



### J'AIDE MES PARENTS AGÉS

Ils ont besoin de moi, je culpabilise de ne pas aller les voir autant qu'ils aimeraient.

Quelles solutions puis-je trouver ?

Je me sens fatigué, j'ai du mal à gérer. À qui puis-je parler ?

### J'AI ÉTÉ TÉMOIN D'UN ACCIDENT

Je n'ai pas su quoi faire, je me sens coupable. Qui peut m'aider ?



J'ai peur de reprendre le volant. Vais-je arriver à surmonter cette situation ?



### JE ME SENS À BOUT DE FORCES

J'ai souvent des insomnies, je déprime. Que faire pour dormir ? à qui puis-je me confier ?

Au travail, je m'isole et je m'angoisse. Comment faire pour m'en sortir ?

## SERVICE CONFIDENTIEL D'ACCOMPAGNEMENT ET DE SOUTIEN

N°Cristal

09 69 32 73 00

APPEL NON SURTAXE

du lundi au vendredi de 9h à 18h

[www.mfpservices-filomaide.fr](http://www.mfpservices-filomaide.fr)

Rubrique « être appelé(e) » par un conseiller  
Rubrique « poser une question »  
7 j / 7 - 24 h / 24



Met à votre disposition un service  
d'accompagnement et de soutien

Membres de l'Union MFP Services



Partenaire



# filomaide

## UN SOUTIEN, UNE ÉCOUTE, DES RÉPONSES



Un service proposé par



Gestion du Risque et Prévention des agents de la Fonction publique

59-61 bis rue Pernety – 75014 Paris

[contact@mfpservices.fr](mailto:contact@mfpservices.fr)

Organisme régi par le code de la Mutualité  
n°775 682 156



**filomaide**

**UN SOUTIEN, UNE ÉCOUTE,  
DES RÉPONSES**

Nous vous proposons un service pour vous apporter un soutien, une écoute et des réponses aux aléas de la vie notamment pour répondre aux situations de fragilités diverses que vous pouvez rencontrer dans votre quotidien.



**UN NOUVEAU SERVICE À VOTRE ÉCOUTE** PROPOSÉ PAR MFP SERVICES,  
VOTRE GESTIONNAIRE RISQUES ET PRÉVENTION DU RÉGIME OBLIGATOIRE  
DES AGENTS DE LA FONCTION PUBLIQUE

**Vous êtes amenés à rencontrer des événements qui peuvent impacter votre quotidien :**

- Stress,
- Évènement traumatique,
- Accident,
- Difficultés familiales,
- Séparation,
- Maladie,
- Handicap,
- ...

**Nos conseillers vous accompagnent afin de trouver avec vous des solutions pour agir sur votre situation et vous mettre en relation avec des acteurs de proximité.**

En complément, selon la situation et avec votre accord nous pouvons vous orienter vers un service d'écoute et d'accompagnement psychologique à distance (avec un praticien psychologue pris en charge par MFP SERVICES).



**JULIE, 47 ans  
Fonctionnaire**

**Je suis aidante de ma maman  
et je travaille beaucoup,  
j'ai énormément de mal  
à concilier les deux,  
Je ne m'en sors pas...**

**Mon conseiller FILOMAIDE m'a permis  
d'exposer ma problématique et m'a  
orienté vers la cellule  
d'accompagnement psychologique  
pour ce type de situation qui m'a aidé à  
prendre du recul et à déculpabiliser.**

**UN SOUTIEN, UNE ÉCOUTE, DES RÉPONSES**

**N°Cristal**

**09 69 32 73 00**

APPEL NON SURTAXE

**[www.mfpservices-filomaide.fr](http://www.mfpservices-filomaide.fr)**