

Votre cheminement vers une meilleure santé n'est qu'à quelques clics.

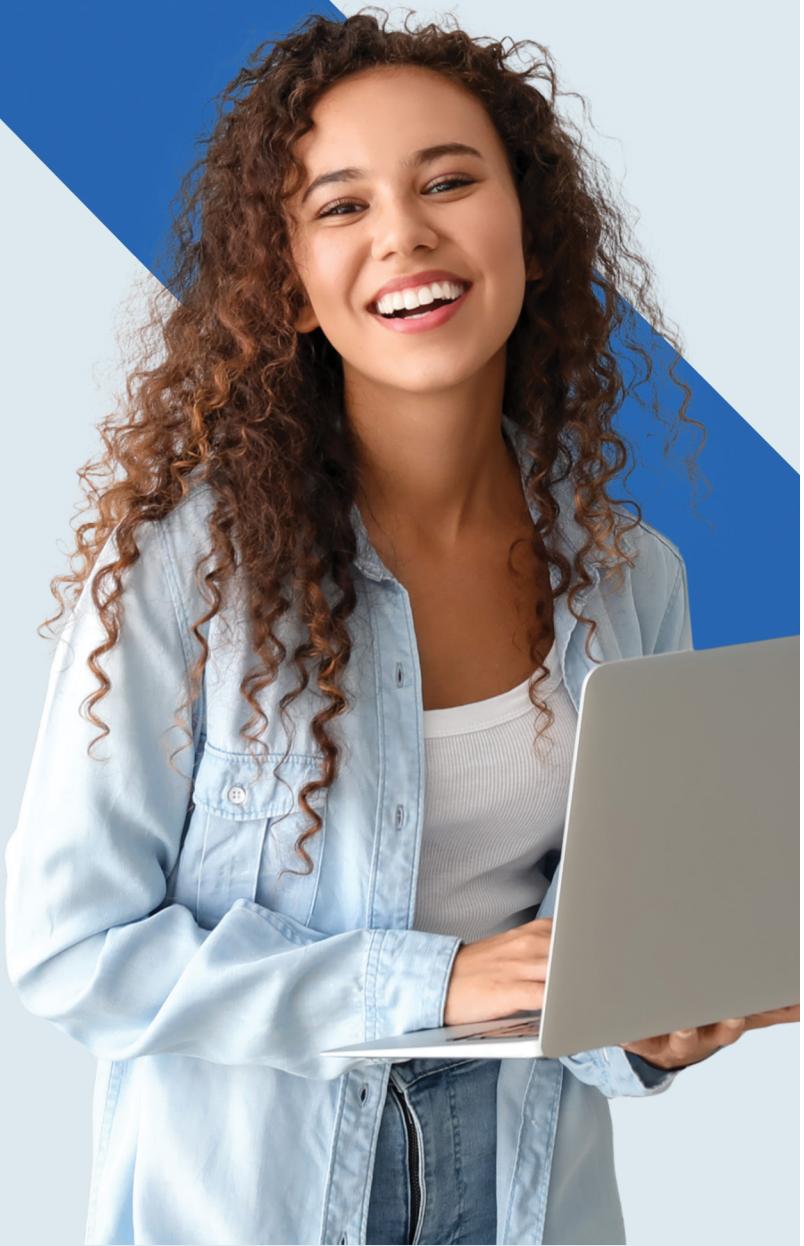


Obtenez les soins qui vous conviennent. Sans l'attente. Partout, en tout temps.

Le programme d'aide aux employés (PAE) de GreenShield Santé est là pour vous aider, vous et les personnes à votre charge, en vous offrant un soutien complet et personnalisé en matière de bien-être grâce à notre réseau diversifié de thérapeutes.

Parmi la gamme de services que nous offrons, citons du soutien en matière de santé mentale pour les personnes, les couples et les enfants, une plateforme holistique de bien-être, un outil de parcours de soins de santé convivial et axé sur vos besoins, et bien plus encore.

Accédez à un large éventail d'options de traitement en fonction de vos besoins en santé mentale et de vos objectifs de vie par le biais de GreenShield+.



Connectez-vous à votre compte GreenShield+ pour accéder à tous vos services.

greenshield.ca

 **GreenShield**™

Comment obtenir du soutien en matière de santé mentale, que ce soit pour vous, votre couple ou vos enfants



Thérapie confidentielle en personne ou en ligne et soutien en matière de santé mentale pour vous et votre famille, où que vous soyez. Nous vous jumelons avec des thérapeutes qualifiés dès que vous ressentez le besoin de parler.



