

# déploiement pour le militaire et sa famille

Préserver votre capacité opérationnelle, vous soutenir et accompagner votre famille

## Plan du site

▣ Accueil

▣ Avant

▣ Militaire

▣ Hygiène de vie

▣ Sommeil

▣ Activité physique

▣ Les règles hygiéno-diététiques

▣ Addictions

▣ Soutien médico-psychologique

⊕ En savoir plus sur "Hygiène de vie"...

▣ Mise en condition opérationnelle

▣ EPMS opérationnel

▣ Les techniques d'optimisation du potentiel

▣ Réactions au stress opérationnel dans l'armée de Terre

▣ Réactions au stress opérationnel dans la Marine nationale

▣ Accompagnement

⊕ En savoir plus sur "Mise en condition opérationnelle"...

▣ Démarches administratives et accompagnement social

▣ Acteurs de la protection médico-sociale

▣ Dossier unique OPEX

▣ Aspects juridiques des accidents et maladies des militaires

▣ Famille

▣ Soutien des armées

▣ Bureaux et cellules chargés des familles

▣ Guides

▣ Bureaux et cellules d'aide aux blessés des armées

▣ Soutien moral

▣ Dispositif ministériel

▣ Préparation familiale

▣ Écoute Défense

▣ Soutien spirituel

▣ Accompagnement social et protection sociale

▣ Acteurs de la protection médico-sociale

▣ Associations de solidarité et d'entraide

▣ Organismes sportifs et de loisirs

▣ Pendant

▣ Militaire

- 📁 Maintien en condition opérationnelle
  - 📁 Hygiène de vie
  - 📁 Accompagnement
- 📁 Démarches administratives
  - 📁 Aspects juridiques des accidents et maladies des militaires

## 📁 Famille

- 📁 Soutien des armées
  - 📁 Bureaux et cellules chargés des familles
  - 📁 Guides
  - 📁 Bureaux et cellules d'aide aux blessés des armées
- 📁 Soutien moral
  - 📁 Dispositif ministériel
  - 📁 Famille et missions
  - 📁 Écoute Défense
  - 📁 Soutien spirituel
- 📁 Accompagnement social et protection sociale
  - 📁 Acteurs de la protection médico-sociale
  - 📁 Associations de solidarité et d'entraide
  - 📁 Organismes sportifs et de loisirs

## 📁 Au retour

### 📁 Militaire

- 📁 Hygiène de vie
  - 📁 Sommeil
  - 📁 Diététique
  - 📁 Addictions
  - 📁 Soutien médico-psychologique
- 📁 Accompagnement du retour
  - 📁 Suivi psychologique
  - 📁 Soutien spirituel
  - 📁 Remise en condition opérationnelle
  - 📁 Suivi du blessé
- 📁 Démarches administratives et accompagnement social
  - 📁 Prise en charge des dommages corporels et psychiques

### 📁 Famille

- 📁 Soutien des armées
  - 📁 Bureaux et cellules chargés des familles
  - 📁 Guides
  - 📁 Bureaux et cellules d'aide aux blessés
- 📁 Soutien moral
  - 📁 Dispositif ministériel
  - 📁 Le retour en famille
  - 📁 Écoute Défense
  - 📁 Soutien spirituel
- 📁 Accompagnement social et protection sociale
  - 📁 Acteurs de la protection médico-sociale
  - 📁 Associations de solidarité et d'entraide
  - 📁 Organismes sportifs et de loisirs

## 📁 En pratique

- 📁 Publications

Publications

Contacts

