

Soutien à distance par les pairs pour maintenir des habitudes de vie saines pour le cerveau

Emplacement : Dans l'ensemble du pays, dans les milieux ruraux et urbains

Nombre de participants : Au moins 100 personnes pour participer aux sondages et 30 personnes pour participer aux groupes de discussion en ligne.

Période de recrutement : Avril à juillet 2022

Description : Des habitudes de vie saines, comme garder son cerveau et son corps actifs, bien manger, gérer le stress et maintenir des liens sociaux peuvent réduire le risque de démence. Le soutien de vos amis, de votre famille et de votre communauté peut vous aider à maintenir ces habitudes de vie saines pour le cerveau. Des chercheurs de l'Université de Waterloo et de l'Université Ryerson mènent une étude sur la façon dont le soutien à distance par les pairs (offert par téléphone, par Internet ou au moyen d'autres technologies) peut aider les adultes âgés à maintenir des habitudes de vie saines sur le plan cérébral. Les chercheurs s'intéressent également aux différences entre les sexes dans les préférences pour le soutien à distance par les pairs. Nous demandons aux aînés de nous faire part de leurs réflexions sur l'utilisation du soutien à distance par les pairs pour maintenir des habitudes de vie saines sur le plan cérébral dans le cadre de sondages et de groupes de discussion.

Langue : Anglais

Critères d'admissibilité :

- Adultes de 60 ans et plus
- Diversité des antécédents, des sexes et des capacités
- Nous ne recrutons pas les personnes atteintes de démence, mais elles peuvent participer si elles ont d'autres diagnostics ou antécédents médicaux (p. ex., insuffisance cardiaque, AVC, AIT, arthrose).
- Les participants doivent être capables de parler et de lire en anglais pour répondre à un sondage ou participer à un groupe de discussion.

Exigences de participation :

- Le sondage devrait prendre de 15 à 20 minutes à remplir en ligne; il s'agit d'un engagement ponctuel.
- Les participants qui répondent au sondage peuvent avoir la possibilité de participer à un groupe de discussion ponctuel d'une heure à une heure et demie (par webconférence ou par téléphone) s'ils souhaitent participer davantage.
- Les activités de l'étude seront terminées avant juillet 2022 et les résultats seront disponibles d'ici la fin de décembre 2022.

Établissement : Université de Waterloo

Personne-ressource :

Lauren Bechard (candidate au doctorat, Université de Waterloo)

lauren.bechard@uwaterloo.ca