



## Services éthérapies

etherapies fait équipe avec le Réseau de santé Vitalité pour vous offrir un service gratuit de thérapie sous forme de cours en ligne. Les programmes de thérapie par Internet qui sont offerts sont d'une durée de 8 semaines. Vous suivez le programme à la maison selon votre disponibilité. Aucun rendez-vous en face à face n'est nécessaire.

Pour y participer, vous devez avoir été référé(e) par Vitalité. Vous avez besoin d'un accès à un ordinateur dans un endroit privé et calme et à une connection Internet sécurisée. Ces programmes ont pour but de vous enseigner des habiletés pratico pratiques à l'aide de leçons à lire et d'exercices à faire pour vous aider à mieux gérer votre stress, votre anxiété ou votre déprime.

Durant le programme, une clinicienne de Vitalité communiquera avec vous par courriel ou téléphone une fois par semaine pour vous guider et répondre à vos questions.

Dans le but de suivre vos progrès, les clients qui suivent un programme de thérapie par Internet remplissent des questionnaires en ligne avant le programme (environ 20 minutes), à chaque semaine durant le programme (5 minutes), après le programme et trois mois plus tard (20-30 minutes).

Les programmes de thérapie par Internet utilisés sont basés sur une approche cognitive et comportementale. Ils sont offerts avec succès depuis plusieurs années à la grandeur de l'Australie par le gouvernement australien. L'un d'eux est aussi offert au Canada, en Saskatchewan. Pour plus d'informations sur les services etherapies, veuillez consulter le pamphlet d'informations en cliquant sur le lien suivant : [pamphlet d'informations](#).

Pour recevoir des services etherapies, nous devons d'abord déterminer s'ils sont appropriés pour vos besoins. Pour ce faire, voici les étapes à suivre :

- 1) Remplir une fiche de renseignements personnels pour ouvrir un compte sécurisé etherapies.

2) Remplir un dépistage en ligne d'environ 20 minutes. Cette évaluation comporte des questions générales (ex., état civil, niveau d'éducation), des questions sur les problèmes de santé mentale rencontrés et traitements suivis jusqu'à présent, de brefs questionnaires sur l'anxiété, la déprime et la détresse psychologique, ainsi que des questions sur la résilience et la satisfaction de vie. Cette évaluation en ligne fera partie de votre dossier clinique.

3) Participer à un appel téléphonique d'environ 30 minutes avec une clinicienne du Réseau de santé Vitalité. Elle discutera avec vous de votre évaluation en ligne et au besoin, vous posera des questions pour clarifier vos réponses. Elle pourra ensuite vous dire si les programmes offerts sont appropriés pour vos besoins. Si c'est le cas, elle vous expliquera le fonctionnement et répondra à vos questions. Si ce n'est pas le cas, elle pourra vous faire part des ressources disponibles.

### Notre équipe

#### **Cliniciennes de Vitalité**

Mme Linsay Flowers, travailleuse sociale

Mme Jenessa Haché, travailleuse sociale

Dre Josée LeBlanc, psychologue

Mme Danielle Richard, travailleuse sociale

Mme Nathalie Melanson, travailleuse sociale

Mme Gabrielle Robichaud, travailleuse sociale

#### **Coordonnatrices de projet de l'Université de Moncton**

Mme Gabrielle Cloutier, étudiante au doctorat, École de psychologie

Mme Vanessa Fournier, étudiante au doctorat, École de psychologie,

#### **Responsables de projet**

Dre France Talbot, professeure, École de psychologie, Université de Moncton,  
Chercheure principale

M. Rino Lang, directeur régional des services de santé mentale et du traitement  
des dépendances, réseau de santé Vitalité

## Information à consulter

Veillez lire attentivement les informations sur l'utilisation des services etherapies [via ce lien](#) et la confidentialité des informations recueillies [via ce lien](#). Si vous êtes d'accord avec ces informations, vous pouvez passer aux étapes suivantes : 1) nous dire si vous nous permettez d'utiliser vos données pour évaluer les services reçus et 2) la création d'un compte etherapies pour remplir le dépistage en ligne.

