

LE PSSC DANS LE GRAND VANCOUVER

Information pour les personnes intéressées à devenir bénévoles pour le PSSC

SENSIBILISATION À LA SANTÉ CARDIOVASCULAIRE (PSSC) : UN NOUVEAU PROGRAMME DE PRÉVENTION EN SANTÉ EN MILIEU COMMUNAUTAIRE

Le Programme de Sensibilisation à la Santé Cardiovasculaire soutient les francophones (45+ ans) qui veulent préserver leur santé et prévenir des maladies chroniques, en apprenant à bien contrôler leur pression artérielle, à l'aide d'approches non-pharmaceutiques.

QUESTIONS ET RÉPONSES

Qu'est-ce que le Programme de sensibilisation à la santé cardiovasculaire?

Le PSSC vise la prévention et la gestion des maladies cardiovasculaires (MCV), du diabète et de la démence. Les recherches font de plus de plus de liens entre les facteurs de risque pour les MCV et ceux qui semblent avoir une incidence sur la santé du cerveau. Les séances mensuelles du PSSC qui sont supervisées par une infirmière ou une pharmacienne et animées par des bénévoles formés, contribuent entre autres, à la sensibilisation à ces facteurs de risque.

Format des séances mensuelles : prise de mesures (pression artérielle à l'aide d'un appareil automatique, poids et tour de taille), évaluation des risques pour la santé et rétroaction au médecin de famille, partage de ressources pour diminuer l'impact des facteurs de risque.

Pourquoi être bénévole pour le PSSC?

- Pour soutenir les francophones qui veulent conserver leur santé en vieillissant;
- Pour participer à un projet qui va améliorer l'offre de programme de prévention en français;
- Pour améliorer vos connaissances sur la santé du cœur, la prévention du diabète et de la démence, et les saines habitudes de vie qui peuvent y contribuer;
- Pour faire partie d'une équipe dynamique qui travaille à améliorer l'accès, en français, à des informations de pointe sur la santé du cœur et du cerveau;
- Les bénévoles peuvent également avoir le statut de participant et bénéficier du soutien offert.

UN PROGRAMME QUI A FAIT SES PREUVES

Les recherches démontrent que le PSSC permet :

- d'identifier des adultes atteints d'hypertension non diagnostiquée ou non contrôlée;
- d'abaisser la pression artérielle des participants;
- d'améliorer la prise des médicaments;
- de réduire les taux d'hospitalisation liés aux maladies cardiovasculaires et les coûts du système de soins de santé.

CONTRIBUTION DES BÉNÉVOLES

Où?

Les séances mensuelles du PSSC se dérouleront gratuitement en milieu communautaire **dans deux**

LE PSSC DANS LE GRAND VANCOUVER

Information pour les personnes intéressées à devenir bénévoles pour le PSSC

municipalités dans la région de Vancouver : à Vancouver (au centre communautaire Britannia, sur Commercial Drive) et à Burnaby (dans une pharmacie Shoppers Drug Mart, sur la rue Hastings).

Profil recherché pour les bénévoles

- Aucune connaissance particulière requise;
- Savoir-faire en animation;
- Savoir-être;
- Discrétion.

IMPORTANT!

- * Les bénévoles ne posent **JAMAIS** de diagnostic et ne donnent pas de conseil aux participants.
- * Les bénévoles sont supervisés en tout temps par une infirmière ou une pharmacienne.

Formation

Les bénévoles participent à **une formation gratuite de trois heures**.

Quand?

- S'engager dans la planification du projet en **septembre 2022**;
- La formation obligatoire pour animer les séances aura lieu en **septembre**;
- Les séances PSSC seront offertes à partir de **septembre 2022**, à raison **d'une séance par mois de trois heures**, dans chacune des municipalités, **pendant 7 mois**.

Tâches (réparties entre les bénévoles)

- Préparer les séances (placer le mobilier et le matériel) et ranger le tout à la fin.
- Accueillir les participants qui se présentent.
- Aider les participants à remplir un formulaire de consentement.
- Aider les participants à répondre à des questionnaire sur leur habitudes de vie.
- Prendre la pression artérielle des participants à l'aide d'un appareil automatisé.
- Mesurer le poids, la grandeur et le tour de taille des participants.
- Remettre des outils éducatifs et de l'information aux participants à propos des ressources locales ou en ligne, pour les soutenir pendant l'exploration de nouvelles habitudes de vie.
- Participer à un/des atelier(s) sur des thématiques en lien avec la santé ou le bien-être.

Engagement des bénévoles

Les bénévoles s'engagent pour un **minimum de 5 mois**, répartis pendant la durée du programme, à partir de **septembre 2022**. La contribution des bénévoles sera de **3 à 6 heures par mois**, en **matinée ou en soirée**, selon les moments déterminés pour la tenue des séances mensuelles.

Pour plus d'information : Eléonore Tremblay, Gestionnaire de projet, RésoSanté C.-B., 604-379-9296 etremblay@resosante.ca

POUR EN SAVOIR PLUS, visionnez la vidéo

<https://youtu.be/lf4mAYBr0cE>