

Cette présentation a été effectuée le 11 mars 2010, au cours de la journée « Le développement de "l'Internet-santé" : quels sont les enjeux pour la santé publique? » dans le cadre des Journées annuelles de santé publique (JASP) 2010. L'ensemble des présentations est disponible sur le site Web des JASP, à l'adresse <http://www.inspq.qc.ca/archives/>.

Développer des sites destinés au grand public

Enjeux et expériences

JASP Mars 2010



totalmédia

À propos de nous

Totalmédia est une filiale à 100 % de la Fondation Lucie et André Chagnon, une société philanthropique canadienne qui a pour mission de contribuer au développement et à l'amélioration de la santé par la prévention de la pauvreté et de la maladie, en agissant principalement auprès des enfants et de leurs parents. Totalmédia s'est joint à la Fondation Lucie et André Chagnon en février 2001.

TOTALMÉDIA INC
111, rue Duke, bureau 2600, Montréal (Québec), Canada H3C 2M1
Tél. : 514 393-9280 Téléc. : 514 393-9281
info@totalmedia.net

Nos sites Web

et **Naître et grandir.net**, tous deux grand public franco-canadien, ces Fondation Lucie et André Chagnon. mère, ni **PasseportSanté.net** ni commerciale. Les deux sites ne se absolue en ce qui a trait à leur

 PASSEPORTSANTÉ.NET

des solutions pratiques, fiables et pce en matière de santé, de mieux-santé et de prévention de la maladie la pointe de l'actualité santé,

PasseportSanté.net est consulté par près de 2 millions de visiteurs par mois. Jusqu'en 2005, PasseportSanté.net était connu sous le nom de Réseau Proteus, lancé en janvier 1998.

Naître et grandir.net

Pour le bien des enfants

Naître et grandir.net offre aux parents de l'information fiable sur le développement et la santé des jeunes enfants. Validé scientifiquement, le site vise à soutenir tous ceux et celles qui ont la responsabilité du bien-être d'enfants, tout en favorisant le développement de ces derniers et en veillant à leur santé et à leur éducation. Le site a vu le jour en janvier 2009.

totalmedia.net

1999

totalmēdia



RÉSEAU PROTEUS
Portail santé de médecine intégrée

À SIGNALER

22 janvier 1999
Effets bénéfiques de la feuille d'artichaut contre le cholestérol

19 janvier 1999
Un traitement alternatif pour la leucémie promyéloblastique aigue

15 janvier 1999
Effets positifs du soja contre les bouffées de chaleur de la ménopause

12 janvier 1999
Exercice et vitamine E contre le cancer de la prostate

8 janvier 1999
Les enfants constipés peuvent ne pas tolérer le lait de vache

5 janvier 1999
Effet protecteur du thé vert contre les cancers colorectaux

30 décembre 1998
Découverte d'un marqueur génétique lié à l'arthrite

23 décembre 1998
L'homocystéine efficace contre le vertige

18 décembre 1998
L'ail prolonge l'élasticité de l'aorte

25 janvier 1999

SOS ouragan Mitch DÉVELOPPEMENT ET PAIX

Recherche

Accueil	Clinique	Intervenants	Formations
Kit média	Bibliothèque	Ateliers/stages	Cures/vacances santé
Plan du site	Guide des thérapies	Calendrier	Environnement
Contactez-nous	À signaler	Retraite	Place du Marché

MÉDIAS

... en français ...

Dossier

Histoires de digestion
Le ballonnement, la flatulence, la constipation, quelles misères! Pour mieux comprendre la cause des problèmes de digestion, et surtout la façon de les éviter, notre chroniqueuse Julie Brière vous propose d'entrer dans l'intimité digestive de deux personnes ordinaires. Voici cette [Histoire de tripes](#).

Focus

Ostéoporose et ménopause
L'ostéoporose est-elle une maladie de la ménopause?
Ce texte résume diverses études récentes qui mènent à des questions comme celle-ci: 250 femmes doivent-elles se mettre à l'hormonothérapie pendant 10 ans pour éviter à une d'entre elles une fracture de la hanche?

