



Canada - Avantages



Table des matières

VOS AVANTAGES, VOTRE BIEN-ÊTRE.....	3
GREEN SHIELD CANADA	3
IM WELLNESS.....	3
RÉGIME DE RETRAITE	3
BESOIN DE CHOISIR OU DE MODIFIER VOS GARANTIES?	3
FAIRE AVANCER LES CHOSES.....	4
LIENS RAPIDES	4
ADHÉSION	5
Quoi de neuf en 2024?	6
Admissibilité.....	8
Aperçu des garanties	9
Comment souscrire?	10
SOINS DE SANTÉ.....	13
Soins de santé	14
Soins dentaires	20
Trouvez ce qui vous convient	22
ARGENT	24
Régime de Retraite	25
Régime d'actionariat des salariés	28
Assurance vie et assurance décès et mutilation accidentels	29
CONGÉS	33
Congés rémunérés	34
Congés autorisés	38
Invalidité	39
BIEN-ÊTRE.....	42
Programmes de Bien-être.....	43
Bien-être financier	44
Ressources de mieux-être.....	45
Soutien au bien-être émotionnel des femmes	48
Réduction sur l'inscription au gym	49
ADVANTAGES LIÉS AU TRAVAIL.....	50
Programme de réductions	51
Aide à l'éducation.....	52
Aide à l'adoption	54

RESSOURCES.....	55
Green Shield Canada	56
Contacts	57
Documents	60
PROGRAMMES DE BIEN-ÊTRE.....	61
IM Wellness	62
Changer pour la vie	64
CONGÉS AUTORISÉS	66
Congés autorisés personnels.....	67
Congé légal	68

VOS AVANTAGES, VOTRE BIEN-ÊTRE

Iron Mountain offre une gamme d'avantages et de ressources pour soutenir votre bien-être et celui de votre famille.

[Quoi de neuf en 2024](#)

GREEN SHIELD CANADA

Avez-vous besoin d'aide pour vos prestations de soins de santé et de soins dentaires? Green Shield Canada peut répondre à vos questions au sujet de votre couverture, vous aider à présenter des demandes et plus encore.

[Demander de l'aide](#)

IM WELLNESS

Iron Mountain s'engage à créer une culture de la santé et du bien-être à travers le programme IM Wellness. Le programme offre des ressources et des outils pour vous aider, vous et votre famille, à atteindre vos objectifs en matière de santé.

[En savoir plus](#)

RÉGIME DE RETRAITE

Vos objectifs de retraite ne se réaliseront pas tout seuls. Découvrez dès aujourd'hui comment planifier votre avenir à long terme.

[Découvrir](#)

BESOIN DE CHOISIR OU DE MODIFIER VOS GARANTIES?

Si vous en êtes à vos tout débuts chez Iron Mountain ou que vous avez vécu un événement marquant vous donnant droit à une prestation, vous disposez de 30 jours à compter de la date de l'événement pour choisir ou modifier vos garanties.

[En savoir plus](#)

FAIRE AVANCER LES CHOSES

[Trouver un fournisseur de soins de santé](#)

[Voir la couverture des médicaments sur ordonnance](#)

[Ajouter une personne à charge à ma couverture](#)

[Prendre un congé autorisé](#)

LIENS RAPIDES

Contacts

Accédez aux contacts pour votre régime de soins de santé, d'assurance vie, d'aide aux études et plus encore.

[EN SAVOIR PLUS](#)

Congés rémunérés

Travaillez fort et amusez-vous tout autant. Prenez des congés lorsque vous avez besoin de vous reposer et de vous ressourcer.

[EN SAVOIR PLUS](#)

Programme d'aide aux employés (PAE)

Obtenez de l'aide pour surmonter les épreuves de la vie 24 heures sur 24, 7 jours sur 7.

[EN SAVOIR PLUS](#)

Global HR Service Support

Obtenez des réponses aux questions générales sur les garanties.

[EN SAVOIR PLUS](#)

ADHÉSION

Quoi de neuf en 2024?

Découvrez ce qui change et ce qui reste inchangé en ce qui concerne vos prestations pour l'année prochaine.

CHANGEMENTS POUR 2024

Nous sommes déterminés à vous offrir des avantages sociaux compétitifs pour répondre à vos besoins et à ceux de votre famille. Nous continuerons à offrir les mêmes avantages, ainsi que quelques nouvelles améliorations. Cependant, il y aura quelques augmentations de coûts. Assurez-vous de passer en revue les nouvelles améliorations et les changements de coûts ci-dessous afin de comprendre ce que cela signifie pour vous et votre famille. Tous les changements entrent en vigueur le 1er janvier 2024, sauf indication contraire.

Couverture des médicaments sur ordonnance

À compter du **1er janvier 2024**, les médicaments antiobésité seront admissibles à une couverture selon l'option du régime **Essentiel**. La plupart des médicaments antiobésité nécessitent une [préautorisation](#) et votre quote-part liée au médicament sur ordonnance ainsi que tout maximum s'appliquant à l'état de santé global restent les mêmes (le cas échéant). Des détails supplémentaires concernant les limites de remboursement existantes sont disponibles dans la brochure d'avantages la plus récente.

Cela signifie qu'à compter du **1er janvier 2024**, la couverture des médicaments antiobésité continuera de faire partie du régime d'avantages sociaux; cependant, les limites de remboursements uniques existantes selon le régime Standard seront éliminées. Les limites de remboursement selon le régime Premium ne changent pas (illimitées en ce moment).

Programme IM Wellness

Le programme IM Wellness peut vous aider à vous concentrer sur votre bien-être physique, mental, social et émotionnel. [Découvrez comment le programme peut vous aider à atteindre vos objectifs en matière de bien-être.](#)

METTRE À JOUR VOS BÉNÉFICIAIRES EN LIGNE

La période d'adhésion libre est le moment parfait pour vérifier que vos données sont à jour. Prenez quelques minutes pour vous connecter à [myMAP](#) et ajouter vos bénéficiaires dans le système. Cela permettra à votre famille de recevoir votre prestation d'assurance vie le plus rapidement possible si jamais quelque chose vous arrivait.

Pour mettre à jour vos bénéficiaires:

1. Connectez-vous à [myMAP](#).
2. Sélectionnez « Mes prestations Canada ». Ensuite, cliquez sur la flèche pointant vers le bas à côté de l'icône de personne et sélectionnez « Bénéficiaires » dans le coin supérieur droit de l'écran. Indiquez les membres de votre famille que vous souhaitez désigner comme bénéficiaires et attribuez un pourcentage de votre assurance vie à chacun d'entre eux.
3. Une fois la liste terminée, sélectionnez « Enregistrer les modifications ».

EN SAVOIR PLUS

Nous proposons des avantages complètes, quelle que soit l'étape de la vie à laquelle vous vous trouvez. Vous pouvez voir toutes les avantages dont vous bénéficiez en tant qu'employé d'Iron Mountain dans notre [Aperçu des avantages](#).

Admissibilité

Voici les personnes qui ont droit aux prestations. Choisissez celles qui seront couvertes.

L'ESSENTIEL

Les prestations auxquelles vous pouvez être admissible dépendent du type d'emploi que vous occupez, à temps plein ou à temps partiel. Vous pouvez inscrire des personnes à charge, mais elles doivent satisfaire à certaines conditions. Prenez le temps d'examiner toutes les informations pour pouvoir décider à qui vous voulez accorder ces prestations.

Vous

- Si vous êtes un employé permanent à temps partiel ou à temps plein d'Iron Mountain et que vous travaillez **21 heures ou plus par semaine**.
- Si vous êtes un employé d'Iron Mountain et que vous faites partie de l'unité de négociation, vous devez vous conformer à la convention collective en ce qui concerne tous les programmes liés aux prestations. (Pour obtenir plus d'informations, veuillez contacter votre représentant syndical.)

Conjoint/Partenaire

Votre conjoint en droit ou partenaire (de même sexe ou de sexe opposé) est admissible. Votre conjoint est la personne à qui vous êtes légalement marié; votre partenaire est la personne avec laquelle vous cohabitez en union de fait depuis au moins un an.

Enfants

- Vos enfants non mariés de moins de **21 ans**.
- Vos enfants non mariés âgés de **21 à 26 ans**, s'ils sont étudiants à temps plein à l'université.
- Vos enfants non mariés, adoptés légalement, les enfants du conjoint ou les enfants dont vous êtes la famille d'accueil qui vivent avec vous, et les enfants de votre partenaire qui vivent avec vous. (Les petits-enfants ne sont pas admissibles.)
- Vos enfants non mariés, quel que soit leur âge, s'ils sont principalement à votre charge et incapables de subvenir à leurs besoins en raison d'un handicap mental ou physique. (Le handicap doit être apparu avant l'âge de 26 ans).

Êtes-vous un nouvel employé?

La plupart de vos prestations prennent effet 30 jours après votre date d'embauche, mais cela dépend du temps passé chez Iron Mountain. Reportez-vous à l'[Aperçu des garanties](#) pour savoir quand vos prestations prennent effet.

Aperçu des garanties

Nous offrons une gamme de garanties pour répondre à vos besoins et à ceux de votre famille.

APERÇU

Si vous êtes un employé d'Iron Mountain permanent à temps plein ou à temps partiel qui travaille 21 heures ou plus par semaine*, vous avez droit aux prestations suivantes, en fonction du temps passé chez Iron Mountain.

Directement à l'embauche

- [Programme d'aide aux employés \(PAE\)](#)
- [Régime de retraite de la société Iron Mountain Canada](#)
- [Perkopolis](#)
- [Réduction sur l'inscription au gym](#)

Après 30 jours d'emploi continu

- [Soins de santé](#)
- [Soins dentaires](#)
- [Assurance vie et assurance décès et mutilation accidentels \(DMA\)](#)

Après 90 jours d'emploi continu

- [Assurance invalidité](#)

Après au moins six mois d'emploi continu

- [Régime d'actionnariat des employés**](#)
- [Aide à l'adoption \(employés à plein temps uniquement\)](#)
- [Programme de remboursement des droits de scolarité](#)

* Les règles d'admissibilité pour les employés d'Iron Mountain faisant partie du syndicat peuvent être différentes. Veuillez vous reporter à votre convention collective ou contacter votre représentant syndical pour obtenir plus d'informations.

** Vous devez avoir plus de cinq mois de travail prévus par an pour être admissible.

Comment souscrire?

Souscrire est très facile. Découvrez tout ce que vous devez savoir pour souscrire à vos avantages sociaux.

QUAND VOUS POUVEZ SOUSCRIRE

Voici comment fonctionne l'adhésion en fonction de votre situation.

