



Trousse de Survie
pour Soignant

MANITOUWADGE
FAMILY HEALTH TEAM

MANITOUWADGE
FAMILY HEALTH TEAM

Trousse de survie des personnes soignantes

Chère soignante,
Cher soignant,

Cette trousse a été créée par l'Équipe de santé familiale de Manitouwadge pour venir en aide aux membres de la famille et aux amis qui doivent tenir compte de l'immense quantité d'information reliée aux soins de santé, aux finances et à d'autres facettes de la vie d'une personne ayant besoin de soins.

Elle a été conçue afin de réunir et de clarifier les ressources offertes aux gens et à leurs soignants, ressources qui sont souvent peu connues, difficiles à comprendre et dont la recherche peut s'avérer complexe et déroutante.

Assumer le rôle de soignant peut poser maints défis. Si nous pouvons vous aider à accomplir cette tâche, appelez-nous en composant le 807 8263174.

Cordialement,

Équipe de santé familiale de Manitouwadge

« Nous répondons aux besoins changeants de notre communauté en matière de soins de santé en misant sur l'excellence. »

QU'EST-CE QU'UNE PERSONNE SOIGNANTE?

Une personne soignante est responsable des soins à prodiguer à une autre personne aux prises avec des problèmes de santé ou qui a besoin d'aide pour gérer ses activités quotidiennes. Pour aider les personnes soignantes à comprendre leur rôle, voici quelques exemples des tâches qu'elles peuvent être appelées à accomplir :

- prendre soin d'une personne souffrant d'une maladie chronique;
- gérer les médicaments d'une personne malade ou parler aux médecins et au personnel infirmier en son nom;
- aider une personne fragile ou handicapée à prendre son bain ou à s'habiller;
- s'occuper des tâches ménagères, préparer des repas ou payer des factures pour une personne qui ne peut pas accomplir ces tâches seule.

QU'EST-CE QUE L'ÉPUISEMENT DES SOIGNANTS?

L'épuisement des soignants peut être décrit comme l'épuisement physique, émotionnel et mental qui peut susciter un changement d'attitude, laquelle passe de positive et attentionnée à négative et indifférente. L'épuisement peut survenir lorsque les soignants n'obtiennent pas l'aide dont ils ont besoin ou s'ils essayent d'en faire trop.



« Vous ne résoudrez peut-être pas tous vos problèmes en adoptant une attitude positive, mais vous agacerez tellement de gens que cela en vaudra la peine. »

- Herm Albright

CAUSES DE L'ÉPUISEMENT DES SOIGNANTS

Les soignants sont souvent tellement occupés à prendre soin des autres qu'ils ont tendance à négliger leur propre santé. Le fardeau imposé aux soignants sur le plan physique, mental et affectif peut rapidement devenir accablant et mener à la fatigue et au désespoir – et, finalement, à l'épuisement.

Voici quelques facteurs qui peuvent mener à l'épuisement des soignants :

Confusion des rôles : Il peut être difficile de faire la distinction entre le rôle de soignant et celui de conjoint, d'amoureux, d'enfant ou d'ami.

Attentes irréalistes : Les personnes soignantes peuvent s'attendre à ce que leur intervention ait un effet positif sur la santé et le bonheur de leur proche; toutefois, cela n'est pas toujours réaliste.

Manque de contrôle : Les personnes soignantes peuvent finir par éprouver de la frustration en raison du manque d'argent, de ressources et de compétences pour planifier, gérer et organiser efficacement les soins de leur proche ou ami.

Exigences déraisonnables : Certains soignants peuvent s'imposer un fardeau déraisonnable s'ils considèrent la prestation des soins comme leur responsabilité exclusive.

SIGNES ET SYMPTÔMES DE L'ÉPUISEMENT DES SOIGNANTS

Les symptômes de l'épuisement des soignants, similaires à ceux du stress et de la dépression, comprennent notamment les éléments suivants :



Épuisement émotionnel et physique



Changements dans les habitudes de sommeil



Changements liés à l'appétit, au poids corporel, ou aux deux



Vulnérabilité accrue aux maladies



Sentiment de tristesse, d'irritabilité et de désespoir



Perte d'intérêt pour les activités qui leur plaisaient auparavant



Détachement à l'égard des amis, de la famille et d'autres êtres chers.

« Certains jours, il n'y aura pas de chanson dans votre cœur. Chantez quand même. »

- Emory Austin

VOICI QUELQUES MESURES À PRENDRE POUR PRÉVENIR L'ÉPUISEMENT DES SOIGNANTS



Confiez vos sentiments et frustrations à une personne en qui vous avez confiance : un ami, un collègue de travail, un voisin, un membre du clergé ou un professionnel.