Nouveautés sur ce site

2002

totalmēdia



RÉSEAU PROTEUS
Portail santé de médecine intégrée

À SIGNALER

30 mai 2002
[Tapis de yoga en prévention du cancer](#)

28 mai 2002
[Les exercices contre la tension artérielle](#)

24 mai 2002
[Le massage contre les effets indésirables de la chimio](#)

24 mai 2002
[Drainage lymphatique: des bienfaits mesurables](#)

22 mai 2002
[Les effets du thé à long terme: densité osseuse](#)

23 mai 2002
[Le Body Talk: trop beau pour être vrai](#)

23 mai 2002
[Expérience de massothérapie chez des défunts](#)

30 mai 2002

1000 maux	Guide des thérapies	Intervenants	Cures/vacances santé
1001 solutions	Bibliothèque	Ateliers/stages	Retraite
Vos questions	À signaler	Formations	Environnement
Appels à tous	Associations	Calendrier	Place du Marché

Chercher

QUOI DE NEUF SUR PROTEUS?

ÉVÈNEMENT
Proetus au Congrès International sur la Science du Toucher

QUESTIONS DE LA SEMAINE

[Parasites intestinaux](#)

[Prioniasis et silice](#)

[Calcium et Synthoïd](#)

[Premier oséma à 2 ans](#)

[Sécheresse oculaire](#)

MÉDIAS

[Alternative Médecine Revue \(É-U\)](#)

[Alternatives Thérapies \(É-U\)](#)

Diabète : prévention et contrôle
Même si la prévention demeure la meilleure solution, il existe différentes approches naturelles qui peuvent aider les personnes diabétiques à mieux contrôler leur maladie. Voyez-les dans notre dossier diabète.
• [Diabète \(vue d'ensemble\)](#)
• [Diabète de type I](#)
• [Diabète de type II](#)
• [Diabète gestationnel](#)

De notre herborier médicinal
Le [ferre terrestre](#), une plante rafraîchissante en temps de canicule, était jadis employée pour aromatiser la bière et soigner les affections pulmonaires. C'est un petit oiseau qui l'a dit...

Prêtez-lui votre oreille
La [méthode Tomatis](#), basée sur l'oreille et l'audition, peut venir en aide aux enfants ayant des difficultés de communication et d'apprentissage.

Nouvelles parutions
- [Le diabète exactement! Stratégies naturopathiques](#)
- [L'équilibre glycémique: Entre violence et déprime](#)
- [L'art de la méditation](#)
- [Décodage biologique des maladies](#)

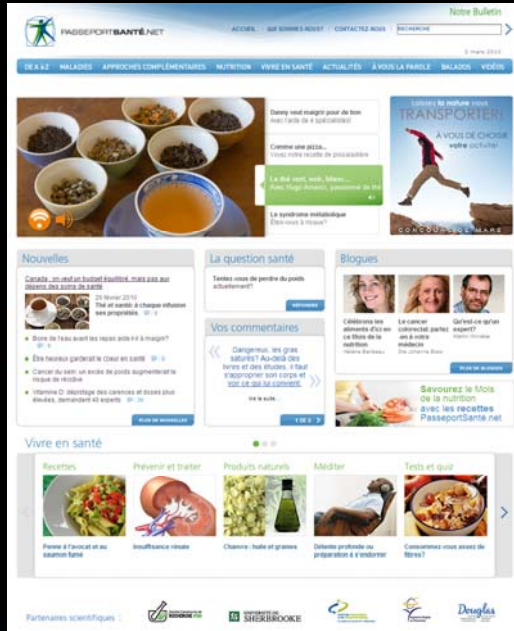
Notre livre du mois
[Un jour la santé](#), de Yanick Villodieu, est

