

A) Consulter un fournisseur de soins de santé : mots clés

Auditifs

Maladie

Carte

Médical

Détails

Partenariat

Efforts

Question

Feuilles

Rôle

Infirmière

Stressantes

Lunettes

Symptômes

Maison

Urgences

B) Introduction

Résultats d'apprentissage

À la fin de cette leçon, les participants devront pouvoir :

- a) **utiliser** les mots indiqués sur la liste de mots clés ainsi qu'expliquer ce qu'ils signifient par rapport à la leçon et à leur vie;
- b) **indiquer** quelles sont les choses les plus importantes à prendre en compte pendant une consultation médicale;
- c) **faire une liste** des questions à poser à un professionnel de la santé pendant une consultation.

Activités de la Leçon 6

Les activités de la Leçon 6 sont les suivantes :

- a) Exercice de **lecture** sur la consultation d'un professionnel de la santé
- b) Exercice **Trouver les mots manquants** à partir des mots se trouvant sur la liste des mots clés.
- c) **Recherche de mots** pour trouver les termes qui se trouvent sur la liste des mots clés.
- b) Exercice **Faites correspondre les colonnes**.
- c) Exercices d'**écriture** sur les choses à prendre en compte et sur les questions à poser pendant une consultation.

Ces activités sont expliquées plus en détail dans les pages qui suivent. Les animateurs peuvent proposer des activités supplémentaires pour permettre aux apprenants de mieux comprendre les consultations médicales.

C) Exercice de lecture

Remarques pour l'animateur: Selon le test SMOG, le texte qui suit correspond aux 9^e et 10^e années, ou au niveau de littératie 2, et peut être lu en faisant appel aux techniques de *lecture assistée* ou de *récitation en cœur*. Pour la lecture *assistée*, l'animateur et les apprenants lisent une partie du texte chacun à leur tour, alors que pour la *récitation en cœur*, tout le monde lit ensemble. Ces techniques sont expliquées plus en détail dans la Partie 2 du guide du Programme de formation et d'accréditation des éducateurs et formateurs de la Nouvelle-Écosse.

Activité pour participants

Consulter un fournisseur de soins de santé

Nous sommes tous amenés, à un moment donné ou à un autre, à consulter un médecin, une infirmière ou un pharmacien. Étant donné qu'en général ces consultations sont importantes, il est essentiel de bien communiquer et de jouer un rôle actif en ce qui concerne notre santé.

Par le passé, les gens se contentaient de répondre à des questions et de suivre des instructions. Aujourd'hui cependant, nous sommes censés jouer un rôle plus important en formant notamment un partenariat avec le professionnel de la santé que nous consultons. Même si cela demande du temps et des efforts, vous pouvez faire certaines choses pour vous préparer.

Préparez-vous : faites une liste de ce qui vous préoccupe. Écrivez sur une feuille ce dont vous voulez parler, avec en premier ce qui pour vous est le plus important. Apportez avec vous, pour chaque consultation, votre carte

C) Exercice de lecture (suite)

santé et tous les médicaments que vous prenez. Certaines personnes préfèrent apporter le tout dans un sac. Dites au médecin ou à l'infirmière s'il existe dans votre famille une maladie particulière, et demandez ce que vous pouvez faire pour l'éviter.

Faites en sorte que vous puissiez voir et entendre le mieux possible. Beaucoup de personnes âgées portent des lunettes ou des appareils auditifs. N'oubliez donc pas de porter vos lunettes ou votre appareil auditif pendant la consultation. Si vous avez des problèmes de vue ou d'ouïe, dites-le au fournisseur de soins.

Envisagez d'emmener avec vous un membre de votre famille ou un ami. Puisque les consultations sont parfois stressantes, il peut être bon d'être accompagné par un membre de sa famille ou un ami. Cette personne peut par exemple vous remettre en mémoire les raisons de la consultation et vous aider à vous souvenir de ce que le médecin vous a dit; elle peut également prendre des notes pour vous.

Tenez le médecin ou l'infirmière au courant de votre état de santé. Il est important d'indiquer ce qui s'est passé depuis la dernière consultation, par exemple si vous avez dû vous rendre aux urgences, si votre appétit a changé, ou encore votre poids, votre sommeil ou votre niveau d'énergie. Écrivez sur une feuille quels sont vos symptômes, la date et le moment de la journée auxquels ils ont commencé, pendant combien de temps ils ont duré, et combien de fois par jour ils se manifestent. Parlez également des changements liés aux médicaments et de vos réactions.