Soyez réaliste quant à la maladie de l'être aimé.



Renseignez-vous. Plus vous en savez au sujet de la maladie, plus vous pourrez prodiguer des soins de façon efficace à la personne qui en est atteinte.



Fixez des objectifs réalistes, acceptez que vous puissiez avoir besoin de soutien pour la prestation des soins et demandez de l'aide pour accomplir certaines tâches.



N'oubliez pas de prendre soin de vous-même parce que vous êtes trop occupé à prendre soin d'une autre personne. Mangez sainement, faites régulièrement de l'exercice et reposez-vous suffisamment pour demeurer en santé.



Profitez des soins de relève.



Prenez conscience de vos limites et évaluez honnêtement votre situation personnelle.



Acceptez vos sentiments. Il est tout à fait normal d'éprouver des sentiments négatifs – comme la frustration ou la colère – à l'égard de vos responsabilités ou de la personne dont vous prenez soin.



Découvrez de nouveaux outils d'adaptation. Utilisez l'humour pour gérer le stress quotidien.



Joignez-vous à un groupe de soutien pour les soignants. Partager vos sentiments et expériences avec d'autres qui vivent la même situation peut vous aider à gérer le stress, à trouver des ressources utiles et à atténuer vos sentiments de frustration et d'isolement.



Parlez à un professionnel. L'Équipe de santé familiale de Manitowadge peut vous aider à composer avec un large éventail d'enjeux physiques et affectifs.

« La force physique est mesurée par ce que nous pouvons porter; la force spirituelle, par ce que nous pouvons supporter. »

- Inconnu

STRATÉGIES D'ADAPTATION



N'ayez pas peur de demander de l'aide ou d'accepter des offres de soutien. Bon nombre de soignants croient qu'ils doivent s'occuper de tous les besoins de leur proche en plus de ceux du reste de la famille et des amis. Quand vous avez besoin d'aide, demandez-en!



Dites NON quand vous en avez trop. Beaucoup de soignants s'occupent également de leur famille et travaillent à temps plein en plus de prendre soin de leur proche. Ne vous sentez pas comme si vous laissez tomber les autres – c'est bien de dire non.



Tenez les membres de votre famille au courant des progrès du proche dont vous prenez soin. Les membres de la famille proche et élargie aimeraient peut-être avoir des nouvelles de cette personne. Informez-les des décisions en matière de santé, de finance et de prestation de soins d'ordre général de façon à ce qu'ils se sentent inclus.



Discutez de ce que vous ressentez avec votre famille. Plusieurs soignants négligent leurs propres besoins lorsqu'ils prennent soin d'un proche. Lorsque vous êtes en santé sur le plan physique, mental et affectif, vous prodiguez des soins de meilleure qualité. Parlez honnêtement de ce que vous ressentez à titre de soignant aux membres de votre famille.



« On vit de ce que l'on obtient, mais on construit sa vie sur ce que l'on donne. »
- Sir Winston Churchill

DIX CONSEILS JUDICIEUX POUR AIDER LES SOIGNANTS À COMMUNIQUER DE FAÇON EFFICACE

1. Soyez calme et patient
2. Maintenez un contact visuel.
3. Parlez clairement et lentement.
4. Apprenez à écouter.
5. Observez le langage non verbal (expressions faciales, gestes).
6. Donnez des instructions brèves.
7. Prenez conscience de votre langage corporel.
8. Ne demandez pas à la personne dont vous prenez soin de « se rappeler ».
9. Respectez les opinions et croyances d'autrui.
10. Faites du renforcement positif.

« J'ai appris que les gens oublieront ce que vous avez dit ou ce que vous avez fait, mais ils n'oublieront jamais ce que vous leur avez fait ressentir. »

