



## At a Glance

With hectic schedules and constant demands, individuals need fast and convenient services, reliable and trusted health information and care in near-real time.

The Virtual Care Program is designed to raise awareness about an individual's heart health status and motivate them to manage and improve their health and well-being, all within the comfort of their own home.

## Who Can Participate

- **Individuals at risk** who wish to improve their risk factors and decrease their chances of having a heart event
- **Individuals with heart disease** who wish to manage their risk factors and reduce their chances of having a recurrent event
- **Individuals graduating from cardiac rehabilitation** who wish to maintain their efforts and stay connected to the Ottawa Heart Institute

## How It Works

Once you register the first step will be to complete a series of questions about your health. Thereafter you will be given access to the platform and its many features.

## Some of the Features

- **Personalized Care Plans** are generated for each individual
- The **Dashboard** allows for monitoring and provides direct feedback
- **Wellness Trackers** help monitor health goals
- Communication with **Fitness Devices**
- Set **Reminders** to log and **Notifications** for your goals
- The **Health Library** contains reliable and trusted heart health information
- **Group Support** is available from an online community
- Access to **Heart Health Experts** from the Ottawa Heart Institute
- **Monthly Challenges** motivate individuals to reach their goals
- **Online Schedule** allows individuals to easily manage all their health appointments
- **Circle of Care** allows individuals to invite their family, friends and healthcare providers to access their information, view progress and communicate with them



## Contact

To find out more or to register:

 [pwc.ottawaheart.ca/care/virtual-care-program](http://pwc.ottawaheart.ca/care/virtual-care-program)

 [virtualcare@ottawaheart.ca](mailto:virtualcare@ottawaheart.ca)

VIRTUAL CARE  
PROGRAM

Activating patients to proactively manage their heart health



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

# PROGRAMME DE SOINS VIRTUELS

## Aperçu

Avec les horaires chargés et la pression du quotidien, les gens ont besoin de services rapides et pratiques et d'information fiable sur la santé et sur les soins à toute heure du jour ou de la nuit.

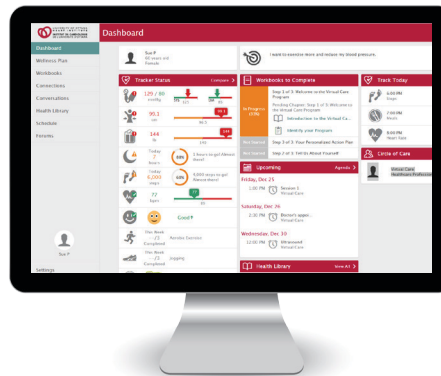
Le programme de soins virtuels est conçu pour éduquer et sensibiliser les gens sur leur état de santé afin de les motiver à mieux gérer et à améliorer leur santé et mieux-être, dans le confort de son foyer.

## Qui peut participer

- **Personnes à risque** qui désirent gérer leurs facteurs de risque et réduire leur risque de subir un événement cardiaque;
- **Personnes atteintes d'une maladie cardiovasculaire** qui désirent gérer leurs facteurs de risque et prévenir un autre événement cardiaque;
- **Personnes qui ont achevé le programme de réadaptation cardiaque** et qui désirent poursuivre leurs efforts et rester connectées à l'Institut de cardiologie.

## Comment ça fonctionne

Une fois inscrit, on vous demandera de répondre à une série de questions sur votre santé. Vous aurez ensuite accès à la plateforme et à une foule d'outils.




## Particularités

- **Plans de soins personnalisés;**
- **Tableau de bord** permettant de faire son suivi et de recevoir de la rétroaction;
- **Plan de bien-être** pour le suivi des objectifs de santé;
- Communication avec des **appareils portables** mesurant l'activité physique;
- **Alertes et notifications** pour vous garder sur la bonne voie;
- Accès à une **banque d'information** fiable;
- **Groupe de soutien** en ligne;
- **Conseils d'experts** de l'Institut de cardiologie d'Ottawa;
- **Défis de groupe mensuels** pour motiver chacun à atteindre ses objectifs;
- **Horaire** facilitant la gestion des rendez-vous médicaux;
- **Cercle de soin** permettant aux personnes d'inviter les membres de leur famille, des amis ou des professionnels de la santé à accéder à leurs renseignements de santé, à suivre leurs progrès ou à communiquer avec elles.

## Contact

Pour obtenir de plus amples renseignements ou pour participer au programme :

 [pwc.ottawaheart.ca/care/virtual-care-program](http://pwc.ottawaheart.ca/care/virtual-care-program)

 [virtualcare@ottawaheart.ca](mailto:virtualcare@ottawaheart.ca)