C) Exercice de lecture (suite)

Il se peut que votre fournisseur de soins de santé vous demande comment les choses vont pour vous. Il peut être important, sur le plan médical, de donner certaines informations sur votre vie, par exemple un divorce ou le décès d'une personne qui vous est chère. Il n'est pas nécessaire d'entrer dans les détails, mais de dire les choses simplement, par exemple « depuis ma dernière consultation, ma sœur est décédée », ou, « j'ai dû vendre ma maison et emménager chez ma fille ».

Autres conseils pour les consultations : 1) Soyez honnête 2) Restez au cœur du sujet 3) Posez des questions 4) Dites ce que vous pensez.

*(Adapté à partir du guide *Talking with your Doctor: A Guide for Older People*. Ageing International, hiver 2003, vol. 28, n° 1, pages 98-113.)*

D) Exercice : Trouvez les mots manquants

Remarques pour l'animateur: Après avoir lu le texte précédent une première fois, les apprenants doivent le relire en trouvant les mots manquants à partir de la liste des mots clés. Cet exercice permet de renforcer la compréhension du texte et de placer un certain nombre de mots dans leur contexte.

Activité pour participants

Consulter un fournisseur de soins de santé

Nous sommes tous amenés, à un moment donné ou à un autre, à consulter un médecin, une infirmière ou un pharmacien. Étant donné qu'en général ces consultations sont importantes, il est essentiel de bien communiquer et de jouer un rôle actif en ce qui concerne notre santé.

Par le passé, les gens se contentaient de répondre à des questions et de suivre des instructions. Aujourd'hui cependant, nous sommes censés jouer un _____ plus important en formant notamment un _____ avec le professionnel de la santé que nous consultons. Même si cela demande du temps et des _____, vous pouvez faire certaines choses pour vous préparer.

Préparez-vous : faites une liste de ce qui vous préoccupe. Faites une _____ de ce dont vous voulez parler, avec en premier ce qui pour vous est le plus important. Apportez avec vous, pour chaque consultation, votre _____ santé et tous les médicaments que vous prenez. Certaines personnes préfèrent apporter le tout dans un sac. Dites au médecin ou à l'_____ s'il existe dans votre famille une _____ particulière, et demandez ce que vous pouvez faire pour l'éviter.

D) Exercice : Trouvez les mots manquants (suite)

Faites en sorte que vous puissiez voir et entendre le mieux possible. Beaucoup de personnes âgées portent des lunettes ou des appareils _____. N'oubliez donc pas de porter vos _____ ou votre appareil auditif pendant la consultation. Si vous avez des problèmes de vue ou d'ouïe, dites-le au fournisseur de soins.

Envisagez d'emmener avec vous un membre de votre famille ou un ami. Puisque les consultations sont parfois _____, il peut être bon d'être accompagné par un membre de sa famille ou un ami. Cette personne peut par exemple vous remettre en mémoire les raisons de la consultation et vous aider à vous souvenir de ce que le médecin vous a dit; elle peut également prendre des notes pour vous.

Tenez le médecin ou l'infirmière au courant de votre état de santé. Il est important d'indiquer ce qui s'est passé depuis la dernière consultation, par exemple si vous avez dû vous rendre aux _____, si votre appétit a changé, ou encore votre poids, votre sommeil ou votre niveau d'énergie. Écrivez sur une feuille quels sont vos _____, la date et le moment de la journée auxquels ils ont commencé, pendant combien de temps ils ont duré, combien de fois par jour ils se manifestent. Parlez également des changements liés aux médicaments et de vos réactions.

D) Exercice : Trouvez les mots manquants (suite)

Il se peut que votre fournisseur de soins de santé vous demande comment les choses vont pour vous. Il peut être important, sur le plan _____, de donner certaines informations sur votre vie, par exemple un divorce ou le décès d'une personne qui vous est chère. Il n'est pas nécessaire d'entrer dans les _____, mais de dire les choses simplement, par exemple « depuis ma dernière consultation, ma sœur est décédée », ou, « j'ai dû vendre ma _____ et emménager chez ma fille.

