

## Un projet pilote novateur qui teste les effets de la thérapie cognitivo-comportementale virtuelle

La Financière Sun Life fait équipe avec l'Université de Regina dans le cadre d'un projet pilote qui pourrait mener à une meilleure accessibilité aux thérapies cognitivo-comportementales.

Ce projet pilote donnera aux participants souffrant d'anxiété ou de dépression faible à modérée (et recevant des prestations d'invalidité de longue durée de la Financière Sun Life) la possibilité de suivre une thérapie cognitivo-comportementale en ligne divisée en modules, qu'ils pourront faire à leur propre rythme. À ces modules s'ajouteront des rencontres hebdomadaires en ligne avec un thérapeute.

Il a été démontré que la thérapie virtuelle donne des résultats semblables aux soins donnés en personne, sans compter qu'elle permet de contourner plusieurs contraintes comme le manque de ressources, les défis d'ordre géographique, la mobilité réduite et le manque de temps.

### Pourquoi tester la thérapie cognitivo-comportementale virtuelle?

«Aujourd'hui, les demandes de règlement liées à des problèmes de santé mentale représentent une part importante des cas d'invalidité et il importe plus que jamais d'explorer d'autres manières de donner aux participants plus rapidement accès à une thérapie efficace, déclare Marie-Hélène Pelletier, vice-présidente adjointe, santé mentale au travail, gestion santé intégrée à la Financière Sun Life. Nous sommes emballés à l'idée de tester cette approche et de mesurer l'impact qu'un plus grand accès pourrait avoir sur les participants.»

Par ailleurs, il se pourrait bien que ce type de traitement devienne la méthode privilégiée par la nouvelle génération qui fait son entrée sur le marché du travail. Cela s'avérera peut-être une façon novatrice d'offrir un traitement efficace tout en évitant une hausse trop marquée du coût des régimes.

### Au sujet du projet pilote

Les participants sélectionnés de l'Ontario et de la Saskatchewan se verront offrir la possibilité d'y prendre part. Cela se fera sur une base entièrement volontaire, et leur participation ou leur refus n'aura aucune incidence sur le statut de leur demande de règlement.

Ce projet pilote s'inscrit dans une recherche en cours à l'Université de Regina et il s'appuie sur des méthodes éprouvées en ce qui concerne les soins fournis. Dans le cadre de cette étude, l'université fournit des soins thérapeutiques en ligne et propose un programme complet.

Le projet pilote aura lieu du juin 2017 au juin 2018.

Les garanties collectives sont offertes par la Sun Life du Canada, compagnie membre du groupe Financière Sun Life.



# INTÉRÊTS en bref

nouvelles des Garanties collectives

Le 8 juin 2017

## Des questions?

Veillez communiquer avec votre représentant aux Garanties collectives de la Financière Sun Life.

Les garanties collectives sont offertes par la Sun Life du Canada, compagnie membre du groupe Financière Sun Life.

