



# Programme UV Santé+

**PAEF**

Programme d'Aide aux  
Employés et à la Famille

En collaboration avec

**maple**

X



**Inkblot**



Gamme complète de soutien à court terme et long terme  
**entièrement confidentiel** pour vous et votre famille.

Séances offertes par **visioconférence** ou consultations **en personne**

## Services aux **employés et à la famille**

**Banque totale de 25 heures d'accompagnement\***  
par année par membre de la famille

### Thérapie individuelle

5h

- Anxiété personnelle
- Dépression
- Problèmes relationnels ou familiaux
- Troubles alimentaires

### Thérapie de couple

5h

- Deuil
- Séparation/divorce
- Coaching en communication

### Accompagnement en santé

5h

- Dépendance
- Gestion du sommeil
- Nutrition
- Gestion des maladies chroniques

### Accompagnement professionnel

5h

- Transition de carrière
- Rédaction de CV
- Technique d'entretien

### Accompagnement individuel

5h

- Coaching de vie
- Coaching en santé

\*Des séances additionnelles sont  
disponibles à taux horaire.

## Consultations au besoin

Soutien **juridique**

Conseils pour la **gestion des finances**



## Santé mentale

Outil d'évaluation unique

Technologie de jumelage exclusive vous permettant de sélectionner votre  
propre thérapeute en fonction de vos besoins et préférences.

**Obtenez de l'aide, n'importe où, n'importe quand  
pour vos problèmes personnels ou professionnels.**

Soutien d'urgence disponible  
24 h | 7 jours sur 7

**1 855 933-0103**

# Consultation virtuelle ou en personne

Comment ça fonctionne?



1

**Connectez-vous**  
à la plateforme de Maple  
et accédez au PAEF d'Inkblot.

2

**Accédez aux services**  
d'Inkblot via le lien rapide  
et créez votre compte.

3

**Utilisez les services de consultation**  
ou contactez la ligne d'urgence  
pour un soutien immédiat.



Une fois l'inscription complétée, vous pouvez  
**télécharger l'application mobile** pour accéder facilement aux services.



## Votre bien-être est important!

Accédez aux services dès maintenant.  
[getmaple.ca/uv-assurance](https://getmaple.ca/uv-assurance)

**UV** ASSURANCE

UV Assurance est une raison sociale et marque  
de commerce de L'Union-Vie, compagnie mutuelle d'assurance.

[uvassurance.ca](https://uvassurance.ca)

f • in