- Maya Angelou “

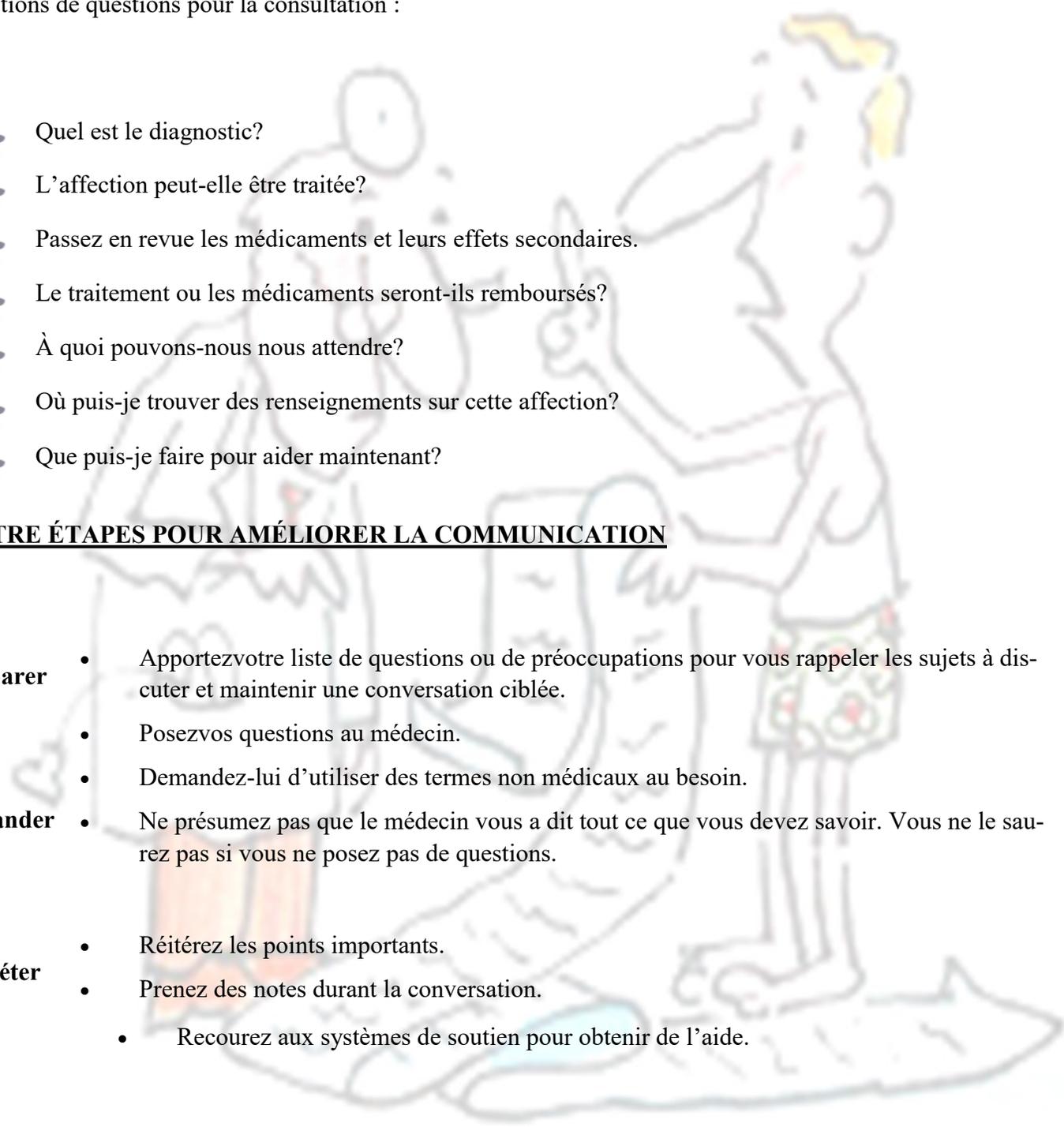


SUGGESTIONS POUR LES VISITES CHEZ LE MÉDECIN

Les personnes soignantes doivent souvent accompagner un ami ou un membre de leur famille à des rendez-vous chez le médecin. Voici quelques suggestions pour vous y préparer.

Permettez au médecin de s'adresser directement à la personne que vous accompagnez, car ses réponses, ou l'absence de réponses, aidera le médecin à effectuer son évaluation.

Suggestions de questions pour la consultation :

- 
- ? Quel est le diagnostic?
 - ? L'affection peut-elle être traitée?
 - ? Passez en revue les médicaments et leurs effets secondaires.
 - ? Le traitement ou les médicaments seront-ils remboursés?
 - ? À quoi pouvons-nous nous attendre?
 - ? Où puis-je trouver des renseignements sur cette affection?
 - ? Que puis-je faire pour aider maintenant?

QUATRE ÉTAPES POUR AMÉLIORER LA COMMUNICATION

- Préparer**
 - Apportez votre liste de questions ou de préoccupations pour vous rappeler les sujets à discuter et maintenir une conversation ciblée.
 - Posez vos questions au médecin.
 - Demandez-lui d'utiliser des termes non médicaux au besoin.
- Demander**
 - Ne présumez pas que le médecin vous a dit tout ce que vous devez savoir. Vous ne le saurez pas si vous ne posez pas de questions.
- Répéter**
 - Réitérez les points importants.
 - Prenez des notes durant la conversation.
- Agir**
 - Recourez aux systèmes de soutien pour obtenir de l'aide.