Adhésion Libre

Pendant les périodes d'adhésion libre

Quand souscrire

- À l'automne

Quand vos choix prennent effet

- Le 1^{er} janvier de l'année suivante

Nouvellement Admissible

Quand vous devenez nouvellement admissible aux prestations

Quand souscrire

- Dans les 30 jours suivant votre date d'embauche (ou la date à laquelle vous avez droit aux prestations)

Quand vos choix prennent effet

- Trente jours après votre date d'embauche (ou la date à laquelle vous avez droit aux prestations)

Evenement Marquant Admissible

En raison d'un événement marquant admissible

Quand souscrire

- Vous ne pouvez modifier vos prestations en dehors de la période d'adhésion libre que si vous vivez un événement marquant admissible, comme un mariage, une naissance, un divorce ou une diminution ou une augmentation des prestations en dehors d'Iron Mountain. Vous devez apporter les changements dans les 30 jours suivant l'événement, ou attendre la période d'adhésion libre suivante ou un autre événement marquant admissible.

Quand vos choix prennent effet

- À la date de l'événement marquant admissible

LISTE DE VÉRIFICATION D'ADHÉSION

Pour être sûr de choisir la couverture qui correspond à vos besoins et à ceux de votre famille :

1. Consultez ce site.

Examinez les informations sur ce site et déterminez quels seront vos besoins cette année.

2. Examinez les modalités des couvertures de soins de santé et de soins dentaires

Examinez les modalités des couvertures de [soins de santé](#) et de [soins dentaires](#).

ADHÉSION

1. Visitez le site [myMAP](#).
2. Sélectionnez Mes Avantages Canada. (Si vous apportez des changements en raison d'un événement marquant admissible, après avoir sélectionné Mes Avantages Canada, cliquez sur la flèche pointant vers le bas à côté de l'icône de personne pour sélectionner Événements marquants dans le coin supérieur droit de l'écran. Vous pourrez alors choisir l'événement marquant correspondant à votre situation.)
3. Allez à Choisir Les Avantages et suivez les instructions.

[Souscrire maintenant](#)

Renoncer à l'assurance de soins de santé et de soins dentaires

Vous pouvez **renoncer à l'assurance de soins de santé ou de soins dentaires** si vous avez la preuve que vous êtes couvert par un autre programme (par exemple, par l'intermédiaire d'un conjoint ou d'un partenaire). Si vous choisissez d'y renoncer, vous ne pourrez souscrire à l'assurance de soins de santé et de soins dentaires que lors de la prochaine période d'adhésion libre ou si vous vivez un événement marquant admissible.

Pour toute question, contactez Global HR Service Support à irmHR.NAM@ironmountain.com ou appelez le **855 462-7547**.

Vous êtes un nouvel employé?

Si vous ne souscrivez pas dans les 30 jours suivant votre date d'embauche, vous souscrirez par défaut aux régimes Essentiel, en ce qui a trait aux soins de santé, et Préventif, en ce qui a trait aux soins dentaires, pour l'assurance réservée aux employés. Vous ne pourrez pas modifier vos choix avant la prochaine période d'adhésion libre, à moins que vous ne viviez un événement marquant admissible.

CONTACTS

Global HR Service Support

Administration et informations générales

855.IM.ASK.HR (855 462-7547)

irm.service-now.com/mymap

irmHR.NAM@ironmountain.com

SOINS DE SANTÉ

Soins de santé

Vous avez le choix entre trois options de régime de soins de santé : Essentiel, Standard et Premium.

APERÇU

[Green Shield Canada](#) est le fournisseur de ces trois régimes. Lorsque vous comparez les options, tenez compte de vos besoins en matière de santé:

- À combien se sont élevés vos frais de soins de santé l'année dernière?
- Avez-vous des blessures ou des maladies chroniques qui nécessitent des traitements fréquents?
- Votre époux (épouse) ou conjoint (conjointe) dispose-t-il (elle) d'un régime de soins de santé? Pouvez-vous coordonner vos prestations pour assurer un remboursement à 100 %?

DÉTAILS CONCERNANT LA COUVERTURE

Les trois régimes de santé couvrent les services figurant dans les tableaux ci-dessous, y compris les médicaments sur ordonnance. Les tableaux indiquent les soins couverts par chaque régime. Les coûts indiqués sont en dollars canadiens ou en pourcentage de la coassurance payée par le régime. (La coassurance est une partie du coût des services de soins de santé ; vous et le régime vous divisez le coût des services.) Les maximums indiqués sont par personne assurée, par année civile, sauf indication contraire.

Médicaments sur ordonnance

	Essentiel	Standard	Premium
Médicaments sur ordonnance (substitution générique obligatoire)	70 % jusqu'à ce que vous atteignez 2 000 \$ de réclamations pour des médicaments payés par le régime, puis 80 % par la suite	90 %	100 %
Déductible	0 \$	0 \$	0 \$
Plafond des frais d'exécution d'ordonnance*	7 \$ par ordonnance	7 \$ par ordonnance	7 \$ par ordonnance
Inducteurs d'ovulation	Non couverts	15 000 \$ maximum à vie	25 000 \$ maximum à vie
Désaccoutumance au tabac	Non couverte	500 \$ maximum à vie	1 000 \$ maximum à vie

Médicament antiobésité	Non couvert	2 500 \$	Illimité
------------------------	-------------	-----------------	----------

*Le plafond des frais d'exécution d'ordonnance ne s'applique pas au Québec.

Services de santé

	Essentiel	Standard	Premium
Services paramédicaux** (consulter les services inclus ci-dessous)	Non couverts	80 % 400 \$ maximum par praticien 750 \$ maximum pour les praticiens combinés	100 % 500 \$ maximum par praticien 1 250 \$ maximum pour les praticiens combinés
Services de santé mentale*** (consulter les services inclus ci-dessous)	50 % 500 \$ maximum combinés pour tous les praticiens de la santé mentale	80 % 500 \$ maximum combinés pour tous les praticiens de la santé mentale	100 % 500 \$ maximum combinés pour tous les praticiens de la santé mentale
Soins de la vue (comprend les lentilles de contact, les lunettes ou la correction oculaire au laser)	Non couverts	80 % 300 \$ tous les 24 mois à partir de la date d'achat	100 % 350 \$ tous les 24 mois à partir de la date d'achat
Hospitalisation	Non couverte	80 % Semi-privé	100 % Privé ou semi-privé
Hospitalisation pour convalescence	Non couverte	20 \$ par jour , pour un maximum de 180 jours	20 \$ par jour , pour un maximum de 180 jours

Services d'urgence hors du Canada, avec assistance voyage	Non couverts	100 % 1 000 000 \$ maximum à vie pour les 60 premiers jours de voyage	100 % 1 000 000 \$ maximum à vie pour les 90 premiers jours de voyage
Fournitures et services médicaux	50 % du coût jusqu'au maximum annuel	80 % du coût jusqu'au maximum annuel	100 % du coût jusqu'au maximum annuel
Soins infirmiers privés	15 000 \$	15 000 \$	25 000 \$
Chaussures orthopédiques	1 paire	1 paire	1 paire
Chaussures orthopédiques préfabriquées	150 \$	150 \$	150 \$
Orthèses sur mesure	500 \$	500 \$	500 \$
Appareils auditifs	500 \$ tous les 5 ans	500 \$ tous les 5 ans	750 \$ tous les 5 ans
Glucomètres	700 \$ maximum à vie	700 \$ maximum à vie	700 \$ maximum à vie

**Comprend : Acupuncteur, audiologiste, chiropraticien (maximum d'une radiographie), diététicien, massothérapeute, naturopathe, ergothérapeute, ostéopathe, physiothérapeute, podiatre ou podologue, psychologue, travailleur social, orthophoniste.

***Comprend : Psychologue, conseiller, travailleur social, expert en travail social, psychothérapeute et thérapeute comportementaliste.

Êtes-vous un nouvel employé?

Si vous ne souscrivez pas dans les 30 jours suivant votre date d'embauche, vous souscrirez par défaut aux régimes Essentiel, en ce qui a trait aux soins de santé, et Préventif, en ce qui a trait aux soins dentaires, pour l'assurance réservée aux employés. Vous ne pourrez pas modifier vos choix avant la prochaine période d'adhésion libre, à moins que vous ne viviez un événement marquant admissible.

Davantage de soutien de la part de Changerpourelavie

Vous avez besoin d'aide pour des problèmes de santé comme une maladie chronique ou la gestion de votre poids? Découvrez comment le programme Changerpourelavie peut vous aider.

[En savoir plus](#)

MÉDICAMENTS SUR ORDONNANCE

Autorisation préalable

Certains médicaments nécessitent une autorisation préalable, ou préapprobation, avant d'être couverts par votre régime de soins de santé, en raison de leur coût et du risque d'utilisation abusive. Pour savoir si votre ordonnance nécessite une autorisation préalable, demandez à votre médecin quel est le médicament prescrit, puis :

<https://www.greenshield.ca/en-ca>

- recherchez le nom du médicament sur le [site Web de Green Shield Canada](#) ou dans l'application mobile GSC à votre portéeMD;
- appelez Green Shield Canada au **888 711-1119**; ou
- demandez à votre pharmacien de soumettre la réclamation pour le médicament par voie électronique en utilisant votre carte GSC.

Si votre ordonnance nécessite une autorisation préalable, vous pouvez en faire la demande ou exécuter l'ordonnance et soumettre une demande de paiement à Green Shield Canada.

Pour obtenir plus d'information, [cliquez ici](#) ou appelez Green Shield Canada au **888 711-1119**.

Médicaments de spécialité

Disponible dans tout le Canada*, le réseau de pharmacies privilégiées (PPN) de Green Shield Canada vous aide à obtenir le meilleur prix pour les médicaments de spécialité. (Un médicament de spécialité est un médicament très coûteux utilisé pour traiter des maladies chroniques complexes comme le cancer, la polyarthrite rhumatoïde, le VIH et l'hépatite C.) Le PPN comprend de nombreuses chaînes de pharmacies comme Pharmaprix, Loblaws, Safeway et Lawton Drugs, ainsi que des pharmacies indépendantes dans les régions éloignées ou rurales. Toutes les pharmacies du réseau proposent la livraison à domicile.

Si un médicament qui vous est prescrit est approuvé par le PPN, vous serez automatiquement inscrit au programme et un coordinateur de soins vous aidera à trouver les pharmacies participantes. Pour savoir si votre ordonnance est approuvée par le PPN, vous pouvez :

- utiliser l'outil de recherche de médicaments en ligne sur le [site Web de Green Shield Canada](#);
- utiliser la fonctionnalité Médicaments à votre portéeMD de l'application mobile GSC à votre portéeMD; ou
- communiquer avec Green Shield Canada au **888 711-1119**.

