

CATCH | **CANADIAN EARLY ARTHRITIS COHORT**

Liste de ressources sur la santé mentale, la douleur, et la polyarthrite rhumatoïde

Nous avons compilé une liste de ressources pour les patients provenant d'organismes crédibles de lutte contre l'arthrite au Canada. Nous avons noté où les ressources sont disponibles en français en parenthèses.

Arthritis Consumer Experts (<https://jointhealth.org/>)

- [Rapport d'enquête du comité ACE sur l'arthrite et la santé mentale](#) (en français)
- [Mental Health and Arthritis: A Complex Relationship](#)
- [Arthritis At Home Episode 155 – Emotional and mental health challenges for people living with inflammatory arthritis](#)
- [Arthritis At Home Episode 23 – Telehealth and a joint-friendly workspace with Michelle Bridge](#)
- [La douleur arthritique](#)

Arthritis Research Canada (<https://www.arthritisresearch.ca/>)

- [Anxiety and Depression in People with Arthritis](#)
- [Arthritis & Insomnia Education Series Episode](#)
- [Mental health of parents with Autoimmune Rheumatic Diseases during early child development](#)
- [The Puzzle of Hip Pain and Hip Osteoarthritis \(OA\) Education Series Episode](#)
- [Strength Training for a Healthy Life](#)

Arthritis Society Canada (<https://arthritis.ca/>)

- [Santé mentale](#) (en français)
- [Guide de gestion de la douleur liée à l'arthrite](#) (en français)
- [Autogestion de l'arthrite inflammatoire](#) (en français)

Canadian Arthritis Patient Alliance (www.arthritispatient.ca)

- [Rheum for your Mind Workshop Recordings](#): Dr. Andrea Knight (rheumatologist), Dr. Katie Birnie (psychologist), and Pamela Jarvis (social services worker)
- [Pain Talks series](#)
- [Vivre avec la douleur chronique : conseils par et pour les patients](#) (en français)
- [Composer avec l'arthrite](#) (en français)

Canadian Spondyloarthritis Association (<https://sparthritis.ca/>)

- [Théorie de la cuillère et parler aux êtres chers](#) (en français)
- [Recharging your Batteries – A Mental Health Webinar](#)
- [Building a Village to Manage Chronic Illness Webinar](#)
- [Chronic Disease Distress Webinar](#)
- [Layered Pain Management for Chronic Pain](#)
- [Douleur](#)

Creaky Joints Canada (<https://creakyjoints.ca/>)

- [PainSpot tool](#)
- [Pain Explained: An Online Package to Better Understand and Manage Chronic Pain](#)
- [Beyond the Physical: What We Learned About Arthritis and Mental Health](#)
- [Managing Big Emotions With a New Diagnosis of Rheumatoid Arthritis](#)