

# Voici AbilitiTCCi

En cette période difficile, vous cherchez peut-être des moyens d'aider les personnes aux prises avec des problèmes de santé mentale.



**AbilitiTCCi** peut aider grâce à une gamme de programmes visant à fournir de l'aide aux personnes quand elles en ont besoin, là où elles en ont besoin.

**AbilitiTCCi** est une thérapie cognitivo-comportementale sur Internet (TCCi) guidée par un thérapeute professionnel au moyen d'une plateforme numérique accessible partout.

**AbilitiTCCi** combine la commodité de l'accès virtuel aux bienfaits d'une thérapie en personne pour fournir un soutien efficace aux personnes confrontées à des problèmes de **santé mentale comme l'anxiété, la dépression, le deuil et la perte, l'insomnie** et bien d'autres.

**AbilitiTCCi** comprend aussi un programme conçu sur mesure pour traiter **les symptômes d'anxiété associés à la pandémie de COVID-19**, avec un contenu adapté à ses aspects particulièrement difficiles tels que l'incertitude, l'isolement, la prestation de soins à la famille et aux membres de la collectivité, la surinformation et la gestion du stress.

Une description complète de tous les programmes AbilitiTCCi est disponible sur [maTCCi.com](https://maTCCi.com).



## AbilitiTCCi

# Pourquoi opter pour AbilitiTCCi?

## Ça fonctionne.

- AbilitiTCCi est efficace d'un point de vue clinique. Le programme commence par une évaluation des besoins à l'aide d'un questionnaire en ligne et d'une consultation, par téléphone ou vidéo, avec un thérapeute professionnel.
- Les personnes progressent dans les modules structurés à leur rythme, pendant que leur thérapeute surveille leur évolution. Des suivis par téléphone, vidéo ou messagerie sont prévus au fil du programme.

## C'est pratique.

- AbilitiTCCi est un moyen pratique de soutenir les personnes dans le confort et l'intimité de leur maison.
- AbilitiTCCi est accessible au moyen de l'appli AbilitiTCCi sur un téléphone intelligent ou une tablette ou sur un ordinateur avec la version Web, et respecte les Règles pour l'accessibilité des contenus Web (WCAG 2.0).

## C'est une solution appuyée par des experts.

- Les thérapeutes d'AbilitiTCCi sont des professionnels de la santé agréés.
- Tous les thérapeutes d'AbilitiTCCi :
  - sont des travailleurs sociaux, des psychothérapeutes ou des psychologues agréés;
  - ont été retenus suivant un processus de sélection rigoureux, y compris une vérification des références;
  - sont des praticiens expérimentés qui maîtrisent tous les aspects de la TCC;
  - reçoivent une formation spécialisée sur l'inclusion et la diversité en lien avec les services en santé mentale.
  - Il n'y a pas de limites imposées au soutien fourni par les thérapeutes; il est déterminé par les utilisateurs.
- Les utilisateurs ont accès en tout temps à une ligne d'intervention de crise supervisée par des cliniciens titulaires d'une maîtrise.

## C'est confidentiel.

- L'équipe d'AbilitiTCCi traite toutes les demandes et suit les progrès réalisés.
- Les renseignements personnels ne sont jamais communiqués.

## C'est un excellent complément aux autres ressources.

Grâce à sa combinaison cliniquement efficace de modules numériques structurés et de conseils continus du thérapeute, AbilitiTCCi peut servir de ressource complémentaire pour fournir un soutien plus complexe et plus étendu.



Pour en savoir plus :

Visitez : [maTCCi.com](https://matccicom.com) ou communiquez avec nous à : [TCCi@lifeworks.com](mailto:TCCi@lifeworks.com)

  @AbilitiCares