GESTION DES MÉDICAMENTS

Passez en revue les médicaments sur ordonnance et en vente libre ainsi que les suppléments alimentaires que prend votre proche. Au moins une fois par année, apportez tous les médicaments et suppléments utilisés au médecin aux fins d'examen. Informez le médecin de tout effet secondaire lorsque de nouveaux médicaments sont prescrits.

Il est important de poser les questions suivantes et de noter les réponses avant de quitter le bureau du médecin. Si vous n'obtenez pas la réponse à certaines questions, posez-les à votre pharmacien qui pourra peut-être vous aider.

- Quels sont le nom de marque et le nom générique du médicament?
- Quelle est l'affection traitée et comment le médicament agit-il?
- Quand et à quelle fréquence faut-il prendre le médicament?
- Comment faut-il prendre le médicament?
- Y a-t-il des aliments ou boissons à éviter en prenant ce médicament?
- Combien de temps faudra-t-il au médicament pour agir?
- Que faire en cas d'oubli d'une dose de ce médicament?
- Quels sont les effets secondaires prévisibles?
- Pendant combien de temps faut-il prendre le médicament?
- Y a-t-il des interactions possibles avec d'autres médicaments ou suppléments?
- Le médicament peut-il être mâché, écrasé ou mélangé à des aliments ou boissons?

« La plus perdue de toutes les journées est celle où l'on n'a pas ri. »

- E.E. Cummings



DIX IDÉES GÉNIALES POUR AMÉLIORER LA SÉCURITÉ À LA MAISON

Voici quelques améliorations qui peuvent rehausser le confort, la sécurité et l'autonomie de la personne dont vous prenez soin :



Remplacez les poignées de porte et de robinet par des poignées à levier qu'il suffit de pousser pour actionner.



Installez une veilleuse dans la salle de bain et les couloirs.



Enlevez les carpettes et les tapis non fixés au sol; optez pour des tapis ou planchers antidérapants.



Installez des mains courantes des deux côtés des escaliers et des marches à l'extérieur.



Veillez à ce que la baignoire et la douche soient dotées d'une surface antidérapante.



Installez des barres d'appui près de la toilette, de la baignoire et de la douche.



Redispensez les meubles dans chaque pièce pour élargir ou dégager les voies d'accès.



Mettez à la disposition du proche dont vous prenez soin un téléphone spécialement équipé ou un appareil d'appel d'urgence qui déclenche un signal pour que de l'aide soit envoyée en cas d'urgence (Life Line).



Installez des extincteurs à chaque étage.



Affichez les numéros de téléphone en cas d'urgence près du téléphone le plus souvent utilisé.

« La plupart des choses importantes dans le monde ont été accomplies par des personnes qui ont continué à essayer quand il semblait n'y avoir aucun espoir. »

- Dale Carnegie

RESSOURCES SUPPLÉMENTAIRES

AIDE FINANCIÈRE

Assurance-emploi et prestations de compassion

Prestations versées aux personnes qui doivent s'absenter temporairement de leur travail pour prendre soin d'un membre de leur famille souffrant d'une maladie grave qui risque de causer son décès au cours des 6 prochains mois. Les personnes admissibles peuvent alors recevoir des prestations de compassion pendant au plus 26 semaines.

Site Web : <https://www.canada.ca/fr/emploi-developpement-social/programmes/assurance-emploi/ae-liste/rapports/compassion.html>

Ontario au travail

Peut offrir un soutien financier et de l'aide à l'emploi aux personnes temporairement dans le besoin.

Téléphone : 826-4809

Télécopieur : 826-4592

Site Web : <http://www.tbdssab.ca/>

Banque alimentaire de Manitowadge

Fournit des denrées alimentaires non périssables aux personnes et aux familles à faible revenu.

Emplacement : Sous-sol de l'église Our Lady of Lourdes

Heures : les mercredis de 13 h 30 à 15 h 30 sauf le dernier mercredi du mois

Téléphone : 826-4326

Travailleur social de l'Équipe de santé familiale de Manitowadge

Peut aider à trouver du financement pour divers appareils, au besoin.

Téléphone : 826-3251 ext: 277

Programme de médicaments Trillium

Peut aider les personnes admissibles à payer des médicaments sur ordonnance.

Téléphone : 1 800575-5386

Site Web : <https://www.ontario.ca/fr/page/obtenez-une-prise-en-charge-pour-vos-medicaments-dordonnance>



Groupe d'aide pour les personnes atteintes de cancer de Manitowadge

Téléphone : 826-3586

Service Canada – Prestation d'invalidité du Régime de pensions du Canada (RPC)

Verse des prestations d'invalidité aux personnes qui ont suffisamment cotisé au Régime de pensions du Canada et qui ont une invalidité qui les empêche d'occuper un emploi, quel qu'il soit, de façon régulière.

