



Homewood
Santé

Votre programme d'aide aux employé·e·s et de promotion de la santé mentale

ORIENTATION

Conférencier/Conférencière : Homewood Santé

© Homewood Santé | Document confidentiel protégé par droit d'auteur

1

1

Ordre du jour

- Au sujet de Homewood Santé
- Le programme de Homewood :
 - Counseling en santé mentale
 - Aide aux employé·e·s et promotion du mieux-être – Coaching IntelliVie
 - Ressources en ligne
- Confidentialité
- Comment accéder au programme



© Homewood Santé
Document confidentiel protégé par droit d'auteur

2

2

Qui sommes-nous?



Homewood est une entreprise canadienne de confiance offrant des services d'aide aux employé-e-s et à leur famille depuis 1979.

Nous sommes le chef de file au pays en matière de santé mentale et de traitement des dépendances; notre réseau pancanadien compte plus de 4 500 employé-e-s et spécialistes cliniques.

Les services d'aide aux employé-e-s et de promotion de la santé mentale de Homewood dans le cadre du PAE sont prodigués par des professionnels qualifiés comprenant des coaches et des conseillères et conseillers agréé-e-s.

© Homewood Santé
Document confidentiel protégé par droit d'auteur

3

3

Dans quels cas avoir recours à votre Programme d'aide aux employé-e-s et de promotion de la santé mentale?

© Homewood Santé | Document confidentiel protégé par droit d'auteur

4

4

Homewood vous aide dans les cas suivants :

© Homewood Santé
Document confidentiel protégé par droit d'auteur



- Anxiété, dépression, traumatisme, et autres troubles de santé mentale
- Épuisement professionnel et stress
- Changements et transitions de vie
- Problèmes relationnels
- Difficultés familiales
- Besoin de coaching et de ressources en matière d'éducation des enfants
- Besoin de coaching et de ressources pour les aînés
- Deuil et les pertes affectives
- Consommation d'alcool ou de drogue, jeu compulsif, tabagisme
- Difficultés d'ordre juridique
- Soucis financiers
- Besoin d'information médicale ou paramédicale
- Développement professionnel
- Amélioration du mode de vie

5

5

Un PAE comprenant des soins en santé mentale et en mieux-être

© Homewood Santé
Document confidentiel protégé par droit d'auteur



Counseling en santé mentale

- En personne
- Par téléphone
- Par vidéo
- En ligne (courriel ou clavardage)

Aide aux employé-e-s et promotion du mieux-être

- Solutions de conciliation travail-vie personnelle
- Coaching IntelliSanté
- Coaching IntelliCarrière

Ressources en ligne

- monhomeweb.ca
- Une plateforme numérique de services de santé mentale
- Une thérapie cognitive-comportementale en ligne
- Cours en ligne et conférences virtuelles sur la promotion du mieux-être
- Localisateur de services destinés aux enfants et aux aînés
- Le Questionnaire santé

6

6

Points saillants du programme

- Accessible sans frais jour et nuit, 7 jours sur 7, 365 jours par an
- En personne, par téléphone, par vidéo, en ligne
- Une plateforme numérique de services de santé mentale
- Prenez rendez-vous ou recevez une aide immédiate en cas d'urgence
- Un réseau clinique multilingue et diversifié
- Jumelage avec des thérapeutes spécialisé·e·s en diversité, équité et inclusion
- Services offerts aux employé·e·s, à leur conjoint et à leurs personnes à charge admissibles
- Le recours aux services est volontaire
- Services confidentiels
- Sans frais pour vous



© Homewood Santé
Document confidentiel protégé par droit d'auteur

7

7

Aide aux employé·e·s et promotion du mieux-être Coaching IntelliVie

© Homewood Santé | Document confidentiel protégé par droit d'auteur

8

8

Des ressources pratiques et proactives qui aident les gens à « vivre intelligemment »

