



## Étude Cœur à l'esprit

### Feuille d'information – Québec

L'étude **Cœur à l'esprit** vise à évaluer l'utilité d'une intervention par étapes : le programme **Cœur à l'esprit**. Cette intervention a été développée par l'équipe de recherche de **Cœur à l'esprit** pour les hommes ayant vécu un événement cardiaque. L'étude se déroule au Nouveau Brunswick (Moncton et Saint John), en Ontario (région d'Ottawa) et au Québec (en Outaouais).

Le programme a pour but de prévenir et traiter la dépression, l'anxiété, et le stress post-traumatique qui peuvent survenir après un événement cardiaque chez les hommes. Le programme est gratuit et comprend trois étapes :

- **Étape 1: Information/Éducation**: Un pamphlet, un site web, et une application pour téléphone intelligent pour vous aider à gérer les signes de dépression, d'anxiété ou de stress post-traumatique après un événement cardiaque.
- **Étape 2: Sessions de groupe** (8 semaines); la 1ere session et les 3 dernières sessions votre partenaire ou un proche de votre choix sera invité à participer.
- **Étape 3 : Thérapie individuelle** ou thérapie en couple avec votre partenaire ou un proche de votre choix.

Selon comment vous vous sentez, et si vous le désirez, vous serez invité à prendre part à l'étape 2 ou 3.

Si vous décidez de participer à l'étude, votre implication sera de 1 an. Durant cette année-là nous vous demanderons de remplir des questionnaires tous les trois mois. Au total, vous remplirez 5 fois des questionnaires. Les questionnaires prennent environ 45 à 60 minutes. Vous pourrez les remplir soit en ligne, sur iPhone ou sur papier. Ces questionnaires permettront à l'équipe de recherche d'évaluer vos besoins et de vous orienter vers l'étape du programme qui répond le mieux à vos besoins.

### **En tout temps vous pouvez vous retirer de l'étude.**

Si vous faites le choix de participer, parlez avec un membre de l'équipe. L'étude, et ce que ceci implique pour vous, vous sera expliqué ; et si vous êtes toujours intéressé à participer, on vous demandera de signer le formulaire de consentement.

### **Nous recrutons des hommes**

- Ayant eu un événement cardiaque dans les 3 derniers mois :
  - Une crise cardiaque ou de l'angine instable
  - Une angioplastie
  - Un pontage
- Pouvant parler et écrire le français ou l'anglais
- Disponibles pour participer à 8 sessions hebdomadaires si nécessaire
- Disponibles pour une période d'un an pour répondre à des questionnaires

Vous avez des questions ? Veuillez appeler Mireille, membre de l'équipe de recherche

**Mireille Ntwambé : 1 613 746 4621 poste 6469**

