



Bienvenue à Kii, un programme conçu afin que vous puissiez vivre la vie que vous voulez.

Nous sommes là pour vous fournir un soutien confidentiel et immédiat, qu'il s'agisse de votre santé, de votre travail ou de votre vie personnelle.



En tant que membre de Kii, vous recevrez ce qui suit :



Aide à la conciliation travail-vie personnelle

Parlez à une conseillère ou à un conseiller pour recevoir de l'aide dans la sphère professionnelle, juridique, financière, domestique ou familiale.



Bibliothèque de référence

Informez-vous sur votre état et votre plan de traitement en consultant des ressources fiables émanant de la Clinique Mayo et de plus de 90 associations du domaine de la santé.



Santé mentale et bien-être

Faites appel à divers fournisseurs de services et thérapeutes agréés capables de vous soutenir sur le plan de la santé mentale. Quels que soient l'intensité et la nature du problème à prévenir ou à traiter (dépression, anxiété, stress, traumatisme, etc.), il est toujours bénéfique d'aller chercher de l'aide.



Infolettres et webinaires sur la santé et le bien-être

Tous les membres qui s'ouvrent un compte Kii en ligne reçoivent tous les mois des ressources sur la santé et le bien-être, notamment des articles, des vidéos et des invitations à des webinaires en direct.



Des outils pour de meilleurs choix de vie.

La vie n'est pas de tout repos, et il est souvent difficile de composer avec ses responsabilités personnelles et professionnelles. Nous vous proposons toutes sortes de services qui vous aideront à accomplir plus de tâches que jamais.

Des conseils juridiques

dans des domaines comme le droit de la famille, les testaments, les faillites, la planification successorale et l'immobilier.

Des conseils financiers

concernant l'établissement d'un budget, la planification financière, l'aide au crédit, la gestion de dettes et les prêts hypothécaires.

Du coaching de vie

prodigé par une personne compétente pour vous aider à surmonter les obstacles perçus, à vous fixer des objectifs et à réaliser votre potentiel.

De la consultation sur la vie quotidienne

pour faciliter des responsabilités comme la recherche de services de garde d'enfants ou de soins aux aînés, les tâches ménagères, le dressage, les déménagements et les réparations domiciliaires.

Des conseillers de santé et de bien-être

touchant la nutrition, l'abandon du tabagisme, l'amélioration du sommeil et la pleine conscience.



Nous pouvons vous aider sur divers plans.

- Dépendances et usage de substances
- TDAH
- Gestion de la colère
- Anxiété et dépression
- Image corporelle
- Établissement de limites
- Stress et besoins de soutien des proches aidants
- Maladies et douleurs chroniques
- Stress financier
- Deuil et perte
- Genre et sexualité
- Réalités LGBTQIA+
- Transitions de vie
- Problèmes masculins et masculinité
- Parentalité et problèmes familiaux
- Perfectionnisme
- Développement personnel
- Problèmes relationnels
- Estime de soi
- Anxiété sociale
- Stress au travail
- Et bien plus encore...

Des outils pour une meilleure santé mentale.

Des problèmes personnels se répercutent sur votre état d'esprit ou entravent votre épanouissement? Nous vous proposons une panoplie d'options pour favoriser votre bien-être.

Services de conseil

Demandez virtuellement, par téléphone ou en personne, de l'aide à court terme pour vos problèmes d'ordre familial (p. ex., divorce, parentalité) ou votre stress.

Thérapie cognitivo-comportementale (TCC)

Votre thérapeute vous proposera un programme de TCC en ligne comprenant des lectures et des

exercices à faire pour gagner en résilience et faire face aux difficultés de la vie.

Nos conseillers sont une équipe de professionnels de la santé mentale hautement qualifiés, ayant une expérience considérable en matière de traitement d'un large éventail de problèmes. Ils vous offrent un lieu de soutien et de sécurité pour aborder et résoudre vos problèmes.



Peut-être vous posez-vous des questions comme les suivantes...

Est-ce que quelqu'un saura que j'utilise Kii?

Tout recours aux services reste strictement confidentiel, dans les limites définies par la loi. Autrement dit, nous ne communiquerons aucun renseignement sur votre famille ou vous-même à quiconque sans votre consentement.

Comment savoir que cette solution me conviendra?

Nos professionnels sont formés pour prodiguer des soins dans le respect de spécificités comme l'identité spirituelle, culturelle ou raciale, la langue, les handicaps, le genre et l'orientation sexuelle.

Combien cela coûte-t-il?

Votre famille et vous pouvez utiliser Kii sans frais. C'est un programme fourni par votre employeur. S'il vous faut une aide spécialisée que le programme ne couvre pas, votre infirmière ou infirmier peut vous proposer un plan de prise

en charge adéquat, vous indiquer d'autres avantages sociaux ou vous guider dans le réseau public de la santé.

L'attente sera-t-elle interminable lorsque j'appellerai?

Vous parlerez à une vraie personne (Kii n'utilise pas de robot!) – hautement qualifiée en soins infirmiers – dans les minutes suivant votre appel. Après quelques questions, on vous aiguillera directement vers le service le plus à même de vous aider.

Dois-je télécharger une appli? L'accès en ligne est-il compliqué?

Il n'y a pas d'appli à télécharger! Vous pouvez accéder à Kii en passant par le navigateur de votre téléphone, de votre ordinateur ou de votre tablette. La création d'un compte prend moins d'une minute, et l'expérience en ligne est aussi simple que fluide.