2005

totalmédia

2010

totalmédia



2,6 millions
visites par mois

700 000
visites par mois du
Canada

totalmédia



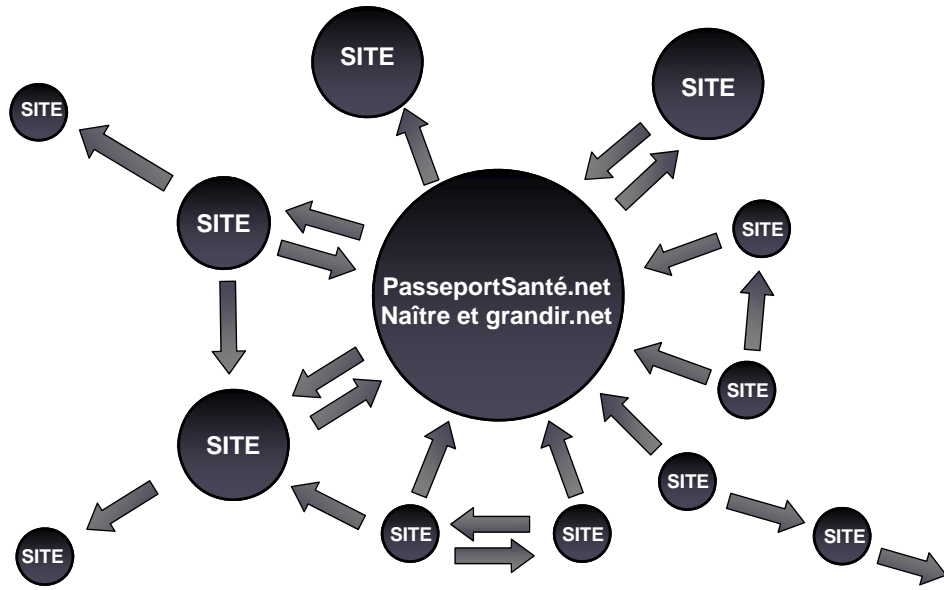
en ligne depuis
janvier 2009

115 000
visites par mois

60 000
visites par mois du
Canada

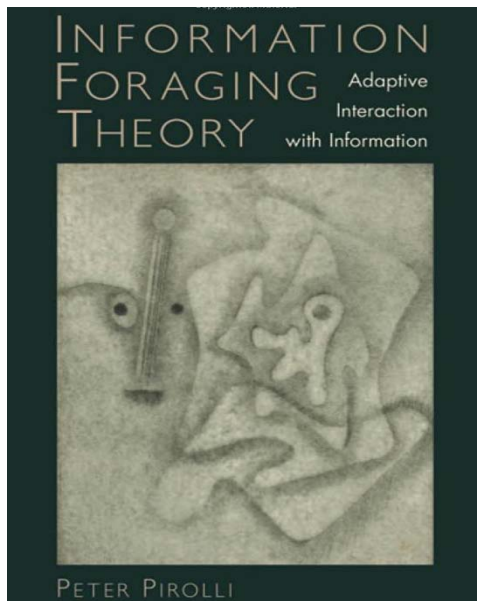
totalmédia

totalmēdia



Viral

totalmēdia

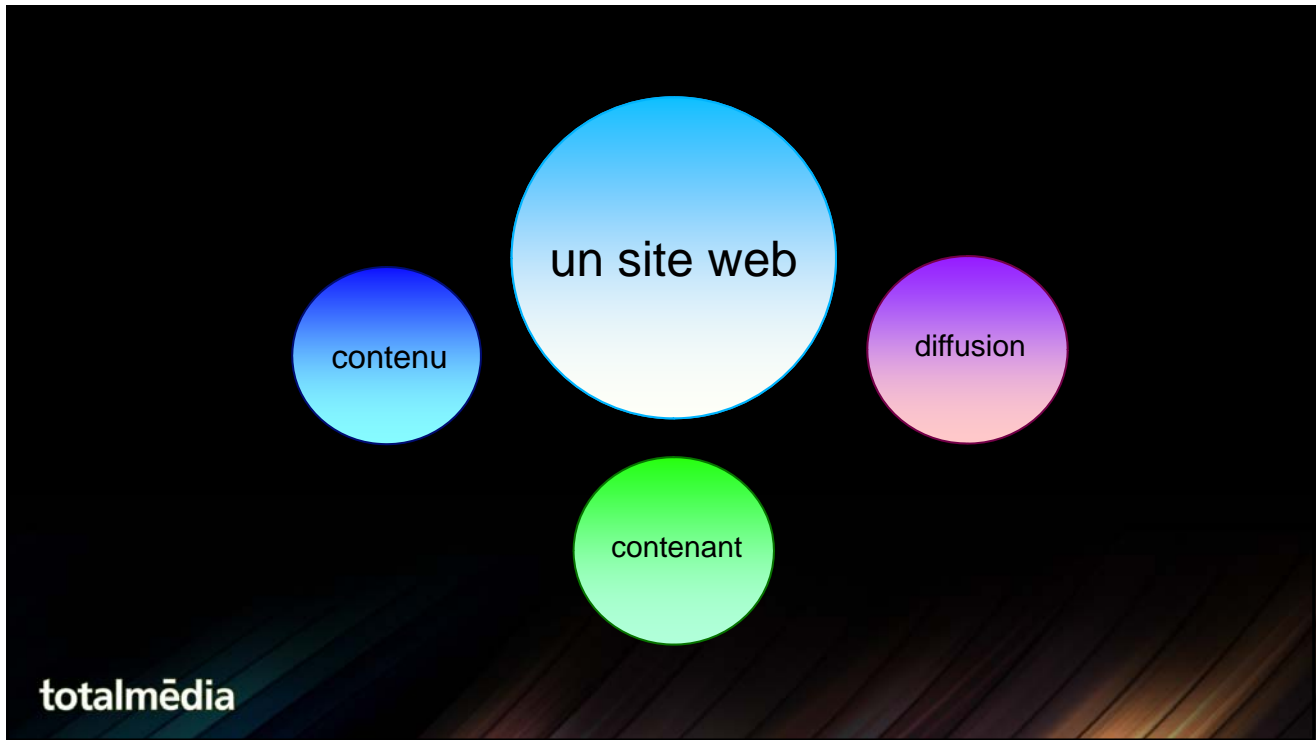


The logo for 'totalmēdia' is positioned in the top left corner of the slide. It features the brand name in a white, lowercase, sans-serif font. To the left of the text is a vertical decorative bar with a dark background and diagonal streaks of light in shades of blue, green, and orange.

- ▶ 88 % par les moteurs de recherche
- ▶ Consultation rapide (surfing)
- ▶ Peu d'obligation d'y aller

The logo for 'totalmēdia' is positioned in the top left corner of the slide. It features the brand name in a white, lowercase, sans-serif font. To the left of the text is a vertical decorative bar with a dark background and diagonal streaks of light in shades of blue, green, and orange.

- ▶ Page d'accueil 40 % : 30 secondes
- ▶ Page intérieure 60 % : 52 secondes
- ▶ 1,3 écrans défilés



totalmēdia

- ▶ Faire en sorte que le site soit facile à trouver
- ▶ Répondre aux besoins de vos internautes
- ▶ Rendre la navigation et les textes compréhensibles

Web Images Videos Maps News Books Mail more ▾



mal de dos

Search

Advanced Search

Search: the web pages from Canada

Web [Show options...](#)

Tip: [Search for English results only](#). You can specify your search language in [Preferences](#)

[Lombalgie](#) - [[Translate this page](#)]

Jump to [Opinion de notre médecin](#). Même si la cause du **mal de dos** est inconnue, il est primordial de le soulager efficacement pour empêcher ...
www.passeportsante.net / ... / dictionnaire des maladies de A à Z - [Cached](#) - [Similar](#) - [Feedback](#)

[Mal de dos](#) - [[Translate this page](#)]

Un **mal de dos** peut affecter les os de la colonne vertébrale (les vertèbres) qui aident à supporter votre poids, les articulations qui facilitent les ...
www.ahsc.health.nb.ca/Patients/.../backpainfr.shtml - [Cached](#) - [Similar](#) - [Feedback](#)