Site Web : <https://www.canada.ca/fr/services/prestations/pensionspubliques/rpc/prestation-invalidite-rpc.html>

Programme ontarien de soutien aux personnes handicapées (POSPH)

Aide les personnes handicapées qui ont besoin d'aide financière pour payer leurs frais de subsistance comme la nourriture et le logement.

Téléphone : 1 800465-5561

Site Web : <http://www.mcscs.gov.on.ca/fr/mcscs/programs/social/odsp/index.aspx>

« Les meilleures et les plus belles choses de ce monde ne peuvent pas être vues ni même touchées, mais juste ressenties dans le cœur. »

- Helen Keller

SOINS AUX PERSONNES ATTEINTES DE CANCER

Groupe d'aide pour les personnes atteintes de cancer de Manitouwadge

Téléphone : 826-3586

Société canadienne du cancer

Téléphone : 1 888939-3333

Site Web : www.cancer.ca

Parlons cancer

Les personnes atteintes de cancer et leurs aidants peuvent composer le numéro sans frais et être jumelés avec quelqu'un à qui parler dans un délai de 48 heures.

Téléphone : 1 800263-6750

Maison Tamarack

Cette maison offre de l'hébergement à prix réduit aux patients atteints d'un cancer qui se font traiter au centre régional de Thunder Bay.

Téléphone : 1 807684-7799 ou sans frais : 1 877696-7223



COUNSELLING/SANTÉ MENTALE/SERVICES SOCIAUX

Programmes de counselling Nord du Supérieur

Fournissent des conseils et des renseignements et participent à des partenariats avec des services spécialisés pour améliorer le bien-être affectif des gens de la communauté.

Emplacement : Hôpital général de Manitouwadge

Téléphone : 826-4517

Travailleuse sociale de l'Équipe de santé familiale de Manitouwadge

Trena Roberts, travailleuse autorisée des services sociaux

Emplacement : Hôpital général de Manitouwadge

Téléphone : 826-3251 ext: 277

Crisis Response Service (Services d'intervention en cas de crise)

Aident les gens à alléger ou à résorber la détresse émotionnelle ou les perturbations circonstancielles qui nuisent à leur capacité d'adaptation.

Téléphone : 1 888269-3100

Services d'aide aux victimes de Superior North

Fournissent du soutien affectif et de l'aide pratique aux victimes d'actes criminels ou de circonstances tragiques.

Téléphone : 229-8877

People Advocating for Change through Empowerment (PACE) (Partisans du changement par le biais de l'habilitation)

Organisme dirigé par et pour des personnes ayant déjà vécu des problèmes de santé mentale ou une dépendance, qui vivent dorénavant bien leur vie et qui sont en mesure d'appuyer d'autres personnes aux prises avec des problèmes semblables, de les aider à résoudre leurs problèmes et de favoriser leur rétablissement.

Téléphone : 826-4442



SOINS DE RELÈVE

Hôpital général de Manitowadge

Téléphone : 826-3251, poste 203 Laurie Isaacs, infirmière gestionnaire



Wesway

Offre des soins de courte durée pour permettre aux proches aidants de prendre le temps de refaire le plein d'énergie.

Téléphone : 1 807623-2353

Sans frais : 1888623-2353

Site Web : www.wesway.com

Courriel : respites@wesway.com

Hospice Northwest Thunder Bay

Aide les gens aux prises avec une maladie limitant l'espérance de vie ou une maladie chronique de vivre un sentiment de rapprochement et d'appartenance à la communauté en plus d'obtenir du soutien par le biais de la camaraderie.

Téléphone : 1 807626-5570

Centre d'accès aux soins communautaires du Nord-Ouest

Fournit des soins personnalisés et des soins de santé de qualité.

Téléphone : 229-8627

SOINS DE FIN DE VIE

Northwestern Ontario End of Life Care Network (Réseau de soins de fin de vie du nord-ouest de l'Ontario)

Fournit une gamme complète de services palliatifs ou de fin de vie de grande qualité axés sur le client par l'intermédiaire d'un réseau intégré en soins palliatifs.

Site Web : <http://www.northwestlhinc.on.ca/goalsandachievments/Palliative%20Care.aspx>

Téléphone : 1 807343-1625

Hôpital général de Manitowadge

Téléphone : 826-3251, poste 203 Laurie Isaacs, infirmière gestionnaire

Wesway

Offre des soins de courte durée pour permettre aux proches aidants de prendre le temps de refaire le plein d'énergie.

