



CONSULTATIONS PSYCHOLOGIQUES

Dans le cadre du budget 2024, le Conseil Départemental de l'Action Sociale de Maine-et-Loire (CDAS) a décidé de poursuivre la prestation offerte aux agents actifs des Finances de Maine-et-Loire de **consulter gratuitement un psychologue, jusqu'à 3 séances prises en charge sur une année.** 30 consultations ont ainsi été prévues en 2024 au profit de tous les agents du département qui en éprouveraient le besoin.

La délégation de l'Action Sociale a donc renouvelé la convention passée avec un **psychologue clinicien**, installé dans la périphérie d'Angers.

Ce professionnel reçoit en séance individuelle (cabinet ou visioconférence) et anime également des groupes. Les **outils** qu'il utilise sont la TCC (thérapie cognitivo-comportementale), l'EMDR, la sophrologie et la méditation de pleine conscience.

Les **domaines** dans lesquels ce psychologue peut intervenir sont vastes, relatifs à tout mal-être, souffrance psychique, difficulté à faire face ou besoin de soutien :

- les addictions
- la gestion du stress, de l'anxiété, des angoisses, des phobies
- l'accompagnement dans la maladie
- l'accompagnement dans les passages difficiles de la vie (deuils, difficultés familiales, couple, enfants, adolescents, parents...)
- les difficultés relationnelles
- la dépression etc...

Quelques séances seulement peuvent être utiles pour dénouer une situation, sortir d'une impasse, acquérir des outils de gestion.

Enfin, ce dernier est tenu aux règles de déontologie de sa profession et donc soumis au **secret professionnel.**

Important : cette prestation a pour but d'offrir un soutien ponctuel aux agents en difficulté et n'entre pas dans le cadre d'un suivi psychologique de longue durée. Pour ce motif, cette prestation est désormais proposée aux agents **sur un maximum de deux années consécutives.** Ainsi un agent ayant bénéficié de trois consultations deux années d'affilée ne pourra pas bénéficier de cette prestation la troisième année.

Sous cette réserve, pour **prendre rendez-vous** vous devez consulter la délégation (02-41-74-52-71 ou par mail : actionsociale.49@finances.gouv.fr) qui vous communiquera les coordonnées de ce professionnel.

Délégation départementale de l'action sociale
cité administrative Bâtiment C – Porte 6
49047 ANGERS CEDEX
Tél. 02 41 74 52 71 /73
Messagerie : actionsociale.49@finances.gouv.fr