Consultation

Thérapie individuelle

Accédez à des séances de thérapie individuelles avec un ou une thérapeute en fonction des résultats de notre questionnaire de jumelage.

Thérapie de couple

Planifiez des séances de thérapie de couple avec un ou une thérapeute qui se spécialise dans ce domaine.



Soutien en santé mentale des enfants

Créé pour les enfants de plus de cinq ans, notre programme distinctif basé sur le jeu enseigne des compétences d'adaptation adaptées à l'âge et les principes de la thérapie cognitivo-comportementale (TCC). En partenariat avec Mightier, ce programme ludique destiné aux enfants associe des jeux numériques à des activités hors écran pour renforcer l'apprentissage par le jeu.

Comment vous inscrire dans GreenShield+ :

1. Balayez le code QR ci-dessous ou rendez-vous sur greenshieldplus.ca
2. **Connectez-vous** à votre compte GreenShield+
3. Suivez les instructions



Vous avez besoin d'aide? Obtenez des réponses à vos questions en utilisant l'outil Parcours de soins de santé dans GreenShield+.



Connectez-vous à votre compte GreenShield+ pour accéder à tous vos services.

greenshield.ca

 **GreenShield**™

Comment accéder aux services de soutien en matière de travail, de santé et de vie privée



La thérapie peut certes contribuer à votre bien-être, mais d'autres facteurs entrent en ligne de compte.



Notre personnel infirmier autorisé, nos diététistes, accompagnateurs ainsi qu'un vaste réseau de professionnels qualifiés peuvent vous aider à composer avec tous les aspects de la vie et à atteindre vos objectifs personnels. Vous avez notamment accès à :

Des conseils en matière de travail et de carrière

- Nos consultants en carrière peuvent vous aider à faire passer votre carrière au niveau supérieur

Des conseils en matière de santé et nutrition

- La santé mentale est étroitement liée à la santé physique. C'est pourquoi nous mettons à votre disposition des diététistes et des professionnels de la santé pour vous aider à atteindre vos objectifs en matière de santé
- En partenariat avec RxFood, notre programme virtuel comprend des évaluations personnalisées et un accompagnement par des professionnels de la santé qui s'engagent à vous aider à adopter des habitudes alimentaires saines et durables

Des conseils sur des questions juridiques et financières

- Obtenez des conseils financiers et juridiques professionnels pour vous aider à prendre les bonnes décisions

Des conseils sur les étapes de transition de vie

- Nous vivons tous des périodes de changement au cours de notre vie. Allez chercher de l'aide auprès de notre équipe de santé afin de traverser ces périodes en douceur

Comment vous inscrire dans GreenShield+ :

1. Balayez le code QR ci-dessous ou rendez-vous sur greenshieldplus.ca
2. **Connectez-vous** à votre compte GreenShield+
3. Suivez les instructions



Vous avez besoin d'aide? Obtenez des réponses à vos questions en utilisant l'outil Parcours de soins de santé dans GreenShield+.



Connectez-vous à votre compte GreenShield+ pour accéder à tous vos services.

greenshield.ca

 **GreenShield**™

Comment accéder au programme Bien-être

À quoi ressemble le bien-être pour vous?



Notre programme complet comprend des outils et des ressources pour vous aider à répondre à vos besoins particuliers en matière de soins.

Le programme offre :

- Un questionnaire sur le bien-être pour vous aider à définir et à évaluer les risques potentiels pour la santé
- Un contenu personnalisé tel que des rappels, des stratégies de santé et des plans de soins
- Une bibliothèque variée avec des milliers de mini-cours, de jeux-questionnaires et d'activités ludiques et éducatives
- La collecte de données au moyen de dispositifs synchronisés pour suivre facilement vos objectifs en matière de santé
- La possibilité de gagner des points échangeables contre des prix et de participer à des défis communautaires qui encouragent les habitudes saines

Comment vous inscrire dans GreenShield+ :

1. Balayez le code QR ci-dessous ou rendez-vous sur greenshieldplus.ca
2. Connectez-vous à votre compte GreenShield+
3. Sélectionnez **Bien-être** dans votre tableau de bord
4. Suivez les instructions



Vous avez besoin d'aide? Obtenez des réponses à vos questions en utilisant l'outil Parcours de soins de santé dans GreenShield+.

©/™ Marque de commerce/déposée de Green Shield Canada. © 2024

GreenShield désigne collectivement Green Shield Canada (GSC), l'Association Green Shield et Green Shield Holdings inc., qui héberge les entreprises de services de santé et d'administration Green Shield Santé inc. et Green Shield Administration inc.



Connectez-vous à votre compte GreenShield+ pour accéder à tous vos services.

greenshield.ca

 **GreenShield**™