Téléphone : 1 807623-2353

Sans frais : 1888623-2353

Site Web : www.wesway.com

Courriel : respites@wesway.com

Hospice Northwest Thunder Bay

Aide les gens aux prises avec une maladie limitant l'espérance de vie ou une maladie chronique de vivre un sentiment de rapprochement et d'appartenance à la communauté en plus d'obtenir du soutien par le biais de la camaraderie.

Téléphone : 1 807626-5570

Courriel : terri@hospicenorthwest.ca (Terri Kannegiesser)



Centre d'accès aux soins communautaires du Nord-Ouest
Fournit des soins personnalisés et des soins de santé de qualité.
Téléphone : 229-8627

QUESTIONS JURIDIQUES

Cabinet d'avocats Erickson and Partners
Téléphone : 1 807345-1213 (Thunder Bay)
Téléphone : 826-3314 (Manitouwadge)

Bureau d'avocats Rene Larson
Heures : du lundi au vendredi, de 9 h à 17 h
Téléphone : 229-2777

Bureau d'avocats Shaffer Jobbitt
Keith Jobbitt
Téléphone : 1-807-229-3111 (Marathon)



Documents sur les procurations <https://www.attorneygeneral.jus.gov.on.ca/french/family/pgt/poa.pdf>

SERVICES DE PASTORALE

Église pentecôtiste Bethany
Téléphone : 826-3358
Service dominical : 10 h
Étude biblique : mercredi 19 h
Soirée des jeunes du vendredi soir : 19 h

Église Our Lady of Lourdes
Téléphone : 826-3751
Messe du dimanche : 9 h 30
Messes les lundis, mardis et vendredis : 19 h
Messe bilingue : samedi 19 h

Église unie St. Paul's
Téléphone : 826-3897
Service dominical/école du dimanche : 11 h



« Ne sous-estimez jamais un problème, ni votre capacité à le régler. »
- Robert H. Schuller

SALONS FUNÉRAIRES DE LA RÉGION

Gilmartin (Wawa)

Téléphone : 1 705856-7340

Fawcett (Geraldton)

Téléphone : 1877437-1212

King's (Schreiber)

Téléphone : 1 807824-2261



Northwest Funeral Alternative Inc. (Thunder Bay)

Phone: (807) 623-2025 or 1-800-305-7912

NUMÉROS DE TÉLÉPHONE POUR SERVICES MÉDICAUX

Hôpital général de Manitowadge

Téléphone : 826-3251

Équipe de santé familiale de Manitowadge

Heures : du lundi au vendredi, de 8 h à 16 h 30

Téléphone : 826-3251 ext: 301

Clinique médicale de Manitowadge

Heures : du lundi au jeudi, de 9 h à 17 h

vendredi, de 9 h à 13 h

Téléphone : 826-3251 ext: 301

Clinique de soins urgents

Téléphone : 825-3429

Appelez entre 8 h et 9 h les lundis, mardis, jeudis et vendredis

Pharmacie de Manitowadge

Heures : du lundi au vendredi, de 9 h 30 à 17 h 30

samedi : de 10 h à 15 h

Téléphone : 826-3888

Centre régional des sciences de la santé de Thunder Bay

Téléphone : 1 807684-6000

Services des urgences (pompiers, ambulance, police)

Téléphone : 911

Shopper's Home Health Care (appelez pour acheter ou louer de l'équipement)

Heures : du lundi au vendredi, de 9 h à 17 h 30

samedi de 10 h à 16 h

Téléphone : 1 807345-6564

Centre d'accès aux soins communautaires du Nord-Ouest

Heures : du lundi au vendredi, de 8 h 30 à 16 h 30

Téléphone : 229-8627 (Marathon) Numéro sans frais : 866449-3313

SOINS OFFERTS AUX PERSONNES ATTEINTES DE DÉMENCE OU DE LA MALADIE D'ALZHEIMER

Société Alzheimer

Thunder Bay (Ontario) P7B 6J4
Téléphone : 1 807345-1518 ou 1 888887-5140
Courriel : info@alzheimerthunderbay.ca
Site Web : www.alzheimer.ca/thunderbay

SERVICES À MANITOUWADGE

Handi-Action Group

Assistance aux personnes aux prises avec des difficultés financières, subventions au transport aux rendez-vous médicaux, modifications au domicile des personnes ayant des problèmes de mobilité, banque alimentaire, paniers de Noël.

