro communiqué sur vos téléphones professionnels, que vous pouvez également retrouver affiché dans l'antenne de votre secteur. Ce numéro est réservé à la branche de l'aide à domicile et les appels sont entièrement gratuits depuis un poste fixe ou un portable.

► Appeler n'est pas évident ?

Aucun problème, Pros-consulte est également accessible par messages. Pour cela, il faut se rendre sur le site de la plateforme dont voici le lien internet : <https://www.pros-consulte.com/>.

Ce site vous permettra de voir en direct les psychologues disponibles et de choisir celui qui correspond le mieux à votre besoin grâce à un descriptif :

- De ses spécialités.
- Des langues dans lesquelles vous pouvez échanger.
- De ses diplômes.

Une application « Pros-consulte » est également téléchargeable sur Android ou IOS, elle vous donnera la possibilité de vous mettre en relation avec les professionnels sans avoir besoin de renseigner le numéro à chaque utilisation de l'application, la première connexion suffira.

► Est-ce que le recours à la plateforme est anonyme ?

Absolument. Ni votre nom, ni votre numéro de téléphone ne seront conservés.

Également : vous n'avez absolument aucune obligation d'informer votre employeur que vous utilisez ce dispositif. Au contraire, cette plateforme est indépendante de l'association, aucun salarié d'Ain Domicile

Services ne sera jamais informé du contenu ou de la fréquence des échanges que vous avez avec les professionnels de la plateforme.

Les seules missions de notre association par rapport à Pros-Consulte : vous informer que cette plateforme existe et surtout lever les blocages que vous pouvez avoir sur son utilisation.

Pour compléter ce *Jeudi de la Prévention*, vous trouverez dans cet onglet de notre site internet la plaquette de communication de la plateforme qui résume les informations données ci-dessus. Elle est également disponible à l'antenne de votre secteur sous forme de dépliant ou affichée sur les murs des bureaux.

Belle journée à tous,

Solène KOCH

Chargée de Prévention

Ain Domicile Services