

# Programme d'aide aux employés – Soins virtuels Lumino Santé

offert par Dialogue

Le programme d'aide aux employés (PAE) – Soins virtuels Lumino Santé vous donne accès au réseau de professionnels de Dialogue. Ces derniers sont là pour vous aider à régler divers problèmes de la vie courante ou liés au travail. Obtenez une foule de services en un seul endroit sur une plateforme de santé intégrée.



## Pourquoi devrais-je utiliser ce PAE?

- Vous pouvez vous connecter à l'appli mobile ou au site Web en tout temps.
- Vous recevez du soutien personnalisé pour un nombre illimité de préoccupations.
- Vous obtenez un rendez-vous dans les 24 heures, au moment qui vous convient le mieux.
- Chaque séance fait l'objet d'un suivi afin de veiller à ce que vos besoins soient satisfaits.
- Vous pouvez continuer à consulter le même professionnel de la santé mentale une fois la limite de séances (par préoccupation) atteinte. Des frais supplémentaires s'appliquent.
- Une thérapie cognitivo-comportementale sur Internet (TCCi) est offerte pour compléter les services offerts par l'équipe de soins.
- Vous avez accès sur demande à des articles autoguidés et à des ressources sur le mieux-être directement dans l'appli mobile ou sur le site Web.
- Vous et les personnes à votre charge admissibles avez accès au PAE en tout temps, partout au Canada et au moment qui vous convient! Les personnes à votre charge admissibles âgées de 14 ans et plus doivent s'inscrire avec leur propre adresse courriel. Une fois votre compte créé, ajoutez-les à votre profil en leur envoyant une invitation par courriel.

## Comment fonctionnet-il?

Les services du PAE sont les suivants :



**Soutien en santé mentale**



**Conseils juridiques**



**Conseils financiers**



**Soutien familial et relationnel**



**Conseils sur le travail et la carrière**

Pour en savoir plus sur les services offerts par votre PAE, [cliquez ici](#).



## Comment puis-je m'inscrire et utiliser le service?

Le service est accessible à l'aide d'un appareil mobile et sur le Web. Visitez le site [luminosv.dialogue.co](https://luminosv.dialogue.co) ou téléchargez l'appli Soins virtuels Lumino Santé pour **iPhone** ou **Android**.



Quand il est impossible d'accéder aux services du PAE via l'appli, un soutien immédiat est offert au **1-844-342-3327**. Un spécialiste du service aux participants évaluera vos besoins et coordonnera les soins avec les ressources pertinentes.

Le **Guide d'inscription et d'utilisation** indique les étapes à suivre pour créer votre compte et accéder aux services. Une fois votre compte créé, autorisez les notifications pour rester informé et recevoir des nouvelles de l'équipe de soins.

Si vous avez besoin d'aide pour utiliser l'appli ou le site Web ou pour accéder à votre compte :

- **envoyez un courriel à Dialogue à [sunlife-support@dialogue.co](mailto:sunlife-support@dialogue.co)**, du lundi au vendredi, de 8 h à 18 h HE;
- **consultez le site [help.dialogue.co](https://help.dialogue.co)** et utilisez la fonction de clavardage, après les heures de bureau ou le week-end.

Si vous avez des questions sur votre régime de garanties, appelez le **Centre de service à la clientèle (CSC)** de la **Sun Life** au **1-800-361-6212**, du lundi au vendredi entre 8 h et 20 h HE.



## Services compris dans le PAE



### Santé mentale

- Accès à des spécialistes en santé mentale, à des thérapeutes en santé mentale, à des psychothérapeutes et à des psychologues pour le dépistage, l'accompagnement à court terme et les recommandations, au besoin.
- Séances de thérapie et accompagnement virtuels en direct en cas de stress, d'anxiété, de dépression, de problèmes de consommation, de deuil et de perte, et plus encore.
- Accès à une thérapie cognitivo-comportementale sur Internet (TCCi) en tout temps. Offre un soutien additionnel en santé mentale et permet de faire les premiers pas sans obstacle.
- Jusqu'à 4 séances par préoccupation\*, possibilité de poursuivre avec le même spécialiste en santé mentale moyennant des frais supplémentaires.



### Services juridiques

- Accès à un avocat pour du soutien à court terme et des recommandations, au besoin.
- Soutien dans tous les domaines du droit, sauf en ce qui concerne le droit du travail et le droit de l'immigration.
- Une première séance, puis des rencontres de suivi, au besoin.



### Finances

- Accès à un planificateur financier pour du soutien à court terme et des recommandations, au besoin.
- Soutien à la planification financière.
- Jusqu'à 2 séances par préoccupation\*.



### Famille et relations

- Accès à des spécialistes de la famille et des relations pour de l'accompagnement à court terme et des recommandations, au besoin.
- Séances de thérapie ou accompagnement virtuels en direct en cas de relations conflictuelles, de séparation ou de divorce et concernant la dynamique familiale, les soins aux enfants et plus encore.
- Jusqu'à 4 séances par préoccupation\* (une séance par préoccupation pour les soins aux enfants ou aux aînés). Possibilité de poursuivre avec le même spécialiste moyennant des frais supplémentaires.



### Travail et carrière

- Accès à un conseiller en orientation pour de l'accompagnement à court terme et des recommandations, au besoin.
- Accompagnement virtuel en direct pour la planification de carrière, les conflits au travail, le rendement, le harcèlement, les rencontres pour gestionnaires, etc.
- Jusqu'à 4 séances par préoccupation\*, possibilité de poursuivre avec le même conseiller moyennant des frais supplémentaires.

\* Une préoccupation se définit comme un dossier. Vous pouvez utiliser le ou les services pour un nombre illimité de préoccupations ou de dossiers. Une limite de séances s'applique à chaque préoccupation ou dossier.

La vie est plus radieuse sous le soleil

Les garanties collectives sont offertes par la Sun Life du Canada, compagnie d'assurance-vie, membre du groupe Sun Life. VC9997 12-23 ri-na