*Non disponible au Québec ni en Alberta.

Médicaments composés

Les médicaments composés sont des médicaments qui ne sont pas commercialisés et qui doivent être préparés par un pharmacien. Selon la politique de Green Shield Canada en matière de médicaments composés, un médicament

composé doit contenir certains ingrédients admissibles pour être couvert par votre régime de soins de santé.

En savoir davantage sur cette [politique](#).

TROUVER UN FOURNISSEUR DE SOINS DE SANTÉ

L'outil de recherche de fournisseur de soins de santé de Green Shield Canada (GSC) peut vous aider à trouver des fournisseurs fiables qui ne vous facturent pas de services inutiles ou qui ne vous font pas payer des frais excessifs.

Vous pouvez utiliser cet outil pour trouver des fournisseurs à proximité qui:

- ont une adresse canadienne valide;
- sont en règle auprès de leur collègue professionnel ou leur association provinciale;
- sont enregistrés auprès de GSC et contrôlés par celui-ci afin de s'assurer qu'ils n'ont pas d'antécédents de fraude (par exemple, surfacturation);
- facturent directement à GSC*, afin de ne pas avoir de frais à payer.

*Exclut les fournisseurs de soins dentaires; ils n'ont pas besoin de facturer directement pour être inclus dans l'outil.

Pour commencer

Accédez à l'outil de recherche de fournisseur de santé.

Depuis le site Web GSC:

1. Accédez au [site Web de Green Shield Canada](#).
2. Cliquez sur Connexion pour vous connecter à votre compte ou pour ouvrir un compte.
3. Une fois inscrit, sélectionnez l'option Trouver un fournisseur de soins de santé sur la page d'accueil.
4. Remplissez le formulaire, puis cliquez sur Soumettre.
5. Vous verrez s'afficher les résultats de votre recherche.

Depuis l'application GSC à votre portée 1^{MD}:

1. Sélectionnez Trouver un fournisseur de soins de santé à partir du menu.
2. Sélectionnez le type de fournisseur et suivez les invites pour saisir vos critères de recherche (par exemple, recherche à partir de votre emplacement actuel). Cliquez sur Rechercher.
3. Vous verrez s'afficher les résultats de votre recherche.

COÛTS

Voici ce que vous payez par chèque de paie (en dollars canadiens) pour bénéficier d'un régime de soins de santé.*

2023

Couverture	Essentiel	Standard	Premium
Employé	5,14 \$	8,94 \$	13,32 \$

Employé + 1	9,39 \$	16,35 \$	24,34 \$
Employé + famille	15,68 \$	27,28 \$	40,61 \$

*Plus taxe de vente au détail, le cas échéant.

2024

Couverture	Essentiel	Standard	Premium
Employé	5,14 \$	9,30 \$	14,39 \$
Employé + 1	9,39 \$	17,01 \$	26,28 \$
Employé + famille	15,68 \$	28,38 \$	43,86 \$

*Plus taxe de vente au détail, le cas échéant.

Que se passe-t-il si vous quittez Iron Mountain?

Si vous quittez volontairement Iron Mountain, votre couverture santé prendra fin à votre dernier jour de travail.

CONTACTS

Green Shield Canada

Soins de santé et soins dentaires

888 711-1119

Numéro de la politique de soins de santé et de soins dentaires : IMCC

www.greenshield.ca

[App Store](#)

[Google Play](#)

Soins dentaires

Vous avez le choix entre deux régimes de soins dentaires : le régime Préventif et le régime Amélioré. Ces régimes sont fournis par l'intermédiaire de [Green Shield Canada](#).

DÉTAILS CONCERNANT LA COUVERTURE

Découvrez les soins couverts par chaque régime. Les coûts indiqués sont en dollars canadiens ou en pourcentage de la coassurance payée par le régime. (La coassurance est une partie du coût des services de soins de santé ; vous et le régime vous divisez le coût des services). Les maximums indiqués sont par personne assurée, par année civile, sauf indication contraire.

	Préventif	Amélioré
Soins essentiels et préventifs* (consulter les soins inclus ci-dessous)	100 %	100 %
Examens de rappel	Une fois tous les neuf mois	50 %
Soins importants (p. ex., couronnes, prothèses dentaires, ponts)	Non couverts	50 %
Maximum pour les services essentiels, préventifs et importants combinés	1 500 \$	2 000 \$
Orthodontie (pour les adultes et les enfants)	Non couvert	50 % de couverture, 2 000 \$ maximum à vie

*Comprend: Examens buccaux, nettoyage et détartrage des dents, plombages, radiographies, extractions, réalignements de dentier et traitements de canal.

COÛTS

Voici ce que vous payez par chèque de paie (en dollars canadiens) pour avoir une protection en matière de soins dentaires.*

2023

Niveau de couverture	Préventif	Amélioré
Employé	4,77 \$	7,43 \$

Employé + 1	8,71 \$	13,40 \$
Famille	12,80 \$	19,81 \$

*Plus taxe de vente au détail, le cas échéant.

2024

Niveau de couverture	Préventif	Amélioré
Employé	4,77 \$	7,73 \$
Employé + 1	8,71 \$	13,94 \$
Famille	12,80 \$	20,61 \$

*Plus taxe de vente au détail, le cas échéant.

CONTACTS

Green Shield Canada

Soins de santé et soins dentaires

888 711-1119

Numéro de la politique de soins de santé et de soins dentaires : IMCC

www.greenshield.ca

[App Store](#)

[Google Play](#)

Trouvez ce qui vous convient

Quel est le régime de soins de santé qui vous convient, à vous et à votre famille? Voyons quelques exemples.

JULIE

Être active est une priorité dans la vie de Julie. Elle n'a pas besoin de voir le médecin très souvent et elle ne va chez le dentiste que pour des soins de routine. Elle utilise cependant des orthèses, en raison d'une fasciite plantaire dont elle souffre parfois lorsqu'elle se tient sur le sol en béton de l'entrepôt où elle travaille.

Âge	35 ans
Situation familiale	Célibataire sans enfants
État de santé	En bonne santé
Usage des soins de santé	Faible
Meilleures options	Régime de soins de santé Essentiel, régime de soins dentaires Préventif
Pourquoi?	Étant donné que Julie est une faible consommatrice de soins de santé et qu'elle ne fait pas l'objet de prescriptions médicales, elle n'a pas besoin d'un niveau de couverture élevé ni même modéré. Le régime de soins de santé Essentiel prévoit le même maximum pour les orthèses que les régimes Standard et Premium, mais la quote-part est de 50 % et elle paiera des frais mensuels moins élevés dans le cadre du régime de soins de santé Essentiel. Le régime de soins dentaires Préventif fonctionne pour Julie, car il couvre à 100 % les soins de base comme les examens buccaux, les radiographies, les détartrages et les plombages.

MARIA

Maria va chez le médecin une ou deux fois par an, voit un spécialiste à l'occasion, et fait l'objet d'une prescription médicale. Son fils Alex est en bonne santé, mais il attrape souvent des rhumes et des gripes saisonnières à la garderie. Maria et Alex passent un examen dentaire une fois par an et ne prévoient pas d'avoir besoin de soins dentaires importants l'année prochaine. Maria ne veut pas payer de frais inutiles, mais elle ne veut pas non plus être prise au dépourvu par des dépenses personnelles si Alex tombe malade et doit aller chez le médecin.

Âge	28 ans
Situation familiale	Célibataire avec un enfant
État de santé	En bonne santé
Usage des soins de santé	Modéré
Meilleures options	Régime de soins de santé Standard, régime de soins dentaires Préventif
Pourquoi?	Le régime de soins de santé Standard est une bonne option pour Maria, car elle est une utilisatrice modérée de soins de santé. Il couvre également Alex au cas où il attraperait un rhume ou une grippe et aurait besoin de consulter un médecin. Maria paiera des frais mensuels légèrement plus élevés dans le cadre du régime Standard que dans celui du régime Essentiel, mais elle aura l'esprit tranquille, sachant qu'Alex et elle seront couverts lorsqu'ils en auront besoin. Le régime de soins dentaires Préventif couvre leurs examens annuels.

JOHN

John est marié et a deux enfants. Il porte des lunettes et l'une de ses filles aura besoin d'un appareil orthodontique l'année prochaine. Sa femme est diabétique.

Âge	43 ans
Situation familiale	Marié avec deux enfants
État de santé	Relativement en bonne santé
Usage des soins de santé	Élevé
Meilleures options	Régime de soins de santé Premium, régime de soins dentaires Amélioré
Pourquoi?	Le régime de soins de santé Premium est la meilleure option pour John et sa famille, car ils sont de grands utilisateurs de soins de santé. Le régime de soins de santé Premium offre une couverture à 100 % pour ses lunettes et les médicaments de sa femme. John devrait choisir le régime de soins dentaires Amélioré, car il couvrira 50 % du coût des appareils dentaires de sa fille, jusqu'à un maximum à vie de 2 000 \$, tandis que le régime de soins dentaires Préventif ne couvre pas l'orthodontie.

ARGENT

Régime de Retraite

Le régime de retraite d'Iron Mountain, administré par Manulife, vous aide à épargner pour l'avenir afin d'être prêt à affronter la vie.

COMMENT ÇA MARCHE?

Il est important de planifier l'avenir. Notre régime de retraite se compose de deux plans différents pour vous aider à atteindre vos objectifs financiers : un régime enregistré d'épargne-retraite (REER) collectif et un régime de participation différée aux bénéfices (RPDB). Voici la manière dont ils fonctionnent:

- **REER collectif** : Le REER collectif* vous permet de verser des cotisations salariales sur un compte et un revenu de retraite est payable à l'âge de la retraite, qui varie entre 55 et 72 ans, selon votre situation. Les cotisations sont déductibles d'impôt et les revenus de placement restent à l'abri de l'impôt tant qu'ils sont dans le régime. Les paiements provenant d'un REER constituent un revenu imposable pour le bénéficiaire.
- **RPDB** : Le RPDB est une convention de fiducie par laquelle Iron Mountain vous récompense en versant des bénéfices pour vous aider à accumuler des actifs financiers en vue de la retraite. Les contributions effectuées par l'entreprise ne sont pas déductibles d'impôt.