### Formulaire de consentement pour évaluer nos services en ligne

etherapies maintient une base de données sécurisée d'informations (information générale comme votre statut civil, scores aux questionnaires, traitements reçus dans le passé) pour chaque personne évaluée ou traitée à l'aide d'un programmes de thérapie en ligne. Le but de ces informations est d'évaluer et d'améliorer la qualité et la prestation de ces programmes ainsi que leur accès. Même si plusieurs études ont été menées sur leur efficacité dans les derniers 20 ans, il y a encore à apprendre. Les informations soumises à notre site Web sont sécurisées à l'aide du logiciel Secure Sockets Layer (SSL) et protégées par la technologie de cryptage et de pare-feu. Vos renseignements personnels sont conservés dans une base de données de notre site Web sur un serveur sécurisé de Markanyx Solutions Inc. Les renseignements sur le serveur sont couverts par la Loi canadienne sur la protection des renseignements personnels.

Nous aimerions avoir votre permission pour ajouter vos informations à la base de données pour la recherche de etherapies. Cette base de données est seulement utilisée à des fins de recherche. Par exemple, nous aimerions savoir jusqu'à quel point offrir ces programmes de thérapies en ligne aide à faciliter l'accès à des services psychologiques. Veuillez noter que si vous refusez, cela ne change rien votre admissibilité pour recevoir un programme de thérapie en ligne.

Afin de protéger votre vie privée, toute information permettant de vous identifier (p. ex., votre nom, date de naissance) seront retirées. Toutes les études publiées n'incluront que des informations de groupe; aucun résultat individuel ne sera partagé à un tier parti en dehors de l'équipe de recherche sans votre consentement écrit. Les données seront gardées pendant sept ans suivant la publication des résultats, ce qui est en accord avec la pratique professionnelle.

Financé par : Ce projet a reçu une subvention de la Fondation de l'Hôpital régional de Saint John, grâce à un don de la Banque royale du Canada, et de MindCare.

Risques: Il n'y a pas de risques à accepter d'avoir vos informations ajoutées à notre base de données pour la recherche puisqu'aucune autre participation de votre part n'est requise. Il n'y a pas de risque de bris de confidentialité étant donné que les données personnelles ne seront pas sauvegardées dans la base de données.

Bénéfices: Il n'y a pas de bénéfices individuels immédiats en tant que participant dans notre base de données de recherche. Par contre, la connaissance acquise à partir de vos informations pourrait aider les autres en menant à des traitements en ligne plus efficaces pour les gens ayant des problèmes de stress, d'anxiété ou une humeur déprimée.

Toutes questions ou inquiétudes peuvent être adressées à votre clinicienne du Réseau de santé Vitalité, à Dre France Talbot, professeure à l'École de psychologie de l'Université de Moncton (506-858-4200; [france.talbot@umoncton.ca](mailto:france.talbot@umoncton.ca) ou encore à l'Unité de télépsychothérapie de l'Université de Moncton (506-858-4406; [info@etherapies.ca](mailto:info@etherapies.ca)).

Si vous avez des préoccupations de nature éthique concernant votre participation à la composante recherche de etherapies ou souhaitez formuler une plainte, vous pouvez contacter le comité d'éthique de la recherche du Réseau de santé Vitalité à [ethique.ethics@vitalitenb.ca](mailto:ethique.ethics@vitalitenb.ca) ou au 506-394-3368 ou le comité d'éthique de la recherche sur les êtres humains de l'Université de Moncton à [fesr@umoncton.ca](mailto:fesr@umoncton.ca) ou au 506-858-4310.

Je comprends les informations de ce formulaire et atteste que ma participation est volontaire. Je comprends que je peux poser des questions dans l'avenir et que je peux en tout temps demander à ce que mes informations soient retirées de la base de données à n'importe quel moment sans pénalité ou perte d'un bénéfice auquel j'aurais droit.

[Ouvrir un compte etherapies](#)

Pour ouvrir un compte etherapies, veuillez terminer de remplir la fiche d'information que vous avez commencée. Votre nom, courriel et date de naissance sont des informations nécessaires pour que nous puissions vous contacter et nous assurer que lorsque vous entrez votre nom d'utilisateur et votre mot de passe, il s'agit bien de vous.