

Concluez bien une rencontre

- Assurez-vous d'avoir bien compris le plan de traitement ou d'intervention proposé. Demandez-en une copie.
- N'hésitez pas à questionner si des informations ne sont pas claires, comme le choix d'une nouvelle médication.
- Déterminez les prochaines étapes en validant les informations transmises.
- Notez bien : vous devez être à l'aise avec les décisions prises avec votre intervenant.
- Convenez du meilleur moyen de communication entre les rencontres.

Participez à vos soins

- Signifiez votre intérêt à développer vos connaissances/capacités liées à votre état de santé.
- Partagez le rôle souhaité par votre proche à chacune des étapes.
- Déterminez les actions et les moyens pour répondre à vos besoins.
- Poursuivez la mise en place des moyens identifiés pour vous permettre d'atteindre vos objectifs.
- Avisez votre intervenant le plus tôt possible si vous ne pouvez assister à un rendez-vous.

Un outil incontournable :
[DiscutonsSante.ca](https://discutonsante.ca)



Pour joindre votre intervenant

Nom de l'intervenant :

Coordonnées :

Centre intégré de santé et de services sociaux
de la Montérégie-Ouest

Partenariat dans vos soins et services

CE QUE VOUS DEVEZ SAVOIR



santemonteregie.qc.ca/ouest

Centre intégré
de santé
et de services sociaux
de la Montérégie-Ouest

Québec



1100 – JANVIER 2024

Québec



Ce dépliant s'adresse à l'usager. Il peut aussi aider la personne proche aidante (ou autorisée à donner son consentement au nom de l'usager) lors de la préparation d'une rencontre avec un médecin ou un intervenant.

Ce dépliant :

- Propose des trucs et astuces pour s'intégrer pleinement comme partenaire, et ce, à chaque étape de votre épisode de soins et services.
- Favorise des échanges enrichissants et une compréhension commune.



Bases de l'approche de partenariat dans les soins et services

- Reconnaissance des savoirs de chacun.
- Participation active à toutes les étapes de l'épisode de soins et services.
- Collaboration.
- Relation égalitaire et de confiance.
- Prise de décision partagée.
- Respect de vos besoins/préférences.
- Prise en compte de vos choix de vie.
- Engagement dans vos soins et services.

Préparez-vous à vos rencontres

- Préparez la liste de questions que vous souhaitez poser à l'intervenant.
- Listez vos antécédents médicaux et vos diagnostics pour ne rien oublier.
- Apportez la liste de vos médicaments.
- Portez une attention particulière et notez vos symptômes, difficultés, préoccupations et besoins.
- Invitez un proche qui pourra, si vous le souhaitez, participer aux échanges.

Réfléchissez à votre engagement

- Quelles sont vos capacités et votre volonté à vous engager dans vos soins ?
- Quelle collaboration souhaitez-vous avoir avec votre intervenant ?
- Comment percevez-vous votre collaboration ?
- Êtes-vous prêt à modifier vos habitudes de vie si nécessaire ?
- Quelle est la place souhaitée par vos proches dans vos soins et services, selon les volontés/capacités de chacun ?

Parlez de vos préoccupations et posez vos questions

- Faites-vous confiance. Fiez-vous à votre vécu.
- Exprimez vos besoins/objectifs/préférences dans vos mots. Vous pouvez dire : « Ce que je souhaiterais, c'est... ».
- Signifiez vos craintes/préoccupations
- N'hésitez pas à poser des questions sur :
 - Les bénéfices d'un traitement ou d'une intervention;
 - Les risques/effets secondaires;
 - Les alternatives;
 - L'impact du maintien de la situation actuelle.
- Déterminez les objectifs de votre plan d'intervention/traitement avec votre intervenant.
- Informez l'intervenant de tout changement à votre état de santé.
- Informez-vous au sujet des ressources d'entraide, d'écoute ou des organismes pertinents qui peuvent vous soutenir.
- Demandez comment un proche peut participer dans vos soins et services.

Échanges égaux

+

Bienveillance

+

Respect

=

RÉEL PARTENARIAT