- Évaluation téléphonique professionnelle des besoins
- Information et coaching de soutien par un·e spécialiste en la matière
- Recherches personnalisées de ressources pertinentes
- Information à jour et adaptée à vos besoins, notamment :
 - des cahiers d'exercices
 - des articles récents
 - des recommandations d'outils et de ressources en ligne



Aide aux employé·e·s et solutions en matière de mieux-être et de conciliation travail-vie personnelle

Soutien aux nouveaux parents

© Homewood Santé
Document confidentiel protégé par droit d'auteur



Coaching et information sur les défis qui attendent tout nouveau parent et sur les outils nécessaires pour bien s'acquitter de son rôle

- Information et conseils d'un-e spécialiste du rôle parental
- Trousse d'information adaptée à des besoins particuliers
- Soutien après l'accouchement

11

11

Garde d'enfants et rôle parental

© Homewood Santé
Document confidentiel protégé par droit d'auteur

Soutien aux parents qui font face à des défis particuliers

- Consultation auprès d'une puéricultrice
- Ressources personnalisées adaptées à des besoins précis :
 - garderies
 - services d'adoption
 - enfant doué ou ayant des besoins particuliers
 - camps d'été
 - et de nombreux autres services.
- Trousse personnalisée avec information sur les ressources disponibles, au besoin



12

12

Soutien aux proches aidants (aîné·e·s et famille)

© Homewood Santé
Document confidentiel protégé par droit d'auteur

Soutien aux personnes aidantes (parents âgés ou autres proches)

- Consultation avec un·e gériatre
- Ressources personnalisées adaptées à des besoins précis :
 - services d'aide
 - établissements de soins de longue durée
 - résidences pour personnes âgées
 - aides à la mobilité
 - et de nombreux autres services.
- Trousse personnalisée avec information sur les ressources disponibles, au besoin



13

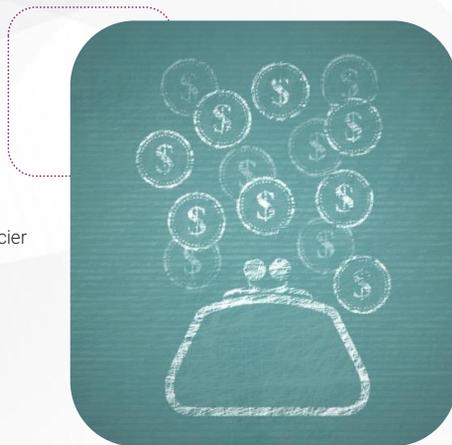
13

Services d'information et de consultation financière

© Homewood Santé
Document confidentiel protégé par droit d'auteur

Aider les gens à assurer leur sécurité financière

- Consultation individuelle avec un expert financier
- Conseils sur un vaste éventail de sujets, notamment :
 - L'établissement d'objectifs financiers
 - L'établissement d'un budget
 - L'élimination des dettes
 - L'établissement ou le rétablissement de son crédit
- Les difficultés financières résultant de situations telles que séparation, divorce, invalidité ou perte de revenu
- La planification de sa retraite et de sa succession



14

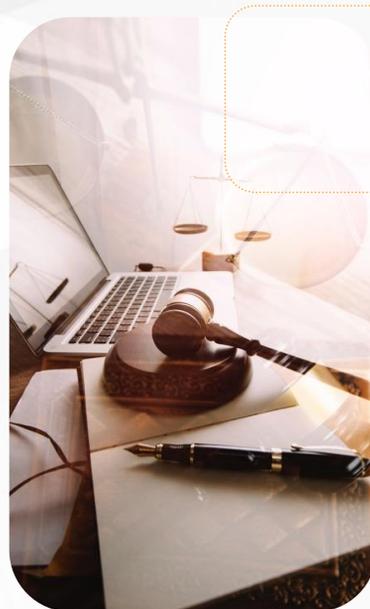
14

Service d'information et de consultation juridiques

© Homewood Santé
Document confidentiel protégé par droit d'auteur

Consultation et clarification de questions juridiques

- Consultation en face à face avec un avocat
- Conseils sur un vaste éventail de sujets, notamment :
 - Droit familial
 - Litige civil
 - Immobilier
 - Testament ou problème lié à la succession
 - Droit criminel
 - Droit de l'immigration
- Possibilité de recommandation d'avocats



