

Votre métier vous fait vivre des situations qui peuvent engendrer des troubles anxieux, des troubles de l'humeur et d'autres troubles nuisibles à la santé. Le régime d'assurance collective de l'APPQ vous encourage à prendre soin de votre santé que ce soit au travail ou dans votre vie personnelle. Voici l'entraide et les services qui sont disponibles.

PARFOIS, DEMANDER DE L'AIDE FAIT DU BIEN

La Vigile, maison d'entraide et de ressourcement pour agents et agentes de la paix

La Vigile est un organisme sans but lucratif qui offre de nombreux services :

- > Aux intervenants en situation d'urgence comme vous.
- > À votre famille.
- > À toute autre personne dont la situation vous affecte.

Service téléphonique **confidentiel** disponible 24 heures sur 24, offert par des **spécialistes** dans le domaine de la **santé** et de la **criminologie**.

Soir et nuit : 1 888 315-0007

De 8 h à 17 h : 581 742-7001

www.lavigile.qc.ca

Depuis 2012
L'APPQ
a versé plus de
un million \$
à la Vigile pour
ses membres.

En cas de thérapie fermée, le régime de l'APPQ rembourse depuis le 1^{er} juillet 2014 **144 \$ par jour**, pour un maximum de 28 jours de thérapie. Pour vous aider davantage, le régime remboursera **150 \$ par jour** à compter du **1^{er} juillet prochain**. De plus, les consultations externes sont entièrement remboursées.

Le Programme d'aide au personnel (PAP) et à la famille

Le PAP offre un soutien à vous et aux membres de votre famille pour composer avec les difficultés touchant le travail, la santé et la vie en général. Plusieurs services sont disponibles, n'hésitez pas à les contacter.

Service téléphonique **confidentiel** disponible 24 heures sur 24

1 800 931-5151

DES PROTECTIONS QUI FONT DU BIEN

Rappelons que le régime d'assurance collective de l'APPQ vous offre des protections pour prévenir, maintenir ou rétablir votre santé. Depuis le 1^{er} janvier 2015, l'APPQ a veillé à augmenter les montants remboursables des protections suivantes :

Psychologue et travailleur social :

Option II : remboursement : **80 %**, maximum combiné de **1 000 \$** par année par personne pour ces deux spécialistes.

Option III et IV : remboursement : **90 %**, maximum combiné de **1 000 \$** par année par personne pour ces deux spécialistes.

Acupuncteur, chiropraticien, ergothérapeute, massothérapeute, orthothérapeute, ostéopathe, physiothérapeute, podiatre, thérapie de la parole et thérapie de l'ouïe :

Option II : remboursement : **80 %**, **45 \$** admissibles par visite, maximum combiné de **1 000 \$** par année par personne pour l'ensemble de ces spécialistes (incluant les radiographies par un spécialiste).

Option III et IV : remboursement : **90 %**, **45 \$** admissibles par visite, maximum combiné de **1 000 \$** par année par personne pour l'ensemble de ces spécialistes (incluant les radiographies par un spécialiste).

N'hésitez pas à utiliser ces protections, elles sont là pour votre bien-être.

N'hésitez pas à communiquer avec l'APPQ au **450 922-5414, poste 7** pour toute question relative à votre régime d'assurance collective.