[Translation mal de dos - Médical French-English dictionary - Reverso](#)

mal de dos translation French - English : **mal de dos** n m back pain French - English, medical dictionary, synonyms, translation.
dictionary.reverso.net/medical-french.../mal%20de%20dos - United States - [Feedback](#)

[Translation mal de décompression - Médical French-English ...](#)

back pain, n. le **mal de dos**, Reverso General Dictionary, think ill, vt. penser du mal, Reverso General Dictionary, uncouth fellow, n. un ours mal léché ...
dictionary.reverso.net/medical.../mal%20de%20décompression - United States - [Feedback](#)

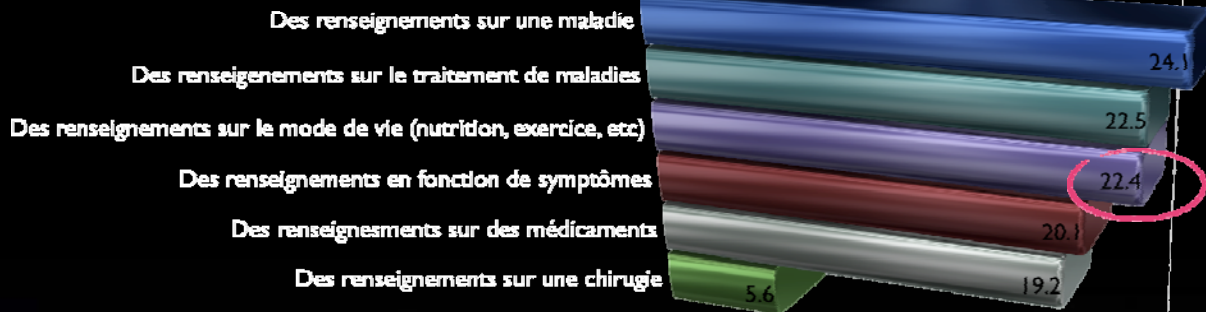
[Show more results from dictionary.reverso.net](#)

Image results for **mal de dos** - [Report images](#)



	Mot clé ▾	Aucun ▾	Visites ↓
1.	(content targeting)		4 134
2.	naitre et grandir		4 086
3.	bronchite		2 159
4.	bébé		1 109
5.	scarlatine		1 014
6.	naitreetgrandir.net		883
7.	enfant		734
8.	énurésie		715
9.	urticaire		642

NeTendances 2008 : les adultes québécois (3 derniers mois)



Au cours des trois derniers mois

totalmēdia

CEFRIQ

totalmēdia

Prévenir

Le dépistage permet d'observer les signes associés au risque de maladies cardiaques. Surveiller son poids et son tour de taille peut se faire à la maison. Le médecin, lui, vérifiera la tension artérielle, le taux de sucre (glycémie) et le profil des lipides (gras) dans le sang. Au besoin, il demandera des tests pour vérifier les taux de certains marqueurs sanguins (protéine C-réactive, fibrinogène ou homocystéine) qui indiquent un risque accru de crise d'angine ou d'infarctus.

Pour déterminer votre risque personnel, faites notre test Troubles cardiovasculaires : quel est votre risque?

Mesures préventives de base

- Cesser de fumer.
- Perdre du poids.
- S'alimenter sainement. Voir la fiche complète Troubles cardiaques pour des recommandations alimentaires détaillées
- Demeurer physiquement actif.
- Diminuer son niveau de stress.
- Être vigilant en période de smog.

Autres mesures préventives

- Pour les personnes à risque : faibles doses d'acide acétylsalicylique (AAS - Aspirine®).

Traitements

Important Le traitement d'un infarctus du myocarde nécessite une intervention médicale d'urgence afin d'en limiter les conséquences. Si l'on ressent des symptômes de crise d'angine, il faut en discuter rapidement avec un médecin, et sans délai si elle est instable.

Le bulletin de
PASSEPORTSANTÉ.NET

Je m'abonne!

Mon courriel



Aperçu du bulletin

L'activité,
c'est
physique!



Une entrevue avec
Nathalie Lambert

DÉGUSTEZ
un repas
gastronomique
en amoureux.