Régime enregistré d'épargne-retraite collectif (REER collectif)	Régime de participation différée aux bénéfices (RPDB)
Vos cotisations	
Vous fixez le montant de votre cotisation de base, soit un pourcentage de vos revenus admissibles, jusqu'à concurrence du plafond de cotisation prévu par la Loi canadienne de l'impôt sur le revenu.	Sans objet; vous ne cotisez pas au RPDB
Contributions de contrepartie d'Iron Mountain	
Sans objet; Iron Mountain ne cotise pas au REER collectif	Contrepartie de 100 % de vos cotisations à un REER collectif jusqu'à un maximum de 5,5 % de vos revenus admissibles au RPDB.

*Vous pouvez également choisir d'avoir un REER de conjoint.

Employés syndiqués: consultez vos gestionnaires au sujet des contributions de contrepartie que vous recevez d'Iron Mountain.

ACQUISITION DES DROITS AUX PRESTATIONS

L'acquisition des droits aux prestations fait référence à une partie du compte du régime de retraite que vous possédez. Vous avez droit immédiatement aux prestations liées à toutes les cotisations versées dans votre compte de REER ainsi que toute cotisation de contrepartie versée dans votre régime de retraite à participation différée aux bénéfices par Iron Mountain. Cela signifie que toutes les cotisations versées dans votre compte par vous et Iron Mountain vous appartiennent.

COMMENCER

1. Apprenez-en davantage sur vos régimes en consultant [le site de bienvenue Manulife](#). Saisissez le mot de passe IRM1 à l'invite.
2. Cliquez sur Commencer lorsque vous êtes prêt(e).
3. Configurez votre identifiant Manulife pour vous inscrire. Vous avez déjà un identifiant Manulife? Connectez-vous simplement. Si vous avez besoin d'aide pour configurer votre identifiant Manulife, consultez la [FAQ](#).
4. Inscrivez-vous pour participer. Saisissez le code **sudRQCUS** pour choisir vos régimes, vos bénéficiaires et vos fonds. N'oubliez pas de vous inscrire aux deux régimes pour recevoir les cotisations de contrepartie d'Iron Mountain au régime de retraite à participation différée aux bénéfices.

Si vous désirez configurer un compte REER pour votre conjoint(e), veuillez contacter Manulife pour obtenir un soutien personnalisé.

GÉRER VOTRE RÉGIME DE RETRAITE COMPTE

Visitez www.manuvie.ca/PRO pour:

- examiner votre compte;
- augmenter, diminuer ou arrêter vos cotisations;
- rediriger les montants à partir de vos options d'investissement;
- consulter votre historique de rendement des fonds;
- demander des prospectus pour vos options d'investissement;
- demander une demande de compte de courtage.

[Gérer maintenant](#)

DÉSIGNER UN BÉNÉFICIAIRE

Il est important de désigner un ou plusieurs bénéficiaires pour vos comptes de régime de retraite Iron Mountain. Vous devrez désigner un bénéficiaire pour vos comptes de REER et RPDB séparément. Voici la démarche à suivre:

1. Connectez-vous à votre compte au www.manulifeim.ca/retirement en utilisant votre identifiant Manulife.
2. Sélectionnez « Mes renseignements de membre » à partir de l'en-tête Mon profil.
3. Choisissez le numéro du compte que vous souhaitez mettre à jour. N'oubliez pas de revoir votre REER (20003889) et votre RPDB (30003889).
4. Cliquez sur « Mise à jour » dans la section des renseignements sur le bénéficiaire pour ajouter ou modifier un bénéficiaire.

Quitter Iron Mountain

Si vous quittez Iron Mountain pour toute raison que ce soit (par exemple, pour un changement d'emploi ou pour le départ en retraite), vos cotisations cesseront et vous pourrez choisir de transférer vos fonds vers un autre REER ou un régime de pension agréé, ou demander un règlement forfaitaire en espèces (avec retenue d'impôt). Visitez www.manuvie.ca/merceravenirplus/parler-a-un-conseiller pour obtenir plus d'information.

CONTACTS

Manulife

Régime de retraite de la société Iron Mountain Canada

833 838-8873

www.manuvie.ca/PRO

[App Store](#)

[Google Play](#)

Régime d'actionnariat des salariés

Si vous êtes employé à temps complet, vous pouvez participer au succès d'Iron Mountain en adhérant au régime d'actionnariat des employés (RAE).

COMMENT ÇA MARCHE?

Administré par Fidelity, le RAE vous permet d'acheter des actions de la société à un taux réduit. Après six mois à l'emploi de Iron Mountain, vous pouvez vous adhérer au RAE, à condition qu'il soit prévu que vous y travailliez au moins cinq mois par an.

Pour participer au RAE, visitez [le site Web de Fidelity](#) en mai ou en novembre. Les périodes d'offre — les périodes pendant lesquelles Iron Mountain accumule les cotisations des employés pour le RAE — courent du 1er juin au 30 novembre et du 1er décembre au 31 mai.

COTISATIONS

Vous pouvez verser des cotisations après impôt équivalant à **15 %** maximum de votre salaire à chaque période de paie, qui seront créditées sur un compte d'achat d'actions en votre nom. Vos cotisations sont **100 %** acquises.

Ce qu'il faut savoir sur la modification de vos cotisations

Vous pouvez diminuer vos cotisations pendant les périodes d'offre, mais vous ne pouvez les augmenter que pendant la période d'adhésion libre au RAE (mai ou novembre). Si vous souhaitez annuler vos cotisations, vous devez le faire au plus tard 21 jours avant l'achat des actions.

VENDRE VOS ACTIONS

Les actions ne peuvent être transférées de Fidelity à un autre courtier avant la fin de la période de disqualification. Il peut y avoir des implications fiscales si vous vendez des actions. Pour obtenir plus d'information, contactez un conseiller fiscal.

Obtenir une Soumission

Pour obtenir une soumission des actions d'Iron Mountain, visitez notre [site Web](#) ou [le site Web de Fidelity](#).

CONTACTS

Fidelity

Régime d'actionnariat des employés (RAE)

800 544-9354

www.netbenefits.fidelity.com

[App Store](#)

[Google Play](#)



Assurance vie et assurance décès et mutilation accidentels

Nous proposons une assurance vie et une assurance décès et mutilation accidentels (DMA) de base pour vous protéger, vous et votre famille, sans aucuns frais. Vous pouvez également souscrire une assurance vie facultative si vous souhaitez une couverture supplémentaire.

COMMENT ÇA MARCHE?

Si vous êtes un employé permanent à temps partiel ou à temps plein qui travaille 21 heures ou plus par semaine, vous pouvez bénéficier de l'assurance vie et DMA de base. Les prestations d'assurance vie sont versées à vos bénéficiaires couverts en cas de décès, et la DMA verse des prestations en cas de décès ou de mutilation accidentelle.

Si vous souffrez d'une maladie en phase terminale, vous pouvez demander une prestation de décès accélérée de votre régime d'assurance vie pour vous aider à planifier votre succession et vos frais funéraires.

COUVERTURE

Assurance vie de base fournie par Iron Mountain

Les sommes indiquées sont exprimées en dollars canadiens.

	Vous	Conjoint ou partenaire	Enfant
Montant de la prestation	Deux fois vos revenus annuels (y compris les commissions éventuelles)	10 000 \$	5 000 \$ (par enfant)
Maximum	Jusqu'à 1 000 000 \$ avec preuve d'assurabilité*	10 000 \$	5 000 \$ (par enfant)

*Il vous sera demandé de fournir une preuve de votre état de santé avant que la couverture ne soit approuvée. C'est ce qu'on appelle preuve d'assurabilité, ou PA. Le montant maximal de couverture sans PA est de 500 000 \$.

Réductions en raison de l'âge

Si vous êtes âgé de 65 ans ou plus, les prestations d'assurance vie de base seront réduites :

- Si vous avez entre 65 et 69 ans, le régime paiera **50 %** des prestations.
- Si vous êtes âgé de 70 ans ou plus, le régime paiera un maximum de **50 000 \$**.

Couverture DMA de base fournie par Iron Mountain

Les sommes indiquées sont exprimées en dollars canadiens.

	Vous
Montant de la prestation	Deux fois vos revenus annuels**
Maximum	1 000 000 \$

**La prestation varie en fonction du type de perte subie.

Assurance vie facultative pour laquelle vous payez

Les sommes indiquées sont exprimées en dollars canadiens.

	Vous	Conjoint ou partenaire	Enfant
Montant de la prestation	Unités de 10 000 \$**	Unités de 10 000 \$	Unités de 5 000 \$ (par enfant)
Maximum	Jusqu'à un maximum de 1 000 000 \$ (assurances vie de base et facultative combinées)	Jusqu'à un maximum de 500 000 \$	Jusqu'à un maximum de 20 000 \$

**Il vous sera demandé, à vous ou à votre conjoint ou à votre partenaire, de fournir une preuve d'assurabilité avant que votre couverture d'assurance vie facultative ne soit approuvée.

Réductions en raison de l'âge

Lorsque vous atteignez l'âge de 65 ans, vous n'avez plus droit à l'assurance vie facultative.

Coûts de l'assurance vie facultative

Vous payez 100 % des coûts de l'assurance vie facultative. Les sommes indiquées sont exprimées en dollars canadiens.

Employé et conjoint ou partenaire (par tranche de 10 000 \$ de coût de couverture par mois)				
Âge	Homme (fumeur)	Homme (non-fumeur)	Femme (fumeuse)	Femme (non-fumeuse)
Moins de 25 ans	1,08 \$	0,70 \$	0,60 \$	0,36 \$
De 25 à 29 ans	1,08 \$	0,70 \$	0,60 \$	0,36 \$
De 30 à 34 ans	1,20 \$	0,71 \$	0,89 \$	0,36 \$
De 35 à 39 ans	1,56 \$	0,91 \$	1,08 \$	0,60 \$
De 40 à 44 ans	2,64 \$	1,42 \$	1,80 \$	0,96 \$
De 45 à 49 ans	4,44 \$	2,39 \$	3,00 \$	1,56 \$
De 50 à 54 ans	7,44 \$	4,07 \$	4,80 \$	2,66 \$
De 55 à 59 ans	11,76 \$	6,78 \$	7,56 \$	4,20 \$
De 60 à 64 ans	17,76 \$	10,45 \$	11,16 \$	6,55 \$
Enfants à charge				
0,25 \$ par unité de couverture de 1 000 \$				

Ressources

Pour en savoir plus sur votre assurance vie de base, consultez les ressources suivantes :

- [Police d'assurance collective vie et invalidité](#)

Vous quittez Iron Mountain?

