



## PARTICIPATION À UNE ÉTUDE SUR LES STRATÉGIES D'AUTOGESTION DES TROUBLES ANXIEUX, DÉPRESSIF ET BIPOLAIRE

L'équipe de recherche du laboratoire Vitalité de l'UQAM ([www.vitalite.uqam.ca](http://www.vitalite.uqam.ca)) travaille actuellement au développement d'un questionnaire novateur portant sur les stratégies d'autogestion utilisées dans le rétablissement d'un trouble anxieux, dépressif ou bipolaire.

Nous vous invitons à participer à cette étude qui nous permettra de valider ce nouveau questionnaire mesurant les éléments qui aident ou qui nuisent au processus de rétablissement d'un trouble de santé mentale. Ce questionnaire permettra, par l'entremise de futures études, d'obtenir une meilleure compréhension des stratégies d'autogestion et ainsi de concevoir des interventions de promotion de la santé mieux adaptées aux personnes en rétablissement.

Pour participer, vous devez :

- Être âgé(e) de 18 ans ou plus
- Avoir une bonne compréhension du français écrit
- Avoir reçu un diagnostic de trouble anxieux, dépressif ou bipolaire il y a un an ou plus, et être (ou avoir été) suivi(e) par un professionnel de la santé pour l'un de ces troubles
- Ne pas avoir participé aux entrevues qualitatives de la première phase de l'étude
- Ne pas être enceinte ou avoir accouché au cours de la dernière année

Vous devrez remplir un questionnaire en ligne d'environ 40 minutes sur un site web sécurisé. Les questions porteront sur votre santé mentale actuelle et sur votre perception des stratégies que vous utilisez pour vous rétablir au quotidien.

Si vous désirez participer, suivez le lien ci-dessous :

<http://vitaliteuqam.limequery.com/index.php/637894/lang-fr>.

Si vous avez des questions au sujet de ce projet, vous pouvez communiquer avec M. Simon Coulombe, coordonnateur de la recherche au **514-987-3000 #4388** ou à l'adresse [coulombe.simon@uqam.ca](mailto:coulombe.simon@uqam.ca).

UQAM

**Vitalité**  
Laboratoire de recherche sur la santé