Heures : 24 heures
Téléphone : 826-4326

Popote roulante

Offre la livraison de délicieux repas chauds à domicile 5 jours par semaine au coût de 7 \$ par repas.
Téléphone : 826-3251 ext: 301

Northern Delivery Service

Téléphone : 228-0545

Guide des proches aidants : Un manuel sur les soins de fin de vie. Karen Macmillan, Jacquie Peden, Jane Hopkinson, Dennie Hycha.

http://www.virtualhospice.ca/en_US/Main+Site+Navigation/Home/Support/Resources/Books+Links+and+More/Caregiver+and+caregiving/Books/A+Caregiver+s+Guide+A+Handbook+About+End+of+Life+Care.aspx

ÉQUIPE DE SANTÉ FAMILIALE DE MANITOUWADGE

L'Équipe de santé familiale de Manitouwadge sert de liaison vers les services offerts en ville. Les infirmières autorisées de l'Équipe de santé familiale peuvent :

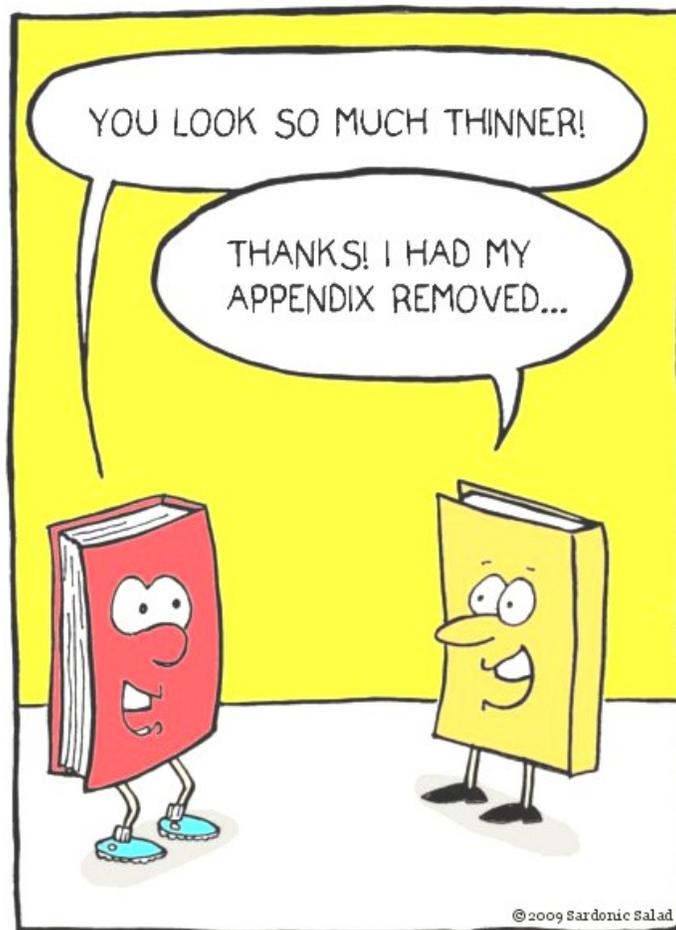
- Organiser des soins infirmiers cliniques par l'intermédiaire du CASC
- Répondre à vos questions liées à la santé
- Coordonner les services requis
- Offrir des soins attentifs et bienveillants.

Les travailleurs autorisés des services sociaux de l'Équipe de santé familiale peuvent fournir :

- Du soutien en soins palliatifs
- Des soins de relève
- De l'aide pour s'y retrouver parmi les services – remplir les formulaires, fournir de l'information concernant les programmes et le financement
- Du counselling
- Des soins attentifs et bienveillants
- Le dépistage de la dépression et de l'anxiété
- Un programme d'adaptation au stress.
- Stress and Coping program



ANNEXE



« Si vous êtes une personne soignante, vous devez réaliser qu'il faut prendre soin de vous-même, car vous devez non seulement vous montrer à la hauteur et aider autrui, mais également montrer l'exemple pour la prochaine génération. »

-- Naomi Judd

RENSEIGNEMENTS PERSONNELS

Nom au complet _____ Surnom _____

Noms légaux précédents utilisés _____

Conjoint(e)/être cher _____ Nom de fille de la mère _____

Adresse _____ Ville _____ Prov. _____ Code postal _____

Téléphone à domicile _____ Cellulaire _____

Courriel _____

Date de naissance _____ Emplacement du certificat de naissance _____

NAS _____

Confession religieuse _____ Numéro de téléphone _____

Heure du réveil	Heures des siestes	Heure du coucher
Horaire de bain		
Heure du déjeuner	Heure du dîner	Heure du souper
Allergies alimentaires		

PRÉFÉRENCES PERSONNELLES

Émissions télévisées et	
Stations de radio et	
Livres préférés	
Passe-temps	
Ce que la personne aime ou n'aime pas	

PERSONNES-RESSOURCES D'URGENCE

PERSONNE À CONTACTER EN CAS D'URGENCE

Nom		Relation
Adresse		
Téléphone à domicile	Téléphone au travail	Téléphone cellulaire