Habitudes alimentaires : faites votre bilan



Il n'est pas facile d'évaluer ses habitudes alimentaires quand on peine à se souvenir de ce qu'on a mangé la veille.

Voici vingt questions qui vous permettront de faire un **bilan global en cinq minutes** et de vérifier si votre impression correspond à la réalité.

[▶ Commencer le test](#)

Tests interactifs

Vidéos



Ce petit jeu ravira bébé qui réalisera les mouvements qu'il peut faire avec ses bras.

Les balados de Passeportsanté

Méditer - et bien plus
Des exercices guidés de 5 à 30 minutes. Méditations, relaxations, visualisations.

Pour contrer le stress, apprivoiser la douleur, prendre une pause, augmenter la résistance aux maladies (du rhume au cancer...), être plus calme, en maîtrise et en paix.

1. La responsabilité comme responsabilité partagée (10 min.)
2. Détente profonde ou préparation à l'hypnose (10 min.)
3. Respiration consciente (10 min.)
4. Régimes de relaxation (10 min.)
5. Méditation guidée (10 min.)
6. Visualisation antistress (10 min.)


Les capsules de Passeportsanté.net

Des conseils des meilleurs entraîneurs, coachs et experts de Passeportsanté.net : stress, insomnie, obésité, méditation, burn-out, santé des femmes, sexualité et bien plus.

- Prendre la responsabilité de sa maladie. Tout un défi (10 min.)
- Suivre l'accompagnement, par où commencer? (10 min.)
- L'activité physique : des stratégies pour s'y mettre et persévérer (10 min.)
- Stresser avec plaisir... et pour prévenir les maladies (10 min.)
- Des idées pour être le mieux tout en respectant l'accompagnement (10 min.)

Vidéos et balados

Les plus consultées


- 


Soupes / potages
Soupe aux lentilles et légumes
★★★★☆ (3)
- 


Plats principaux
Poivrons farcis au thon et au boulgour
★★★★☆ (5)
- 

Plats principaux
Filet de saumon au four
★★★★☆ (0)

Vos recettes préférées

- 

Plats principaux
Bâtonnets de poisson et patates douces au four
★★★★☆ (0)
- 

Bases
Base d'ail et persil
★★★★☆ (0)
- 

Accompagnements, Hors-d'oeuvre / Entrées
Aubergines parmesan au four
★★★★☆ (1)

Interaction

Blogues

[+]

- 


Du lait ou du jus avec le gâteau?
Par Stéphanie Côté
- 


Je ne vis pas dans un magazine de déco!
Par Catherine Goldschmidt
- 


Féministe et maternelle: est-ce possible?
Par Marie Charbonniaud
- 


«Mea culpa»: l'autisme n'est pas relié aux vaccins
Par Tasnim Akbaraly


À vous la parole

- 

Blogue de Christian Lamontagne
Le massage peut-il tuer?
15 commentaire(s)
[Blogue RSS/XML](#)
 - 

Blogue d'Hélène Barbeau
Modifier ses habitudes alimentaires: les 5 étapes
12 commentaire(s)
[Blogue RSS/XML](#)
 - 

Blogue de Dre Johanne Blais
Prévenir le cancer: l'importance des saines habitudes de vie
15 commentaire(s)
[Blogue RSS/XML](#)
 - 

Blogue Actualités
Par Julie Fortier, chef de pupitre - Actualités
Faire ses courses à pied ou en voiture?
7 commentaire(s)
[Blogue RSS/XML](#)
 - 

Blogue des invités
Dre Sylvie Demers, spécialiste de la ménopause
Dre Demers - Question 6 - Hormones bio-identiques : faut-il mesurer le taux d'hormones?
1 commentaire(s)
[Blogue RSS/XML](#)
- Vos témoignages
Arrêter de fumer et retrouver son poids santé
3 commentaire(s)
[Blogue RSS/XML](#)