Si vous quittez Iron Mountain (par exemple, en cas de changement d'emploi ou de départ à la retraite), votre couverture prendra fin le dernier jour de votre emploi. Si vous avez moins de 65 ans, vous pouvez transformer votre police d'assurance vie en un produit individuel. Pour obtenir de l'aide, veuillez contacter Desjardins Assurances au [800 263-1810](tel:8002631810) dans les 31 jours suivant votre dernier jour de travail.

DÉSIGNER UN BÉNÉFICIAIRE

Il est important de désigner un ou plusieurs bénéficiaires pour vos prestations d'assurance vie et DMA. Voici la démarche à suivre :

1. Connectez-vous à [myMAP](#) et sélectionnez Mes prestations Canada. Ensuite, cliquez sur la flèche pointant vers le bas à côté de l'icône de personne et sélectionnez Bénéficiaires dans le coin supérieur droit de l'écran.
2. Indiquez les membres de votre famille que vous souhaitez désigner comme bénéficiaires et attribuez un pourcentage de votre assurance vie à chacun d'entre eux. Une fois la liste terminée, sélectionnez Enregistrer les modifications.

Présenter une réclamation

Appelez Global HR Service Support au [855 462-7547](tel:8554627547) pour présenter une réclamation. Le numéro de la politique d'assurance vie est 541545.

[Présenter une réclamation](#)

CONTACTS

Desjardins Insurance

Assurance invalidité et assurance vie

800 263-1810

Numéro de la politique d'assurance vie : 541545

www.desjardinslifeinsurance.com

[App Store](#)

[Google Play](#)

CONGÉS

Congés rémunérés

En tant qu'employé d'Iron Mountain, vous êtes payé les jours fériés, lorsque vous êtes en vacances ou si vous êtes malade. Le nombre de jours que vous pouvez prendre dépend de votre horaire de travail, de votre poste et de votre ancienneté au sein de l'entreprise.

JOURS FÉRIÉS

Voici les [jours fériés](#) payés par l'entreprise pour tous les employés d'Iron Mountain :

- Jour de l'An
- Lendemain du Jour de l'An
- Jour de la Famille, jour Louis Riel Day, Jour du patrimoine en Nouvelle-Écosse, fête des insulaires
- Vendredi saint (ou lundi de Pâques au Québec)
- Fête des Patriotes
- St Jean Baptiste
- Fête du Canada
- Congé du mois d'août, Congé civique, Journée provinciale (sauf au Québec)
- Fête du Travail
- Jour d'Action de grâces
- Le Jour de Noël
- Lendemain de Noël Observé

En outre, chaque 1er janvier, vous recevez un **congé mobile** qui doit être utilisé au plus tard le 31 décembre de la même année. Les congés mobiles ne peuvent pas être accumulés ou payés à la fin de la période.

VACANCES

Tous les employés d'Iron Mountain réguliers à temps plein qui travaillent au moins 30 heures par semaine ont droit à des vacances payées, comme indiqué ci-dessous. Vos crédits de congé sont accumulés chaque semaine en fonction de vos années d'ancienneté et de l'année de référence de la police (janvier – 31 décembre). En d'autres termes, tous les crédits de congé accumulés augmentent le 1er janvier suivant votre date anniversaire. Le pourcentage d'accumulation est le pourcentage de votre salaire brut qui vous est versé lorsque vous prenez des vacances. Si vous quittez Iron Mountain, vous serez rémunéré pour toute période de vacances non utilisée.

Calendrier horaire d'accumulation des congés (non exonéré)

Années d'ancienneté	Temps de vacances accumulé	Accumulation en %
0 à 3	2 semaines	4
4 à 8	3 semaines	6

9 à 19	4 semaines	8
20 ou plus	5 semaines	10

Vous pouvez cumuler jusqu'à deux fois votre indemnité de congé annuel payé. Si vous atteignez le montant maximal de vacances accumulées permis, vous cesserez d'accumuler des vacances. Une fois que vous aurez utilisé vos vacances et que vous serez en dessous du maximum, vous recommencerez à accumuler des vacances jusqu'à ce que le maximum soit à nouveau atteint. Les congés accumulés et non utilisés sont payés lorsque vous quittez Iron Mountain.

Calendrier d'accumulation des congés payés (exonéré)

Années d'ancienneté	Temps de vacances accumulé	Accumulation en %
0 à 9	3 semaines	6
10 à 20	4 semaines	8
21 ou plus	5 semaines	10

Vous pouvez cumuler jusqu'à une fois votre indemnité de congé annuel payé. Si vous atteignez le montant maximal de vacances accumulées permis, vous cesserez d'accumuler des vacances. Une fois que vous aurez utilisé vos vacances et que vous serez en dessous du maximum, vous recommencerez à accumuler des vacances jusqu'à ce que le maximum soit à nouveau atteint. Les congés accumulés et non utilisés sont payés lorsque vous quittez Iron Mountain.

Nouveaux employés

Au cours de votre première année chez Iron Mountain, vos congés payés seront calculés au prorata de votre date d'embauche. Vos congés payés apparaîtront sur Kronos et sur votre chèque de paie six mois après votre date d'embauche.

Employés salariés

Vous commencez à accumuler des vacances dès votre premier jour de travail et vous accumulez 2,31 heures par semaine.

Date d'embauche	Entre le 1^{er} janvier et le 30 juin	Entre le 1^{er} juillet et le 30 septembre	Entre le 1^{er} octobre et le 31 décembre
Quantité de vacances	Jusqu'à 3 semaines	2 semaines	1 semaine

Employés salariés horaires

Vous commencez à accumuler des vacances dès votre premier jour de travail et vous accumulez 1,54 heure par semaine.

Date d'embauche	Entre le 1^{er} janvier et le 30 juin	Entre le 1^{er} juillet et le 30 septembre	Entre le 1^{er} octobre et le 31 décembre
Quantité de vacances	Jusqu'à 2 semaines	1 semaine	0,5 semaine

Politique concernant les vacances des cadres

Si vous êtes un employé d'Iron Mountain occupant une position supérieure à celle de directeur (vice-président, vice-président principal et vice-président directeur), vous pouvez prendre des congés selon vos besoins.

CONGÉS DE MALADIE

Iron Mountain offre six jours de congé de maladie rémunérés sur douze mois, accumulés à raison d'une demi-journée par mois.

Les congés de maladie non utilisés peuvent être accumulés et reportés chaque année jusqu'à un maximum de 12 jours (96 heures). Si votre solde de congés de maladie accumulés atteint le montant maximal, les congés de maladie cesseront de s'accumuler. Une fois que vous aurez utilisé vos congés de maladie et que le solde redeviendra inférieur au maximum, la comptabilisation reprendra jusqu'à ce que le maximum soit à nouveau atteint.

Lorsque vous quittez l'entreprise, vous n'êtes pas rémunéré pour les congés maladie accumulés non utilisés. Votre dernier jour de travail ne peut pas être un jour de maladie.

Êtes-vous un salarié syndiqué?

Parlez à votre responsable de vos vacances et de votre salaire.

VOUS AVEZ BESOIN DE DEMANDER UN CONGÉ RÉMUNÉRÉ?

- Utilisez le système Kronos. [Découvrez comment.](#)

[Instructions Kronos](#)

CONTACTS

Global HR Service Support

Administration et informations générales

[855.IM.ASK.HR \(855 462-7547\)](tel:855.IM.ASK.HR)



irm.service-now.com/mymap
irmHR.NAM@ironmountain.com

Congés autorisés

Vous pouvez vous absenter de votre travail lorsque vous en avez besoin, pour diverses raisons.

POINTS ESSENTIELS

Il existe deux types de congés autorisés:

Congés autorisés personnels

Un congé autorisé, mais non rémunéré qui n'est pas protégé dans le cadre d'un emploi. Les prestations d'assurance-emploi ne sont pas disponibles et Iron Mountain n'est pas tenue de vous réaffecter au même poste, ou à un poste comparable, lorsque vous reprendrez le travail.

[En savoir plus](#)

Congé légal

Un congé le plus souvent non rémunéré, mais protégé dans le cadre d'un emploi. Vous pouvez avoir droit à une indemnisation pendant votre congé.

[En savoir plus](#)

Invalidité

POINTS ESSENTIELS

Les prestations de base pour invalidité de courte durée (ICD) et invalidité de longue durée (ILD) fournissent une source de revenu non imposable le temps que vous vous remettiez d'un problème de santé ou d'une blessure qualifiée. **Cette couverture est obligatoire chez Iron Mountain, vous ne pouvez pas renoncer à cette couverture. Consulter les détails ci-dessous.**

COMMENT ÇA MARCHE?

Vous souscrivez automatiquement à l'assurance ICD et ILD dès votre embauche et la couverture commence 90 jours après votre date d'embauche. Vous payez un coût bihebdomadaire, avant impôt, basé sur votre salaire, de sorte que lorsque vous devez utiliser vos prestations ICD ou ILD, vous n'avez pas à payer d'impôts sur celles-ci. Consultez les coûts en dollars canadiens ci-dessous.

Coûts de l'invalidité de courte durée

Les tableaux indiquent les coûts par tranche de 10 \$ de couverture sur une base bihebdomadaire. Vous payez 0,24 \$ par tranche de 10 \$ de couverture.

Traitement de base annuel	Coût bihebdomadaire
20 000 \$	6,15 \$
30 000 \$	9,23 \$
40 000 \$	12,31 \$
50 000 \$	15,39 \$
60 000 \$	18,46 \$
70 000 \$	21,54 \$

Coûts de l'invalidité de longue durée

Les tableaux indiquent les coûts par tranche de 10 \$ de couverture sur une base bihebdomadaire. Vous payez 1,31 \$ par tranche de 100 \$ de couverture.

Traitement de base annuel	Coût bihebdomadaire
20 000 \$	13,30 \$
30 000 \$	19,45 \$
40 000 \$	24,43 \$
50 000 \$	29,42 \$
60 000 \$	34,41 \$
70 000 \$	39,32 \$

Détails concernant la couverture

Le tableau ci-dessous indique à quel moment sont payées vos prestations pour ICD et ILD et quel est leur montant.

	Invalidité de courte durée	Invalidité de longue durée
Moment du paiement	Lorsque vous devenez incapable de travailler en raison d'une maladie ou d'une blessure qualifiée et que vous remplissez les conditions d'admissibilité.	Lorsque vous ne pouvez pas travailler en raison d'un problème médical qualifié ou d'une blessure qui dure plus de 120 jours.
Montant de la prestation	Tous les employés d'Iron Mountain — vous recevrez les mêmes prestations hebdomadaires maximales de 66,67 % de votre salaire de base hebdomadaire, avec un maximum hebdomadaire de 3 000 \$, versé pendant un maximum de 17 semaines.	66,67% des premiers 2 250 \$ de vos revenus mensuels, plus 50 % des 3 500 \$ suivants et 44 % du solde éventuel. Prestation maximale : 10 000 \$ par mois (sans preuves médicales) ou jusqu'à 13 000 \$ par mois (avec preuves médicales)

COMMENT FAIRE UNE DEMANDE DE PRESTATIONS

- Pour faire une demande de prestations pour ICD ou ILD, communiquez avec Global HR Service Support au **855 462-7547**; un représentant vous accompagnera tout au long du processus.
- Si vous êtes actuellement en congé pour ICD et que vous demandez une prestation pour ILD, communiquez avec Desjardins Assurances au **800 263-1810**.

