



Soins immédiats assistés par un conseiller.

Du soutien autoguidé avec l'aide d'un conseiller.

Soins immédiats assistés par un conseiller est un service numérique qui vous permet d'accéder à du contenu de bien-être de façon autonome et d'avoir recours à du counseling par échange de messages au besoin.

Envoyez un message à votre conseiller en tout temps.

Le point fort de Soins immédiats assistés par un conseiller, c'est que vous pouvez envoyer un message à votre conseiller en tout temps, même quand celui-ci n'est pas en ligne. Le conseiller ne répondra pas immédiatement au message, car il prendra le temps de le lire attentivement et de rédiger une réponse significative et personnalisée.



Soutien continu d'un conseiller.

Votre conseiller fixera des moments précis afin d'effectuer un suivi pour vous aider à garder le cap sur vos objectifs. Les suivis visent à établir des attentes claires, à maintenir votre motivation et à assurer que vous êtes sur la voie d'une meilleure santé mentale.



Accès à Soins immédiats assistés par un conseiller.

Vous pouvez accéder au service Soins immédiats assistés par un conseiller en cliquant sur le lien dans l'encadré « Sentez-vous soutenu » de la plateforme. Vous serez redirigé vers la plateforme Soins immédiats assistés par un conseiller, où vous devez vous inscrire.

Vous pouvez également en faire la demande par téléphone en composant le numéro ci-dessous.