15

15

Solutions relationnelles

© Homewood Santé
Document confidentiel protégé par droit d'auteur

Soutien aux personnes qui cherchent à revitaliser leur relation

- Ressources pour apprentissage autonome
- Idéal pour les couples qui cherchent à :
 - retrouver l'intensité de leur relation
 - améliorer leur communication
 - gérer positivement leurs conflits
 - évoluer ensemble en tant que couple
 - se préparer à la cohabitation



16

16

Deuil et perte affective

© Homewood Santé
Document confidentiel protégé par droit d'auteur

Le deuil peut être un processus complexe et accablant

- Ressources pour apprentissage autonome
- Idéal pour les personnes ayant besoin de soutien dans les cas suivants :
 - deuil récent d'un être cher
 - divorce ou séparation
 - perte d'emploi
 - soutien à un enfant endeuillé
 - soutien émotionnel



17

17

Solutions à l'épuisement professionnel et au stress

© Homewood Santé
Document confidentiel protégé par droit d'auteur



Cette formation est axée sur les aspects cognitifs du stress et sur le lien qui existe entre les pensées et les émotions. Chaque séance comprend des conseils sur la gestion du stress, la prévention de l'épuisement professionnel, le mode de vie, la gestion des priorités ainsi que des techniques d'autosoins tels que la méditation et la relaxation

- Elle offre l'information et les conseils d'un-e coach spécialisé-e.
- Elle aborde la nature des préoccupations soulevées et oriente le client vers le service le plus approprié et le mieux en mesure de résoudre le problème.
- Elle comprend une lettre de bienvenue offrant des ressources à consulter ainsi qu'un document donnant un aperçu du problème et suggérant des techniques de gestion du stress.

18

18

Aide aux employé·e·s et promotion du mieux-être Coaching IntelliSanté

Coaching nutritionnel

Aider à améliorer les
habitudes alimentaires et à
comprendre en quoi
l'alimentation peut ralentir la
progression de certaines
maladies

- Nos diététistes offrent les services suivants :
 - l'évaluation initiale
 - un plan d'action détaillé
 - des conseils pratiques et du coaching
- Des conseils sur la gestion du poids, l'alimentation énergisante et la gestion des maladies



Parcours mieux-être

© Homewood Santé
Document confidentiel protégé par droit d'auteur

Un soutien aux personnes qui cherchent à atteindre des objectifs précis de santé et de bien-être.



- Les participant-e-s ont accès à une vaste gamme d'outils et de ressources en ligne, notamment :
 - un questionnaire sur la réceptivité au changement
 - des articles pertinents
- Du coaching par un· consultant-e en changement comportemental spécialisé-e dans l'établissement et la réalisation d'objectifs.
- L'adoption de nouvelles habitudes visant à produire un changement de style de vie, de productivité et de vie professionnelle positif et durable.

21

21

Abandon du tabac

© Homewood Santé
Document confidentiel protégé par droit d'auteur

De l'aide pour se défaire de l'une des habitudes les plus tenaces.

- De l'aide dans les domaines suivants :
 - dépendance physique
 - dépendance psychologique
 - aptitude au changement comportemental positif
- Des spécialistes vous fournissent un coaching intégrant des techniques de changement comportemental d'avant-garde éprouvées.
- Nous vous guidons dans votre choix parmi nos programmes intégrés.



22

22

Aide aux employé·e·s et promotion du mieux-être Coaching IntelliCarrière

23

Services de coaching



Des conseils pour vous aider à recenser et à définir vos compétences, aptitudes, valeurs, traits de personnalité et intérêts relatifs à votre choix de carrière

Un coaching répondant aux besoins individuels, notamment :

- résolution de problèmes et de conflits
- gestion du changement et de la transition
- gestion du temps
- gestion du stress et conciliation travail-vie personnelle
- collaboration entre collègues

24

Planification de la retraite



Une bonne planification peut vous assurer une retraite sans souci.