ASSURANCE ICD ET ILD

En savoir plus sur l'assurance ICD et ILD.

- [Police d'assurance collective vie et invalidité](#)
- [Gestion de l'invalidité et guide de prévention](#)

CONTACTS

Desjardins Insurance

Assurance invalidité et assurance vie

[800 263-1810](tel:8002631810)

Numéro de la politique d'assurance vie : 541545

www.desjardinslifeinsurance.com

[App Store](#)

[Google Play](#)

BIEN-ÊTRE

Programmes de Bien-être

Le bien-être fait partie intégrante de nos valeurs et de notre culture. Nous vous proposons ici nos programmes pour vous aider à donner le meilleur de vous, que ce soit au travail, à la maison ou dans vos loisirs.

APERÇU

Votre bien-être est important pour nous et nous voulons que vous vous sentiez au mieux de votre forme. Que vous gériez une maladie chronique, que vous cherchiez à réduire le stress, que vous essayiez d'améliorer votre forme physique ou simplement à atteindre un meilleur équilibre, nous avons des solutions pour vous aider.

IM Wellness

Accédez à des outils et des ressources pour vous aider à améliorer tous les aspects de votre bien-être physique, mental, social et émotionnel.

[Accéder à IM Wellness](#)

Changerpurlavie

Obtenez de l'aide pour gérer les problèmes de santé et les maladies chroniques qui ont un impact sur votre bien-être général.

[Accéder à Changerpurlavie](#)

CONTACTS

Virgin Pulse

IM Wellness

[888 671-9395](tel:8886719395)

support@virginpulse.com

<https://joinvirginpulse.com/ironmountain>

[App Store](#)

[Google Play](#)

Green Shield Canada

Programme Changerpurlavie

[888 711-1119](tel:8887111119)

www.greenshield.ca

[App Store](#)

[Google Play](#)

Bien-être financier

La santé est essentielle pour vivre pleinement et, lorsqu'il est question de bien-être financier, la santé est la richesse. Iron Mountain est à vos côtés tout au long de votre parcours.

VOTRE BIEN-ÊTRE FINANCIER AVANT TOUT

Le bien-être financier est unique à chaque personne, selon ses besoins individuels. C'est pourquoi nous collaborons avec Mercer qui vous donne accès à mercermoney365.ca, un site Web exhaustif et convivial conçu pour vous aider à évaluer votre santé financière actuelle, à acquérir des connaissances et des conseils de réussite et à recevoir un [soutien personnalisé](#) pour maintenir ou améliorer votre santé financière et, par le fait même, votre bien-être.

Chaque personne a ses propres priorités en ce qui concerne sa situation financière. La plateforme suivante peut vous soutenir, peu importe votre situation actuelle, et vous accompagner vers la situation financière d'avenir que vous souhaitez. Nul besoin d'être expert pour avoir une approche positive quant à ses finances!

Pour commencer

Visitez mercermoney365.ca pour commencer dès aujourd'hui!

- Saisir le nom d'utilisateur: **Ironmountain**
- Utiliser le mot de passe suivant: **@Mountaineer1**

Ressources pour votre soutien

- **Contactez un conseiller ou une conseillère PlanRight.** Les conseillers et conseillères Manulife PlanRight sont disponibles pour répondre à vos questions financières des plus pointues aux plus simples. Vous pouvez [prendre rendez-vous](#), ou téléphonez au **833 838-8873** du lundi au vendredi de 8 h à 20 h, HE.
- **Découvrez les Ressources de mieux-être.** Nous devons tous faire face à des défis. Vous pouvez toujours compter sur [Ressources de mieux-être](#), peu importe votre situation. Le programme est gratuit et confidentiel pour vous et votre famille.

Ressources de mieux-être

Nous sommes là pour vous aider à profiter de la vie.

OBTENEZ DE L'AIDE POUR SURMONTER LES ÉPREUVES DE LA VIE

Ressources de mieux-être consiste en un réseau mondial d'experts qui a été mis sur pied pour assurer votre bien-être physique, émotionnel, social et financier. Que vous cherchiez à accroître votre résilience ou à gérer les épreuves de la vie, le réseau Ressources de mieux-être est à votre disposition — gratuitement et entièrement confidentiel.

Ressources de mieux-être est offert confidentiellement et gratuitement à tous les salariés d'Iron Mountain et membres de leurs foyers, y compris les enfants de 26 ans et moins n'habitant pas sous leur toit. Les services sont offerts 24 heures sur 24, sept jours sur sept.

CE QU'OFFRE RESSOURCES DE MIEUX-ÊTRE

Les salariés d'Iron Mountain peuvent faire appel à Ressources de mieux-être pour les aider à gérer les situations et problèmes de la vie. Des conseillers professionnels et attentionnés peuvent aider en toute confidentialité les membres de votre foyer et vous en offrant des ressources de santé mentale, financières, juridiques et communautaires incluant:

Soutien en bien-être émotionnel

Vous avez droit à cinq séances de consultation gratuites par problème chaque année. Vous pouvez également obtenir un soutien en bien-être émotionnel immédiat, 24 sur 24. Les services vous sont offerts gratuitement dans n'importe quelle langue et accessibles à partir de n'importe quel emplacement. Les séances de consultation sont offertes en personne, au téléphone, virtuellement ou en thérapie sous forme de clavardage (séances texto) lorsque disponible. Le soutien offert couvre un large éventail de problèmes comme:

- la résilience
- l'anxiété
- le soutien en matière de relations
- la gestion du stress
- le deuil ou la perte
- la dépression
- l'abus de substances et bien plus encore

Nous pouvons également vous aider à trouver la meilleure option de soins continus.

Services juridiques et financiers

Si vous faites face à des problèmes juridiques ou financiers, Ressources de mieux-être peut vous référer à des experts locaux pour vous aider. Les demandes courantes comprennent:

- Droits des consommateurs
- Lois matrimoniales
- Ententes de convention de logement et de location
- Affaires civiles
- Testaments et homologations
- Crédit, débit et élaboration d'un budget
- Fiscalité
- Hypothèques et assurances
- Retraite
- Empêcher l'usurpation d'identité ou se remettre sur pied suite à une usurpation d'identité

Les recommandations seront faites en fonctions de ressources gouvernementales et privées locales disponibles.

Assistance à vie quotidienne

Il peut être difficile de savoir par où commencer face à des besoins quotidiens qui se chevauchent. Ressources de mieux-être peut vous aider à trouver des ressources concernant:

- les services de garde pour enfants
- les services de garde ou de soins pour les aînés
- le soutien aux aidants
- les soins aux animaux de compagnie
- le soutien dans le cadre d'un relogement
- les groupes de soutien selon les intérêts
- les ressources communautaires/besoins fondamentaux

Ressources en ligne

Le site Web pour les membres offre une gamme complète d'outils et de ressources sur le bien-être émotionnel, l'équilibre entre la vie personnelle et la vie professionnelle, etc. Visitez go.rfl.com/IRM et explorez:

- Articles et des autoévaluations
- Ressources sur les événements mondiaux courants
- Ressources vidéo
- Clavardages en direct avec Ressources de mieux-être
- Webinaires en direct et enregistrés

Visitez le [site Web pour les membres](#) pour y trouver des ressources vidéo, des balados, des articles, des évaluations, des webinaires et bien plus encore.

Services supplémentaires

- **Soutien numérique autonome:** Vous avez accès à des outils numériques de thérapie cognitive et comportementale, à des ressources sur la pleine conscience et à des outils en ligne pour vous aider à gérer la dépression, l'anxiété, le stress, l'abus

de substances, etc.

- **Positionnement proactif:** N'attendez pas des semaines pour prendre rendez-vous. Ressources de mieux-être peut vous aider à trouver un fournisseur de soins local afin que vous puissiez prendre rendez-vous le plus rapidement possible, soit entre trois à cinq jours ouvrables pour des consultations de routine et entre un et deux jour(s) ouvrable(s) pour les consultations urgentes.

Sentiment d'appartenance

Chez Iron Mountain, chaque salarié devrait ressentir un sentiment d'appartenance à toute étape de leur vie. Ressources de mieux-être offre pour cette raison:

- **Des caractéristiques d'accessibilité:** Accédez aux services en ligne, à partir d'un appareil mobile, d'un téléphone ou en personne.
- **Une diversité de cliniciennes et cliniciens:** Notre réseau comprend des conseillers provenant de communautés diverses afin de soutenir les membres de toute origine.

POUR COMMENCER

A1A ou Ressources de mieux-être sont disponibles à titre de conseil. Téléphonnez ou clavardez en ligne avec A1A ou un partenaire en soins pour obtenir un soutien et des ressources. Vous pouvez contacter en ligne un partenaire en soins 24 h/24, 7 j/7 en utilisant la fonction de clavardage en direct sur le [site Web des membres Ressources de mieux-être](#). Posez des questions et accédez à des séances de consultations, des ressources et plus encore. [Cliquez ici](#) pour consulter l'annuaire des contacts de Ressources de mieux-être.

CONTACTS

Ressources de mieux-être

1 833 657-2101, TTY : 711

Sans frais dans le pays : 877 847-4525

Communication universelle à frais virés : +1 416 956-2979

Code ICY : 259948

[Annuaire des contacts de Ressources de mieux-être
go.rfl.com/IRM](http://go.rfl.com/IRM)

Nom d'utilisateur : **Iron Mountain**

Mot de passe : **Mountaineer**

Soutien au bien-être émotionnel des femmes

Une initiative pour la santé des femmes offrant des services de consultation en ligne gratuits.

APERÇU

Un Canadien sur cinq a consulté un spécialiste pour des raisons de santé mentale pendant la pandémie, et plus de 100 000 Canadiennes ont pris un congé sabbatique ou quitté leur emploi durant cette même période.* Financée par la [Green Shield Benefits Association et mise en œuvre par Inkblot Therapy](#), l'initiative **Room for Her** vise à promouvoir la santé mentale et le bien-être des Canadiennes et à rendre la consultation en ligne plus accessible.

