



Vous trouverez cette information sur  
le site web [www.santeducoeur.org](http://www.santeducoeur.org)

## **Programme d'éducation et de réadaptation cardiaque**

### **Qu'est-ce que le programme *La vie à cœur* ?**

*La vie à cœur* est un programme d'éducation et de réadaptation cardiaque créé par la Fondation des maladies du cœur du Québec. Le programme a été revu et mis à jour en 2004.

### **Ses objectifs**

L'objectif de ce programme est d'améliorer la qualité de vie des patients en offrant de l'information qui leur permet de tirer avantage de l'incident coronarien subi pour agir positivement sur leur santé.

De façon plus spécifique, le programme permet de :

- comprendre la maladie
- modifier certains comportements à risque
- faciliter la reprise du cours normal de la vie
- diminuer le taux de récurrence.

### **À qui s'adresse-t-il ?**

Le programme est destiné aux personnes qui ont subi une crise cardiaque, un pontage aortocoronarien ou une dilatation, ou qui présentent d'autres types de problèmes coronariens, comme l'angine. L'enseignement est assuré par une équipe de professionnels de la santé cardiovasculaire en milieu hospitalier.

L'information présentée aide les gens à adopter de saines habitudes de vie. La réadaptation cardiaque tient compte de l'aspect physique, psychologique et social permettant à la personne de retrouver le plus rapidement possible sa place dans la communauté. De plus, l'appui mutuel qu'offre un groupe de personnes dans la même situation constitue une base solide d'encouragement et d'espoir.

### **Ses outils**

Le programme *La vie à cœur* comprend les outils suivants :

#### **Guide de l'intervenant**

Le guide de l'intervenant contient des renseignements utiles et des outils pour vous aider à enseigner le programme *La vie à cœur*.

#### **Guide du patient**

Le guide du patient contient toute l'information nécessaire sur la réadaptation cardiaque. L'intervenant utilise ce guide comme outil d'enseignement afin de faire ressortir et enseigner les points importants du guide. Le guide est remis aux patients lors de la première rencontre, comme outil de référence, pour lui-même et les membres de sa famille.

#### **Cédérom**

Le cédérom (que vous trouverez à l'intérieur du guide de l'intervenant) contient une présentation PowerPoint (PPT) pour l'enseignement du programme. La présentation, basée sur le contenu du guide du patient, est un outil de présentation pour l'animation des sessions.

#### **Feuillelet descriptif**

Le feuillelet descriptif permet de faire la promotion du programme au sein de votre établissement de santé. Vous pouvez indiquer vos coordonnées sur chacun des feuillelets et laisser une tablette sur le bureau des rendez-vous du département de cardiologie. Vous pouvez aussi laisser une tablette au cardiologue qui remettra l'information aux patients.

## Son enseignement

Une équipe multidisciplinaire devrait assurer une présence tout au long du programme. Selon le contenu des sessions et les objectifs visés, l'animation est faite par différents professionnels de la santé. L'enseignement du programme comprend quatre sessions d'information et de discussion de deux heures chacune réparties sur une période d'un mois.

Le contenu du programme a été évalué par divers professionnels spécialisés dans le domaine de la réadaptation cardiaque et procure les renseignements nécessaires et utiles pour le patient cardiaque.

Les thèmes abordés sont les suivants :

- Session 1 : Le coeur, les facteurs de risque et la médication
- Session 2 : Quoi mettre dans son assiette pour un coeur en santé ?
- Session 3 : Stratégies d'adaptation psychologique à la maladie cardiaque
- Session 4 : La reprise des activités physiques

## Son coût

**Programme *La vie à coeur* en entier : 45 \$ chacun**

Inclut les documents suivants :

- Guide de l'intervenant
- Cédérom interactif avec présentation PPT
- Guide du patient
- Feuillelet descriptif

### Éléments séparés :

#### ***Guide du patient***

5 \$ chacun

4 \$ chacun (pour les commandes de 100 guides et plus)

#### ***Le feuillelet descriptif***

20 \$ pour 10 tablettes

## Comment se le procurer ?

### **Adresse:**

1434, rue Sainte-Catherine Ouest, bureau 500  
Montréal (Québec) Canada H3G 1R4

### **Téléphone :**

(514) 871-8038 x 241 ou 1 800 567-8563 x 241

### **Internet :**

[serge.lacroix@fmcoeur.qc.ca](mailto:serge.lacroix@fmcoeur.qc.ca)

### **Télécopieur :**

(514) 871-1464

***Pour de plus amples renseignements sur le programme ou pour tout commentaire, écrivez-nous à : [lavieacoeur@fmcoeur.qc.ca](mailto:lavieacoeur@fmcoeur.qc.ca)***

***En remplissant le bon de commande ci-joint et en le retournant à Serge Lacroix, responsable des commandes à la Fondation des maladies du coeur du Québec :***

Veuillez noter que l'argent déboursé à l'achat de ce guide permettra d'appuyer la recherche et la prévention dans le domaine des maladies cardiovasculaires et des accidents vasculaires cérébraux au Québec.

## Programme *La vie à cœur* – Bon de commande

### Fondation des maladies du cœur du Québec

1434, rue Sainte-Catherine Ouest, bureau 500, Montréal (Québec) H3G 1R4

Tél. : (514) 871-8038 poste 241 ou 1 800 567-8563

Télécopieur : (514) 871-1464

Courriel : [serge.lacroix@fmcoeur.qc.ca](mailto:serge.lacroix@fmcoeur.qc.ca)



### COORDONNÉES :

Nom : \_\_\_\_\_ Prénom : \_\_\_\_\_  
 Poste occupé : \_\_\_\_\_ Organisation : \_\_\_\_\_  
 Adresse postale : \_\_\_\_\_ Suite : \_\_\_\_\_  
 Ville : \_\_\_\_\_ Code postal : \_\_\_\_\_  
 Province : \_\_\_\_\_ Pays : \_\_\_\_\_  
 Téléphone : ( ) \_\_\_\_\_ Télécopieur : ( ) \_\_\_\_\_  
 Courrier élec. \_\_\_\_\_ @ \_\_\_\_\_

### COMMANDE DE MATÉRIEL :

Matériel	Langue	Quantité	Sous-total
Programme <i>La vie à cœur</i> * ➤ 45 \$ chacun	<input type="checkbox"/> Français		
	<input type="checkbox"/> Anglais		
Guide du patient seulement ➤ 5 \$ chacun ➤ 4 \$ chacun pour 100 guides et plus	<input type="checkbox"/> Français		
	<input type="checkbox"/> Anglais		
Feuillet descriptif ➤ 10 \$ pour 20 tablettes de 50 feuilles chacune	<input type="checkbox"/> Français		
	<input type="checkbox"/> Anglais		

*\*Le programme complet inclut le guide du patient, le guide de l'intervenant, le cédérom avec présentation PPT et le feuillet descriptif.*

**À remplir par la FMCQ**  **Sous total** \_\_\_\_\_  
**TPS** \_\_\_\_\_  
**Poste** \_\_\_\_\_  
**Total** \_\_\_\_\_

### MODE DE PAIEMENT

Mandat poste  Chèque  Visa  AMEX  Mastercard

No de carte \_\_\_\_\_ Date d'expiration \_\_\_\_\_

Signature \_\_\_\_\_

**Aucun échange ou remboursement accepté**