*Autres conseils pour les consultations : 1) *Soyez honnête* 2) *Restez au cœur du sujet* 3) *Posez des _____* 4) *Dites ce que vous pensez.**

E) Exercice : Recherche de mots

Remarques pour l'animateur: Pour cette activité, les apprenants doivent encercler des mots qui se trouvent sur la liste des mots clés. Pour faciliter leur travail, proposez-leur d'écrire les mots en question dans la marge. Cet exercice permet de reconnaître des mots et de s'en souvenir. (La solution se trouve à l'annexe.)

Activité pour les participants

I	N	F	I	R	M	I	E	R	E	R	F
T	S	L	I	A	T	E	D	L	A	E	L
A	B	D	T	V	E	C	A	L	U	U	Q
I	S	P	S	L	A	C	A	I	N	U	S
R	E	X	O	R	I	D	L	E	E	T	E
A	C	R	T	D	I	L	T	S	R	A	M
N	N	E	E	E	E	T	T	O	S	P	O
E	E	M	J	S	E	I	F	D	B	R	T
T	G	B	H	S	O	F	S	R	V	V	P
R	R	P	G	N	E	N	O	S	I	A	M
A	U	D	I	T	I	F	S	F	D	B	Y
P	S	E	T	N	A	S	S	E	R	T	S

F) Exercice : Faites correspondre les colonnes

Remarques pour l'animateur: Pour cette activité, les participants doivent écrire, dans la colonne de gauche, le chiffre situé dans la colonne de droite qui correspond le mieux à chaque phrase. (Les réponses se trouvent à l'annexe.)

Activité pour participants

- | | |
|-------------------|--|
| 1. préoccupations | a. Peut vous accompagner (_) |
| 2. médicaments | b. Répond aux questions sur vos médicaments (_) |
| 3. symptômes | c. C'est à nous qu'elles reviennent (_) |
| 4. stress | d. Formées pour faire une partie du travail des médecins (_) |
| 5. partenariat | e. Elles vous permettront de comprendre (_) |
| 6. responsabilité | f. Certaines personnes les apportent dans un sac (_) |
| 7. ami | g. Dites les plus importantes d'abord (_) |
| 8. pharmacien | h. Il est important de dire quand ils ont commencé (_) |
| 9. infirmières | i. Faire quelque chose ensemble (_) |
| 10. questions | j. Perdre un ami peut causer du (_) |

G) Exercices d'écriture

Remarques pour l'animateur:

a) **Choses importantes à prendre en compte pendant les consultations :**

Demandez aux participants d'écrire sur une feuille de papier, en utilisant certains des termes qui se trouvent sur la liste de mots clés, ce qui les a aidés pendant une consultation chez le médecin.

Activité pour participants

Les choses qui m'ont aidé pendant ma consultation chez le médecin sont...

G) Exercices d'écriture (suite)

- b) **Questions ou préoccupations** : Demandez aux participants de faire une liste des questions ou des préoccupations qu'ils peuvent poser ou expliquer à leur médecin.

Activité pour participants

Voici certaines de mes préoccupations : ...

Voici les questions que j'aimerais vous poser : ...

Références et ressources

Titre	Information
<i>Questions à poser à votre médecin et à votre pharmacien : Guide à l'intention des aînés</i>	Ce guide, destiné aux personnes âgées vivant au Manitoba, propose de nombreuses informations sur les médicaments et les programmes offerts dans la province. Il est publié par le Secrétariat manitobain du mieux-être des personnes âgées et du vieillissement en santé. http://www.gov.mb.ca/shas/pdf/questions.fr_05.pdf
<i>Talking with your Doctor: A Guide for Older People</i>	Ce guide, publié par le U.S. National Institute on Aging, propose un certain nombre de conseils, de photos et de feuilles de renseignements sur le développement d'une bonne relation avec son médecin. À télécharger sur www.niapublications.org/pubs (link doesn't work).
<i>The Health Pack-Resource Pack for Literacy Tutors and Healthcare Staff</i>	Brochure publiée pour les personnes vivant en Irlande pouvant être facilement adaptée à notre système de santé. Pour commander un exemplaire, contactez la National Adult Literacy Agency (NALA), 76 Lower Gardiner Street, Dublin 1, Irlande. Cliquez sur www.nala.ie .