Grâce à cette initiative, les femmes de 18 ans et plus résidant au Canada sont admissibles à des services de consultation gratuits. Après une première séance de consultation de 30 minutes auprès d'un(e) thérapeute agréé(e), vous aurez droit à une séance en ligne de 60 minutes ou deux séances en ligne de 30 minutes.

*https://leadershipavise.rbc.com/la-covid-19-a-assombri-davantage-les-perspectives-des-canadiennes-dont-les-emplois-sont-menaces/?_ga=2.262716492.1395226425.1640761510-1071052253.1640761508

COMMENCER

Pour en savoir plus sur l'accès gratuit aux services de consultation, veuillez vous rendre à la [page Inkblot Therapy](#). Si vous êtes prête à trouver un(e) conseiller(ère) et à prendre un rendez-vous pour votre première séance, [cliquez ici](#).

CONTACTS

Inkblot Therapy
inkblottherapy.com/roomforher
support@inkblottherapy.com

Réduction sur l'inscription au gym

ÉCONOMISEZ DE L'ARGENT SUR LES ABONNEMENTS À GYM

Aller au gym peut vous aider à être plus concentré et plus motivé. C'est l'endroit où les personnes de toutes conditions physiques et de toutes tailles se défoulent!

Énergie Cardio et **GoodLife Fitness** vous offre, ainsi qu'à quatre autres membres de votre famille, des réductions dans les gyms Énergie Cardio et GoodLife Fitness au Canada. Votre adhésion vous donne accès à:

- De l'équipement de cardio de pointe
- Des poids libres et des appareils de musculation
- Des cours de mise en forme en groupe
- Un personnel professionnel qui vous aide à atteindre vos objectifs
- Un service de garde (si disponible, moyennant un supplément)
- La participation à un programme de récompenses, comprenant des offres spéciales sur des articles de marque

POUR COMMENCER

- [Inscrivez-vous](#) pour devenir membre Énergie Cardio.
- [Inscrivez-vous](#) pour devenir membre GoodLife Fitness.

CONTACTS

Énergie Cardio

Réduction sur l'inscription au gym

[514 533-8386](tel:5145338386)

<https://www.energiecardio.com/fr>

GoodLife Fitness

Gym discounts

[800 287-4631](tel:8002874631)

<https://corporate.goodlifefitness.com>

ADVANTAGES LIÉS AU TRAVAIL

Programme de réductions

APERÇU

Grâce à votre **adhésion gratuite à Perkopolis**, vous économiserez sur les spectacles, les voyages, les attractions, vos achats, la santé et le bien-être, les voitures, les assurances et bien plus encore!

Pour commencer

Visitez le site de [Perkopolis](#) pour en savoir plus sur les réductions qui vous sont offertes et pour vous inscrire. Une fois inscrit, vous recevrez un courriel contenant un lien pour activer votre compte. [Cliquez ici](#) pour connaître la procédure d'inscription.

CONTACTS

Perkopolis

Réductions

[800 761-7523](tel:8007617523)

www.perkopolis.com

[App Store](#)

[Google Play](#)

Aide à l'éducation

REMBOURSEMENT DES DROITS DE SCOLARITÉ

Le programme de remboursement des droits de scolarité est une aide financière destinée aux employés qui désirent terminer un diplôme universitaire de premier cycle ou un diplôme d'études supérieures dans des établissements agréés, ou obtenir des certifications professionnelles ou encore, un permis de conduire commercial. Les demandes doivent être évaluées et approuvées. Les certifications professionnelles désirées doivent être liées à la carrière/au rôle d'affaires chez Iron Mountain.

Admissibilité

Tous les employés à temps partiel d'Iron Mountain qui travaillent entre 20 et 29 heures par semaine ainsi que tous les employés à temps plein.

Plan de remboursement des droits de scolarité	
Employés à temps plein qui travaillent 30 heures ou plus par semaine:	5 250 \$ par année civile
Employés à temps partiel qui travaillent entre 20 et 29 heures ou moins par semaine:	2 250 \$ par année civile

Pour obtenir davantage de renseignements sur l'aide pour frais de scolarité, accédez à la politique sur [myMAP](#).

POUR COMMENCER

1. Créez un compte Bourse d'études et services de droits de scolarité internationaux (International Scholarship and Tuition Services, ISTS) [ici](#).
2. Remplissez le formulaire de cours/d'approbation du gestionnaire.
3. Saisissez le nom et l'adresse courriel de votre gestionnaire. Elle ou il recevra un courriel qui devra être traité avant la première journée du ou des cours. Cliquez sur « Enregistrer/Soumettre. »
4. Une fois que le travail d'un cours approuvé est terminé et que vous avez reçu vos notes, accédez à nouveau à votre compte ISTS pour terminer « l'étape 2 : remboursement des cours approuvés. » (Assurez-vous de le faire dans les 60 jours après la date de la fin du cours.)
5. Cliquez sur « Enregistrer/Soumettre. »

CONTACTS

Bourse d'études et services de droits de scolarité internationaux

Remboursement des droits de scolarité

[855.670.4787](tel:855.670.4787)

ironmountain.applyists.net

Aide à l'adoption

PROGRAMME D'AIDE À L'ADOPTION

Nous croyons qu'il est de notre devoir d'aider les employés d'Iron Mountain à fonder une famille. Grâce à notre programme d'aide à l'adoption, nous **contribuons à financer les frais** d'adoption d'enfants de moins de 18 ans. Iron Mountain offre **des congés d'adoption et des congés parentaux** selon les conditions minimales prévues par la législation, le cas échéant.

Tous les employés à temps plein peuvent bénéficier des prestations d'adoption si ce sont des employés actifs chez Iron Mountain.

Iron Mountain remboursera jusqu'à **5 000 \$** (maximum annuel en dollars canadiens) pour les dépenses admissibles, notamment:

- les frais de dossier;
- l'évaluation du milieu familial;
- les frais d'agence et de placement;
- les frais juridiques;
- les frais d'immigration ou d'immunisation et de traduction;
- les frais de transport, de repas et d'hébergement pendant les déplacements;
- les services de conseil aux parents, aux enfants et aux familles en matière d'adoption.

POUR COMMENCER

Envoyez les demandes de remboursement des frais d'adoption admissibles en remplissant le [formulaire d'aide à l'adoption](#). Il vous sera demandé de fournir des copies de toutes les pièces justificatives et de tous les reçus relatifs à votre demande. Pour toute question concernant la procédure, veuillez vous adresser à Global HR Service Support en appelant au **855 462-7547**.

CONTACTS

Global HR Service Support

Aide à l'adoption

[855 462-7547](tel:8554627547)

irm.service-now.com/mymap

irmHR.NAM@ironmountain.com

RESSOURCES

Green Shield Canada

OBTENIR DE L'AIDE AVEC VOS PRESTATIONS

Nous voulons que vous et votre famille puissiez vous concentrer sur votre santé, et non sur la complexité des prestations. Pour mieux comprendre et tirer le meilleur parti de vos prestations, visitez le [site Web pour les membres de Green Shield](#), où vous pouvez:

- Soumettre des réclamations et visualiser l'historique de vos réclamations.
- Examiner la couverture de vos garanties.
- Accéder au portail Changerpourlavie.
- Trouver des fournisseurs de soins de santé en fonction de votre emplacement.
- Trouver une pharmacie.
- Accéder aux lettres d'information et aux articles.

[Visiter le site Web](#)

CONTACTS

Green Shield Canada

Soins de santé et soins dentaires

[888 711-1119](tel:8887111119)

Numéro de la politique de soins de santé et de soins dentaires : IMCC

www.greenshield.ca

[App Store](#)

[Google Play](#)

Contacts

AIDE GÉNÉRALE

Global HR Service Support

Administration et informations générales

[855.IM.ASK.HR \(855 462-7547\)](tel:855.IM.ASK.HR)

irm.service-now.com/mymap

irmHR.NAM@ironmountain.com

SANTÉ

Green Shield Canada

Soins de santé et soins dentaires

[888 711-1119](tel:888.711.1119)

Numéro de la politique de soins de santé et de soins dentaires : IMCC

www.greenshield.ca

[App Store](#)

[Google Play](#)

BIEN-ÊTRE

Virgin Pulse

IM Wellness

[888 671-9395](tel:888.671.9395)

support@virginpulse.com

<https://joinvirginpulse.com/ironmountain>

[App Store](#)

[Google Play](#)

Green Shield Canada

Programme Changerpourtavie

[888 711-1119](tel:888.711.1119)

www.greenshield.ca

[App Store](#)

[Google Play](#)

Workplace Options

Programme d'aide aux employés (PAE)

[877 847-4525](tel:8778474525)

<https://www.global.resourcesforyourlife.com/>

Code de l'entreprise : Iron Mountain

support@resourcesforyourlife.com

Envoi de SMS : 1 647 624-2840

[App Store](#)

S'inscrire à l'aide du code d'accès 156388

[Google Play](#)

S'inscrire à l'aide du code d'accès 156388

Énergie Cardio

Réduction sur l'inscription au gym

[514 533-8386](tel:5145338386)

<https://www.energiecardio.com/fr>

GoodLife Fitness

Gym discounts

[800 287-4631](tel:8002874631)

<https://corporate.goodlifefitness.com>

ARGENT

Manulife

Régime de retraite de la société Iron Mountain Canada

[833 838-8873](tel:8338388873)

www.manuvie.ca/PRO

[App Store](#)

[Google Play](#)

Desjardins Insurance

Assurance invalidité et assurance vie

[800 263-1810](tel:8002631810)

Numéro de la politique d'assurance vie : 541545

www.desjardinslifeinsurance.com

[App Store](#)

[Google Play](#)

Fidelity

Régime d'actionnariat des employés (RAE)

[800 544-9354](tel:8005449354)

www.netbenefits.fidelity.com

[App Store](#)

[Google Play](#)

AVANTAGES LIÉS AU TRAVAIL

Perkopolis

Réductions

[800 761-7523](tel:8007617523)

www.perkopolis.com

[App Store](#)

[Google Play](#)

Global HR Service Support

Programme de remboursement des droits de scolarité

[855 462-7547](tel:8554627547)

irm.service-now.com/mymap

irmHR.NAM@ironmountain.com

Global HR Service Support

Aide à l'adoption

[855 462-7547](tel:8554627547)

irm.service-now.com/mymap

irmHR.NAM@ironmountain.com

Documents

SANTÉ

- [Police d'assurance collective vie et invalidité](#)
- [Résumé du régime d'avantages sociaux — Brochure sur les soins de santé et les soins dentaires](#)

AVANTAGES LIÉS AU TRAVAIL

- [Politique et formulaire d'aide à l'adoption](#)
- [Remboursement des droits de scolarité](#)
- [Perkopolis](#)

BIEN-ÊTRE

- [IM Wellness – Aperçu](#)

PROGRAMMES DE BIEN-ÊTRE

IM Wellness

Notre programme IM Wellness est un élément important de notre engagement en faveur du bien-être.

