Penelope goes for her heart checkup



Nous sommes ravis d'annoncer le lancement de notre version française "Pénélope va chez le cardiologue" en février 2023. Cliquez ici pour en lire plus

The Canadian Congenital Heart Alliance launched their children's book "*Penelope goes for her heart checkup*" in February 2021. We are thrilled to announce the launch of our French version “Penelope va chezle cardiologue” for CHD Awareness Week February 2023.

This illustrated book for children ages 5-8, follows Penelope - a young girl - as she travels to the hospital for her ‘heart checkup’. Reading this story with your child a few days before their ‘heart checkup’ will assist in preparing them for their visit with the 'Heart Team'.

The book includes 2 colouring activity pages to help your child engage with Penelope on her journey. Download here Download Penelope and her Heart Team colouring page.pdf (180.32 KB)

Some discussion points for parents include:

- The importance of life-long ‘heart checkups’ to monitor your heart and stay healthy. It is normal for an individual with a congenital heart condition to have regular ‘heart check-ups’, just like checkups at the dentist or eye doctor.
- Talk with your child about their fears and anxieties leading up to or after a ‘heart check-up’ and develop strategies to cope. For example, being prepared with a list of questions.
- Discuss what to expect with your child. Plan ahead how to best help your child to understand their visit – e.g. what can they wear to the heart check-up that will be suitable for their echo or ECG if they don't want to get undressed or wear a hospital gown.
- Discuss with your child any limitations on their activity. Most children with CHD do not have any restrictions, but each child is unique, and this may be something to talk about with the ‘Heart Team’.

The book is available as a flipbook on our website, or as a downloadable PDF. Our next steps include translating it to French, making printed copies available to paediatric CHD clinics across Canada, and also available for purchase. We would also like to create an animated video.

If you have found this resource helpful and would like to support this initiative, please consider donating **here**.

Penelope goes to her heart checkup - flipbook

Penelope goes to her heart checkup - download

Download Penelope goes for her heart checkup_Final.pdf (23.6 MB)

Created by Ava Haldane and Sydney Burechailo, students from University of British Columbia (Okanagan) School of Health and Exercise Sciences program. Medical expertise and contribution provided by Karen LeComte, RN; Barbara Bailey, NP; Sabina Spataro, CCLS; and Hannah Whaley, CCLS. Thanks also to Bengy Mercier-Mathieu and her daughter Liz-Ann Mathieu and Laura Philippe and her daughter Riley Philippe for sharing their family's stories and experiences living with CHD. Beautifully illustrated by Kristin Foster (kfoster.design)

Made possible through a Riipen virtual student internship with funds from the RBC Future Launch program.
www.riipen.com *www.rbc.com/dms/enterprise/futurelaunch*

****

Nous sommes ravis d'annoncer le lancement de notre version française "Pénélope va chez le cardiologue" lors de la semaine de sensibilisation aux cardiopathies congénitales en février 2023

Ce livre illustré pour enfants de 5 à 8 ans raconte l'histoire de Pénélope - une petite fille - qui va à l'hôpital pour son "bilan cardiaque". En lisant cette histoire avec votre enfant quelques jours avant son « test cardiaque », vous l'aiderez à se préparer pour sa visite auprès de son « équipe cardiaque » .

Le livre comprend 2 pages d'activités à colorier pour aider votre enfant à s'engager avec Pénélope dans son voyage.Télécharger ici Download Pénélope et son équipe cardiaque coloriage.pdf (342.96 KB)Partagez sur les réseaux sociaux en nous identifiant et en utilisant le hashtag #Penelopebilancardiaque

Voici quelques points de discussion pour les parents :

- L'importance des « examens cardiaques » tout au long de la vie pour maintenir un cœur sain. Il est normal qu'une personne atteinte d'une cardiopathie congénitale subisse des « tests cardiaques » réguliers, tout comme les tests dentaires ou ophtalmologiques.
- Parlez à votre enfant de ses craintes et anxiétés avant ou après un « test cardiaque » et élaborez des stratégies pour y faire face. Par exemple, le fait d'avoir une liste de questions.
- Discutez avec votre enfant de ses attentes. Planifiez le mieux possible pour aider votre enfant à comprendre sa visite - par exemple, les vêtements à porter au test cardiaque pour faciliter l'écho ou l'électrocardiogramme s'il ne veut pas se déshabiller ou porter une chemise d'hôpital.
- Abordez avec votre enfant les limites de ses activités. La plupart des enfants avec une maladie cardiaque congénitale n'ont aucune restriction, mais chaque enfant est unique, et cela peut être quelque chose à discuter avec l'équipe "cardiaque".

Le livre est disponible en format flipbook sur notre site Web, ou en PDF téléchargeable. Les prochaines étapes comprennent la mise à la disposition des cliniques pédiatriques de maladies cardiaques congénitales partout au Canada et la possibilité d'acheter des exemplaires imprimés. Nous aimerions aussi créer un film d'animation.

Si vous avez trouvé cette ressource utile et souhaitez soutenir cette initiative, veuillez envisager de faire un don **ici**.

Pénélope va chez le cardiologue - flipbook



https://www.flipsnack.com/kfosterdesign/p-n-lope-va-chez-le-cardiologue....

Pénélope va chez le cardiologue - Télécharger

Download Penelope va chezle cardiologue.pdf (6.97 MB)

Créé par Ava Haldane et Sydney Burechailo, étudiants du programme School of Health and Exercise Sciences de l'Université de la Colombie-Britannique (Okanagan). Expertise médicale et contribution de Karen LeComte, RN ; Barbara Bailey, NP; Sabina Spataro, CCLS; et Hannah Whaley, CCLS. Merci également à Bengy Mercier-Mathieu et sa fille Liz-Ann Mathieu et Laura Philippe et sa fille Riley Philippe pour avoir partagé les histoires et les expériences de leur famille. Magnifiquement illustré par Kristin Foster (kfoster.design)/

Rendu possible grâce à un stage étudiant virtuel Riipen avec des fonds du programme Objectif avenir RBC.
www.riipen.comwww.rbc.com/dms/enterprise/futurelaunch

Tags:
childrens book
CHD
#CHD
#1in100
#CHDAwarenessWeek
#CHDAwareness
heart
heart checkup