Blogues

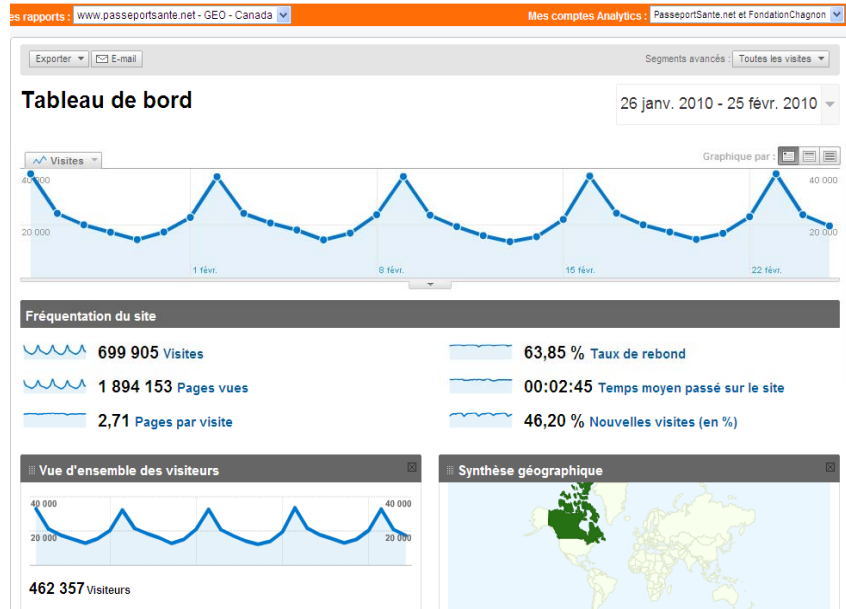
Un site web est une série de processus

Observer
Apprendre
Comparer
Configurer
Tester
Observer...

Les tâches : 22 % taux d'échec

- ▶ Problèmes de recherche
- ▶ Difficultés à trouver l'information (navigation, nomenclature, liens)
- ▶ L'information (les erreurs de contenu)
- ▶ La complexité du design (multimédia, défilement, bouton précédent, pdf/impression, multiples fenêtres, formulaires)

Tout mesurer !



Développement

- Nouveau-né
- 1 mois
- 2 mois
- 3 mois
- 4 mois
- 5 mois
- 6 mois
- 7 à 9 mois
- 10 à 12 mois

- Nourrir
- Soins et bien-être
- Vie de famille
- Fiches d'activités

de développement de votre enfant

NOUVEAU NÉ | 1 MOIS | 2 MOIS | 3 MOIS | 4 MOIS | 5 MOIS | 6 MOIS | 7 à 9 MOIS | 10 à 12 MOIS



Il existe 5 dimensions au développement global de l'enfant:

- Affective
- Motricité fine
- Motricité globale
- Intellectuelle
- Sociale

Développement affectif

Le développement affectif signifie que l'enfant manifeste plusieurs émotions, de la tristesse à la joie en passant par la colère, et qu'il apprend à les maîtriser. Cette capacité l'aide à bâtir son estime de soi et l'amène à développer des qualités plus profondes, comme la sympathie, la compassion, la résilience, l'affirmation de soi et l'empathie, de même que la capacité d'affronter la vie.

The logo for 'totalmēdia' is positioned in the top-left corner of the slide. It features the text 'totalmēdia' in a white, lowercase, sans-serif font. To the right of the text is a vertical rectangular area containing a colorful, abstract background of diagonal lines in shades of blue, green, and orange, creating a sense of motion and depth.

totalmēdia

- Études d'utilisabilité
- Sa mère
- 5 « vox pop »

The logo for 'totalmēdia' is positioned in the top-left corner of the slide. It features the text 'totalmēdia' in a white, lowercase, sans-serif font. To the right of the text is a vertical rectangular area containing a colorful, abstract background of diagonal lines in shades of blue, green, and orange, creating a sense of motion and depth.

totalmēdia

- Segmenter par type d'internaute (personas)
- Tâches réelles
- Regarder (et écouter)

totalmēdia



totalmēdia



« Splinternet » !

totalmēdia

Bien informer : engager : faire agir

Questions ?