



S'occuper de sa santé,
c'est aussi se préparer
pour ses rendez-vous.

Découvrez des outils
gratuits pour vous aider.



Des trucs simples
et concrets



Un guide de préparation
des rendez-vous



Un carnet de santé

Visitez **DiscutonsSante.ca**.

Une initiative de:



Avec le soutien de:



S'occuper de sa santé,
c'est aussi se préparer
pour ses rendez-vous.

Découvrez des outils
gratuits pour vous aider.



Des trucs simples
et concrets



Un guide de préparation
des rendez-vous



Un carnet de santé

Visitez **DiscutonsSante.ca**.

Une initiative de:



Avec le soutien de:



S'occuper de sa santé,
c'est aussi se préparer
pour ses rendez-vous.

Découvrez des outils
gratuits pour vous aider.



Des trucs simples
et concrets



Un guide de préparation
des rendez-vous



Un carnet de santé

Visitez **DiscutonsSante.ca**.

Une initiative de:



Avec le soutien de:





Faites équipe
avec les professionnels
de la santé.

Le site *DiscutonsSante.ca* vous invite à découvrir les 4 habiletés PIVO pour jouer un rôle actif dans votre santé et pour mieux vous préparer à vos rendez-vous :

P RÉPAREZ-VOUS
pour vos rendez-vous

I NFORMEZ-VOUS
sur votre problème de santé

VÉRIFIEZ
si vous avez bien compris

O SEZ PARLER
de vos préoccupations

Avec l'appui de :

**Santé
et Services sociaux**
Québec 

© 2016 Capsama. Tous droits réservés.



Faites équipe
avec les professionnels
de la santé.

Le site *DiscutonsSante.ca* vous invite à découvrir les 4 habiletés PIVO pour jouer un rôle actif dans votre santé et pour mieux vous préparer à vos rendez-vous :

P RÉPAREZ-VOUS
pour vos rendez-vous

I NFORMEZ-VOUS
sur votre problème de santé

VÉRIFIEZ
si vous avez bien compris

O SEZ PARLER
de vos préoccupations

Avec l'appui de :

**Santé
et Services sociaux**
Québec 

© 2016 Capsama. Tous droits réservés.



Faites équipe
avec les professionnels
de la santé.

Le site *DiscutonsSante.ca* vous invite à découvrir les 4 habiletés PIVO pour jouer un rôle actif dans votre santé et pour mieux vous préparer à vos rendez-vous :

P RÉPAREZ-VOUS
pour vos rendez-vous

I NFORMEZ-VOUS
sur votre problème de santé

VÉRIFIEZ
si vous avez bien compris

O SEZ PARLER
de vos préoccupations

Avec l'appui de :

**Santé
et Services sociaux**
Québec 

© 2016 Capsama. Tous droits réservés.