Un-e spécialiste effectue une évaluation complète de votre situation et vous fournit un coaching et des stratégies liés à vos besoins...

- psychologiques
- émotionnels

à l'approche de la retraite.

© Homewood Santé
Document confidentiel protégé par droit d'auteur

25

25

Soutien aux travailleurs et travailleuses de quarts



Une aide pour faciliter le travail par quarts et favoriser la santé des travailleurs de quarts

- Un spécialiste procède à une évaluation complète des aspects de la vie généralement perturbés par le travail par quarts, comme le sommeil, l'alimentation, la vie sociale et familiale, etc.
- Un coaching, des conseils, des ressources en ligne et d'autres services vous sont fournis en fonction des besoins recensés au cours de l'évaluation.

© Homewood Santé
Document confidentiel protégé par droit d'auteur

26

26

Services de counseling

27

Counseling en santé mentale



- Counseling bref axé sur les solutions – une approche de l'établissement d'objectifs et de la résolution de problèmes axée sur le client;
- Counseling provisoire en attendant les services de proximité; aiguillage vers des traitements spécialisés, si nécessaire;
- Notre norme professionnelle minimale est la maîtrise;
- Un réseau de thérapeutes multilingue et multiculturel; expertise dans de nombreux domaines;
- Jumelage avec des thérapeutes spécialisé-e-s en diversité, équité et inclusion.

28

Counseling en santé mentale



Obtenez du counseling en santé mentale pour toutes les difficultés de la vie, en personne, par téléphone ou par vidéo.

Nous offrons un counseling compréhensif, confidentiel et attentionné pour tout type de problèmes, notamment :

- Dépression
- Anxiété
- Épuisement professionnel et stress
- Transitions ou changements importants de la vie
- Counseling relationnel, pour couples et familles
- Problèmes liés au milieu de travail; gestion de la colère
- Deuil et pertes affectives
- Dépendances
- Traumatismes
- Autres troubles de santé mentale

© Homewood Santé
Document confidentiel protégé par droit d'auteur

29

29

Services en ligne

© Homewood Santé | Document confidentiel protégé par droit d'auteur

30

30

Une plateforme numérique de services de santé mentale

© Homewood Santé
Document confidentiel protégé par droit d'auteur

J'E-volue

- Une TCC (thérapie cognitivo-comportementale) en ligne visant à traiter la dépression et l'anxiété

Localisateurs de services en ligne

- Localisateur de services destinés aux enfants et aux aînés

Ressources en santé et mieux-être

- Une gamme complète d'outils en ligne d'évaluation des risques pour la santé et d'élaboration de plans d'amélioration
- Le Questionnaire santé
- La Bibliothèque santé et mieux-être

Cours en ligne

- Donner aux apprenants les outils nécessaires pour mieux gérer leur santé et perfectionner leurs compétences professionnelles

31

31

J'E-volue est une TCC en ligne pour le traitement de la dépression, de l'anxiété et d'autres problèmes de santé mentale

La TCC en ligne J'E-volue

© Homewood Santé
Document confidentiel protégé par droit d'auteur

- Ce cours fondé sur des données probantes et validé cliniquement comprend 24 modules auto-dirigés à suivre sur ordinateur de bureau ou appareils mobiles.
- Il enseigne des stratégies d'adaptation fondées sur les difficultés et expériences de l'individu.
- Il donne à l'individu les moyens nécessaires de lutter contre sa maladie en modifiant son mode de vie.
- Il offre une solution de rechange en ligne aux thérapies téléphonique ou en face à face habituelles
- La méthode en ligne résout le problème des obstacles à l'accès au traitement.
- Une thérapie facile d'accès, à suivre à votre propre rythme, accessible 24 heures sur 24 et sept jours par semaine sans rendez-vous et sans restriction géographique.
- L'anonymat favorise la franchise, la conscience de soi et l'honnêteté envers soi-même, et aide l'individu à se rétablir.