Nom		Relation
Adresse		
Téléphone à domicile	Téléphone au travail	Téléphone cellulaire

Nom		Relation
Adresse		
Téléphone à domicile	Téléphone au travail	Téléphone cellulaire

MEMBRES DE LA FAMILLE/AMIS

Nom	Relation	Adresse	Téléphone	Courriel

RENSEIGNEMENTS MÉDICAUX

MÉDECINS (SOINS PRIMAIRES ET SPÉCIALISTES)

Nom	Spécialité	Adresse	Téléphone

PHARMACIE

Nom	Adresse	Téléphone

HÔPITAL
ANTÉCÉDENTS MÉDICAUX

Nom	Adresse	Téléphone

AFFECTIONS MÉDICALES ACTUELLES

Date	Intervention/Hospitalisation

GROUPE SANGUIN : _____

Maladie/trouble	Date du diagnostic	Traitement

ALLERGIES :

Remplissez ce formulaire et apportez-le à l'Hôpital général de Manitowadge. On vous fournira gratuitement toute l'information condensée sur une carte laminée format portefeuille.

Mi Card Medical Information Card	
Name:	Date of Birth: _____ Day/ Month / Year
Street Address:	Emergency Contacts:
Home phone number:	
Family Physician Name: Phone Number:	Name: Phone Number:
Other Physician Name: Phone Number:	Relationship:
Conditions/History:	
Medications:	
Allergies:	

Courtesy of Manitowadge General Hospital



Quality Service, Pride, Trust & Teamwork

Remplissez ce formulaire et apportez-le à l'Hôpital général de Manitouwadge. On vous fournira gratuitement toute l'information condensée sur une carte laminée format portefeuille.

Carte d'informations médicales	
<i>Nom :</i>	Date de naissance : _____ Jour/mois/année
<i>Adresse postale :</i>	<i>Personnes à contacter en cas d'urgence :</i> Nom : Numéro de téléphone : Lien :
<i>Numéro de téléphone résidentiel :</i>	
<i>Médecin de famille</i> Nom : Numéro de téléphone	Nom : Numéro de téléphone : Lien :
<i>Autre médecin</i> Nom : Numéro de téléphone	
Affections/Antécédents médicaux :	
Médicaments :	
Allergies :	

mission de l'Hôpital général de Manitouwadge

Avec la per-

RENSEIGNEMENTS FINANCIERS

EMPLACEMENT DES DOCUMENTS/BIENS

ARTICLE	EMPLACEMENT
Carnet de chèques et registre des chèques	
Déclaration de revenus	
Certificats d'actions, d'obligations, etc.	
Contrats pour les comptes de pension, de retraite	
Actes notariés	
Bail ou prêts	
Licence de mariage	
Documents de divorce/de séparation	
Bijoux	
Documents juridiques (procuration)	
Testament	



RENSEIGNEMENTS JURIDIQUES

DOCUMENTS JURIDIQUES SIGNÉS (testaments, fiducie, procuration, déclaration sur les soins de santé, testament de vie, directives préalables, ordonnance de non-réanimation)

Type de document	Emplacement du document original	Personnes en possession de copies du document

Procuration	Adresse	Téléphone

Exécuteur testamentaire	Adresse	Téléphone

Nom de l'avocat	Cabinet	Adresse	Téléphone



PLANIFICATION DE FIN DE VIE

VŒUX DE L'ÊTRE CHER
SERVICES FUNÉRAIRES

INSTRUCTIONS

SALON FUNÉRAIRE

Nom	Adresse	Téléphone

PORTEURS

Nom	Adresse	Téléphone

CIMETIÈRE

Adresse	Emplacement du lot de cimetière	Emplacement de l'acte notarié

SERVICES FUNÉRAIRES PRÉPAYÉS



RÉFÉRENCES

Caregiver Cards. *Caregiver tips for effective communication*, 2012. Extrait de : <http://caregivercards.biz/index.php>

Community Hospice. *Caregiver toolkit*, Hospice Heart, Modesto, CA, 2012.

Horne, Jo. *Caregiving: Helping an aging loved one*, American Association of Retired Persons, Washington, DC, 1985.

LivHOME. *Tips for communicating effectively with family members as a caregiver*, 2013. Extrait de : <https://www.livhome.com/blog/tips-for-communicating-effectively-with-family-members-as-a-caregiver/>

Macmillan, K., Hopkinson, J., Peden, J. et Hycha, D. *Guide des proches aidants : Un manuel sur les soins de fin de vie*, Association canadienne des soins palliatifs, Ottawa, 2010. https://www.stlazarus.ca/docs/publications/caregivers_guide_2017_fr.pdf

