



UNIVERSITY OF OTTAWA  
HEART INSTITUTE  
INSTITUT DE CARDIOLOGIE  
DE L'UNIVERSITÉ D'OTTAWA



# VIRTUAL CARE PROGRAM

Activating patients to proactively manage their heart health

## The Reality

- 90% of Canadians have at least one modifiable risk factor (physical inactivity, unhealthy eating, overweight or obesity, smoking, stress, high blood pressure, high cholesterol or diabetes).
- People are seeking reliable and convenient methods to support their health and well-being.

## What is the Virtual Care Program?

The Virtual Care Program is an online cardiovascular health management system. The system is designed to educate and raise awareness about an individual's health status in order to motivate them to manage and improve their heart health.

Participants can qualify for six months of personal health coaching services where experienced coaches help participants set up goals, monitor progress and provide tailored risk factor education and counseling.

## Who can participate?

- Individuals at-risk: People who wish to improve risk factors to decrease their chances of having a heart event
- Individuals with heart disease: Heart patients who wish to manage their risk factors to reduce the chances of having a recurrent event

## What are some of the features?

- Personalized care plan
- Mobile app
- Health tracker
- Integration with fitness devices
- Comprehensive health library
- Ability to invite family and friends
- Online peer support groups
- Much more!

To find out more or to register visit [pwc.ottawaheart.ca/virtualcare](http://pwc.ottawaheart.ca/virtualcare)

Or email us at [virtualcare@ottawaheart.ca](mailto:virtualcare@ottawaheart.ca)



UNIVERSITY OF OTTAWA  
HEART INSTITUTE  
INSTITUT DE CARDIOLOGIE  
DE L'UNIVERSITÉ D'OTTAWA



# PROGRAMME DE SOINS VIRTUELS

Donner aux patients le pouvoir de gérer leur santé cardiaque de manière proactive

## La réalité

- 90 % des Canadiens possède au moins un facteur de risque contrôlable (tension artérielle, sédentarité, mauvaise alimentation, embonpoint ou surpoids, le tabac, le stress, le taux de cholestérol élevé ou diabète).
- Aujourd'hui, les patients veulent des façons simples et efficaces de prendre le contrôle de leur santé et mieux-être.

## Qu'est-ce que le Programme de soins virtuels?

Le Programme de soins virtuels est un système de gestion de la santé cardiovasculaire en ligne. Le système est conçu pour éduquer et sensibiliser les gens sur leur état de santé afin de les motiver à mieux gérer et à améliorer leur santé cardiaque. Les participants pourraient être admissible à un service de counseling en santé qui leur donnerait accès à un conseiller personnel pour une période de six mois. Nos conseillers aideront aux participants à fixer des objectifs, faire le suivi de leur progrès et à renseigner sur les facteurs de risque.

## Qui peut participer?

- Individus qui courent un risque: Pour ceux qui désirent améliorer leurs facteurs de risque et réduire leur risque de souffrir un évènement cardiaque
- Individus atteints d'une maladie cardiovasculaire: Pour les patients qui désirent gérer leurs facteurs de risque ainsi que prévenir un évènement cardiaque récurrent

## Quelles sont les caractéristiques de la plateforme?

Parmi les options offertes : plan de soins personnalisé, outils de suivi de santé, compatibilité avec des appareils de gestion de la santé physique, bibliothèque complète d'ouvrages sur la santé, possibilité d'inviter des amis ou de la famille, groupes de soutien en ligne et bien davantage.

Pour obtenir de plus amples renseignements ou si vous souhaitez participer au programme, visitez [pwc.ottawaheart.ca/virtualcare](http://pwc.ottawaheart.ca/virtualcare)  
communiquiez avec nous: [virtualcare@ottawaheart.ca](mailto:virtualcare@ottawaheart.ca)