32

32

... offerts aux employé·s et à leur famille :

- Comment maîtriser son stress
- Comment maîtriser sa colère
- La résilience
- Comment surmonter la déprime
- Les fondements de la compétence parentale
- Comment faire le deuil de la perte de son emploi et gérer la transition qui s'ensuit
- La résolution des conflits au sein d'une relation de couple
- Comment s'adapter au changement en milieu de travail
- L'optimisme responsable
- Comment maîtriser sa consommation d'alcool
- Comment prendre sa carrière en main
- Comment prendre ses finances en main
- Cessez de fumer et retrouvez votre liberté!
- Comment se préparer à la retraite
- Le respect en milieu de travail

... offerts aux gestionnaires :

- À l'avant-garde de l'aspect humain du changement
- Le leadership fondé sur l'éthique
- La gestion des situations délicates liées au personnel
- Favoriser le respect en milieu de travail
- Les principes fondamentaux de la supervision efficace

À l'intention des employé·s et de leur famille

- La science du bonheur
- L'art de la détente
- Les principes fondamentaux du changement et de la transition
- Entretenir de bonnes relations au travail
- Les trucs anti-stress
- Gérer son temps et son énergie
- Améliorer la communication en milieu de travail
- Au-delà des tabous
- Développer sa résilience



Confidentialité

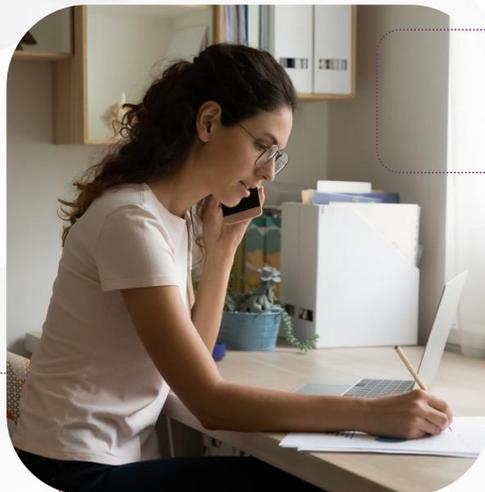
© Homewood Santé
Document confidentiel protégé par droit d'auteur

Notre engagement

- Tous les renseignements personnels demeurent confidentiels
- Discretion des rendez-vous assurée
- Nos cabinets sont situés hors des lieux de travail
- Nos clients prennent rendez-vous directement
- Nous ne vous laissons jamais de messages téléphoniques sans permission préalable.
- Horaire flexible
- Nos rapports ne comprennent que des données groupées
- Tenue sécuritaire des dossiers

Aucun renseignement permettant de vous identifier n'est transmis à qui que ce soit sans votre consentement éclairé écrit.

Sauf dans le cas d'un enfant en danger; Sauf dans les cas où la cliente ou le client pose un danger pour lui-même ou pour autrui ou lorsqu'un dossier fait l'objet d'une demande d'un tribunal.



35

35

Collecte de renseignements personnels

© Homewood Santé
Document confidentiel protégé par droit d'auteur

Nous ne posons que les questions essentielles et respectons votre vie privée :

vos nom, adresse, lieu de travail, poste afin de déterminer votre admissibilité et votre couverture d'assurance;

le degré d'urgence du besoin d'aide;

la nature du lien entre le bénéficiaire et l'employé-e *dans le cas des services demandés par un membre de la famille ou une autre personne à charge;*

la nature du problème *afin de diriger le client ou la cliente vers le ou la thérapeute ou le service le mieux en mesure de l'aider;*

l'heure et le lieu souhaités du rendez-vous.



36

36

Comment
accéder au
programme
de
Homewood

Appelez-nous pour parler à un-e représentant-e de
Homewood qui vous guidera vers
les soins les plus appropriés.

1-866-398-9505 (en français)

1-800-663-1142 (English)

monhomeweb.ca

© Homewood Santé
Document confidentiel protégé par droit d'auteur

37

37

Vous avez des questions?

© Homewood Santé | Document confidentiel protégé par droit d'auteur

38

38