APERÇU

Améliorez votre bien-être – physique, mental, social et émotionnel – avec [IM Wellness](#), notre programme de santé confidentiel et personnalisé. Basé sur vos objectifs et vos intérêts, le programme fournit des conseils, des outils et des services pour vous aider à atteindre vos objectifs. Suivez vos activités, participez à des défis, apprenez des compétences pour augmenter votre résilience et bien plus.

POUR COMMENCER

Adhérer est très facile. Pour vous inscrire, faites l'une des choses suivantes:

- Balayez le code QR pour télécharger l'application sur votre téléphone cellulaire.



- Accédez à join.virginpulse.com/ironmountain. Inscrivez-vous en utilisant votre numéro d'identification d'employé.

COMMENCEZ VOTRE PARCOURS DE BIEN-ÊTRE

Utilisez ces conseils pour atteindre vos objectifs de bien-être.

Faites votre bilan de santé

Faites un bilan de santé pour en savoir plus sur vos habitudes de santé. La plateforme IM Bien-être vous enverra des programmes et des conseils personnalisés en fonction de vos besoins. Allez à Santé > Bilan de santé > Démarrer le questionnaire.

Synchronisez votre traqueur

Synchronisez facilement votre appareil ou application préférés avec IM Bien-être. Allez à Profil > Appareils et applications et sélectionnez votre traqueur d'application actuel.

Faites équipe avec un collègue

Les données montrent que vous réussissez mieux à atteindre vos objectifs lorsque vous vous associez à vos amis et à votre famille. Allez à Social > Amis > Ajouter des amis > Recherche par nom > Saisir un nom ou Envoyer une invitation.

Faites l'expérience de votre programme de pleine conscience*

Réduisez votre stress grâce à un entraînement à la pleine conscience et aux bases du yoga, étape par étape. Allez à Prestations > Sélectionnez RethinkCare > Sélectionnez Commencer maintenant.

*RethinkCare peut être consulté en anglais, néerlandais, français, allemand, japonais, coréen, portugais, chinois simplifié et espagnol.

Contacts

Virgin Pulse

IM Wellness

support@virginpulse.com

<https://joinvirginpulse.com/ironmountain>

[App Store](#)

[Google Play](#)

Changerpouurlavie

Le bien-être fait partie intégrante de nos valeurs et de notre culture. Notre programme de bien-être Changerpouurlavie est un élément important de notre engagement en faveur du bien-être.

APERÇU

Nous avons établi un partenariat avec [Green Shield Canada](#) pour vous faire bénéficier de son **programme Changerpouurlavie**, afin que vous puissiez exploiter tout votre potentiel. Vous devez souscrire au régime de soins de santé Essentiel, Standard ou Premium pour participer au programme. (Les conjoints ou les partenaires et les personnes à charge ne sont pas admissibles.)

COMMENT ÇA MARCHE?

Grâce au portail en ligne gratuit du programme, vous pouvez participer à des activités conçues pour vous aider à atteindre vos objectifs en matière de santé. En participant à certaines activités, vous gagnerez des points qui pourront être utilisés pour obtenir des récompenses, comme des cartes-cadeaux chez des revendeurs renommés d'articles ménagers, de vêtements de sport et d'électronique. Les activités incluent notamment:

- **Faire un bilan de santé** pour recevoir un bulletin personnalisé et un plan d'action avec de petites mesures réalistes que vous pouvez prendre pour adopter des habitudes plus saines.
- **Surveiller votre santé et votre activité physique** grâce à des outils de suivi.
- **Recevoir du soutien** pour la gestion d'une maladie chronique.
- **Lire des articles informatifs** sur des sujets relatifs à la santé.

Pour commencer

1. Visitez le [site de Green Shield Canada](#) pour vous inscrire à Changerpouurlavie.
2. Sur la page d'accueil du site, cliquez sur Connexion et sélectionnez Membres du régime.
3. Si vous n'êtes pas membre du régime, cliquez sur Allez-y et suivez la procédure d'adhésion. Si vous êtes déjà membre du régime, connectez-vous.
4. Cliquez sur l'onglet Changerpouurlavie. Vous serez dirigé vers le portail de Changerpouurlavie.

Réclamer les récompenses

Pour réclamer vos récompenses, téléchargez l'**application GSC à votre portée**^{MD} de Green Shield Canada dans l'[App Store](#) ou [Google Play](#). Vous pouvez utiliser les points que vous avez gagnés pour acheter des « billets de loterie » et ainsi avoir la possibilité de gagner une récompense.

SOUTIEN SANTÉ D'UN DIÉTÉTISTE

Le programme Soutien Diététiste, disponible dans le cadre de Changerpouurlavie, vous permet de consulter des diététistes agréés qui peuvent vous aider à faire des choix alimentaires plus sains. Que vous souhaitiez améliorer votre alimentation pour prévenir ou gérer une maladie chronique, comme le diabète, l'hypertension ou l'hypercholestérolémie, ils peuvent vous aider à modifier votre mode de vie de manière positive.

Dans le cadre de ce programme, vous bénéficiez de quatre séances sur une période de quatre à huit mois avec un diététiste dans une pharmacie Loblaw ou Sobeys. Votre diététiste s'occupera de:

- élaborer un programme alimentaire basé sur vos habitudes alimentaires et vos problèmes de santé, votre tension artérielle et votre poids;
- vous apprendre à lire les étiquettes des produits alimentaires, à planifier vos repas et vous aider à vous orienter dans les rayons du supermarché afin que vous puissiez faire des choix avisés;

- évaluer vos progrès et vous proposer des astuces qui vous permettront de vous en sortir quand vous serez seul.

Pour commencer

Visitez www.bookadietitian.ca or <http://sobeypharmacy.com/greenshield> pour prendre rendez-vous. S'il n'y a pas de pharmacie Loblaw ou Sobeys dans votre région, vous pouvez le faire par téléphone.

Contacts

Green Shield Canada
Programme Changerpurlavie

[888 711-1119](tel:8887111119)

www.greenshield.ca

[App Store](#)

[Google Play](#)

CONGÉS AUTORISÉS

Congés autorisés personnels

POINTS ESSENTIELS

Vous pouvez **prendre des congés non rémunérés pour des motifs personnels**. L'approbation des demandes de congé personnel non rémunéré est soumise aux besoins de l'entreprise et est laissée à la discrétion de la direction.

Description

Le congé personnel permet de s'absenter pour des raisons non couvertes par d'autres programmes de congé ou d'absence. **Avant de demander un congé pour des raisons personnelles, vérifiez si le motif de votre congé est couvert par un autre programme.**

Qui est admissible?

Les employés d'Iron Mountain à temps plein qui travaillent au moins 30 heures par semaine.

Date de début

Vous devez effectuer votre demande de congé **30 jours** avant la date de congé souhaitée.

Durée

Jusqu'à 90 jours civils au cours d'une période de 12 mois (et pas plus d'une fois par période continue de 12 mois).

Montant de la rémunération

Le congé personnel est un congé non rémunéré.

COMMENT DEMANDER UN CONGÉ

- Écrivez à votre supérieur hiérarchique pour demander votre congé au moins 30 jours avant la date à laquelle vous souhaitez prendre votre congé. Indiquez la date de fin de votre congé.
- Communiquez avec Global HR Service Support au **855 462-7547**.

Congé légal

POINTS ESSENTIELS

Les congés légaux vous permettent de prendre des congés comme pour vous occuper d'un proche, servir dans les forces armées, etc.

Description

Les congés suivants constituent des congés légaux:

- Congé pour décès
- Congé pour cérémonie de citoyenneté
- Congé de soignant
- Congé pour décès ou disparition d'enfant lié à un crime
- Congé pour maladie grave
- Congé pour violence familiale
- Congé pour obligations familiales
- Congé pour fonctions judiciaires
- Congé pour maladie ou blessure de longue durée
- Congé pour don d'organes
- Congé parental et pour adoption
- Congé de maternité
- Congé pour réservistes

Les conditions d'admissibilité et les délais applicables varient selon le type de congé. Communiquez avec Global HR Service Support au **855 462-7547** pour obtenir plus de détails sur ce type de congés.

Informations Supplémentaires

Congé pour décès

Nous offrons un congé pour décès aux employés réguliers à plein temps d'Iron Mountain après la perte d'un membre de leur famille immédiate, y compris votre:

- Époux (épouse) ou conjoint (conjointe) de fait
- Enfant ou beau-fils (y compris les enfants de l'époux [épouse] ou conjoint [conjointe] de fait)
- Grand-parent ou petit-enfant (y compris les petits-enfants de l'époux [épouse] ou conjoint [conjointe] de fait)
- Parent, frère ou sœur (y compris la belle-famille de l'époux [épouse] ou conjoint [conjointe] de fait)
- Tante ou oncle
- Cousin ou cousine
- Nièce ou neveu
- Tuteur légal ou pupille

Vous pouvez prendre jusqu'à cinq jours de congé payé pour cause de décès, mais ce congé est accordé à la discrétion de votre supérieur hiérarchique. Une déclaration de décès peut être exigée avant de réaliser le paiement. Le temps libre autorisé pour ce congé est distinct du temps libre personnel et ne sera pas déduit de votre congé de maladie ou de vos vacances. Si vous avez besoin de plus de cinq jours, vous pouvez utiliser vos jours de vacances ou votre congé personnel avec l'accord de votre supérieur hiérarchique.

Congé pour fonctions judiciaires

Si vous avez été convoqué comme juré, vous avez droit à un congé suffisant pour accomplir votre devoir civique. Vous devez

soumettre à votre supérieur hiérarchique une citation à comparaître, une assignation à comparaître ou un avis de convocation à la fonction judiciaire afin de confirmer que vous avez droit à un congé pour fonctions judiciaires.

Les employés réguliers à temps plein recevront leur salaire normal, moins les indemnités qu'ils reçoivent du tribunal, pendant un maximum de 30 jours s'ils sont affectés à un procès. S'ils ne sont pas affectés à un procès, ils recevront le salaire normal de 14 jours de travail maximum. Les employés à temps partiel ne reçoivent qu'une compensation du tribunal, à moins que la législation provinciale ou locale n'exige un paiement minimum de la part de l'entreprise.