

# Services de counseling

Du soutien spécialisé de professionnels compétents dans leur domaine, sans frais.



Votre Programme d'aide aux employés (PAE) offre un soutien immédiat et confidentiel pour vous aider à surmonter les difficultés de la vie. Un conseiller chevronné et titulaire d'une maîtrise travaillera avec vous pour comprendre votre problème, vous fournir un soutien adapté à vos besoins et vous aider à le résoudre.

**Counseling confidentiel conçu pour votre mode de vie et offert selon le mode avec lequel vous êtes à l'aise :**

- **Counseling de groupe en ligne** – Participez à des séances prévues de counseling de groupe en ligne.
- **Counseling en personne** – Participez à des séances prévues dans un de nos bureaux.
- **Télécounseling** – Participez à des séances prévues au téléphone.
- **Cybercounseling** – Service professionnel de counseling réalisé par échange de courriels.
- **Counseling par vidéoconférence** – Participez à des séances prévues en ligne dans le confort de votre foyer à l'aide d'une webcaméra et d'un logiciel vidéo sécurisé.
- **Premier contact** – Clavardez instantanément avec un conseiller; aucun rendez-vous requis.

Les personnes en situation de crise peuvent parler immédiatement avec un conseiller en appelant notre centre d'accès aux services, disponible 24 heures sur 24, 7 jours sur 7.

Pour un support PAE confidentiel 24/7:

Visitez LifeWorks en ligne: