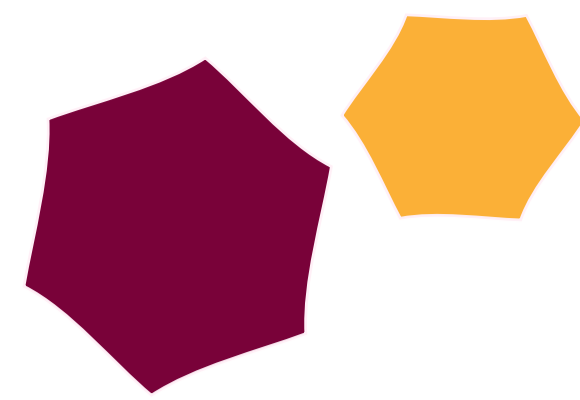


COMMUNICATION



Une personne autonome socialement communique calmement et clairement. On sera peut-être plus confiant dans sa communication si on la planifie.

Planifier un rendez-vous

- Définissez vos objectifs pour le rendez-vous et dressez une liste des questions que vous souhaitez poser.
- Appelez le bureau à l'avance pour vous assurer que vos noms et pronoms sont corrects.
- Réfléchissez à la manière de réagir si quelqu'un vous traite de manière contraire à l'affirmation de genre, par exemple, en utilisant le mauvais nom ou en ne prenant pas votre demande au sérieux.

Lors du rendez-vous

- Prenez des notes.
- Indiquez au prestataire si vous souhaitez l'enregistrement du rendez-vous.
- S'il vous recommande à un autre prestataire, demandez-lui le délai approximatif avant qu'on prenne contact avec vous.

Pour plus de détails, visitez la section Advocacy and Allies de notre guide Just Be Yourself.



SI ON VOUS TRAITE INJUSTEMENT

GÉRER LES OBSTACLES

Si le prestataire n'est pas en mesure de vous fournir les soins dont vous avez besoin :

- Demandez une recommandation pour un prestataire qui peut fournir ces soins.
- Cherchez à savoir pourquoi il ne peut pas les fournir. Vous pouvez également demander que cela soit consigné dans votre dossier médical.

Si le prestataire de soins souhaite en apprendre davantage sur les soins d'affirmation de genre, suggérez-lui des ressources crédibles telles que celles-ci :

- World Professional Association for Transgender Health
- Endocrine Society
- Trans Care BC
- Santé arc en ciel Ontario

Si vous attendez plus longtemps que prévu pour une recommandation ou un rendez-vous de suivi, appelez le cabinet pour faire le point.

LA PROMOTION DES SOINS DE SANTÉ

consiste à aider les gens à accéder aux services. L'autonomie sociale est le fait de pouvoir s'exprimer en son nom propre. On peut ainsi déterminer l'aide dont on a besoin et la communiquer aux autres. L'autonomie sociale peut constituer un défi, mais il s'agit d'une compétence importante et utile. Voici quelques conseils.



1

Vous pouvez prendre contact avec un défenseur des droits des patients ou un bureau de qualité des soins.

2

Vous pouvez choisir de signaler le prestataire à l'organisme de réglementation dont il dépend.

3

Si vos droits fondamentaux ont été violés, vous pouvez déposer une plainte pour violation des droits de la personne.

AUTONOMIE SOCIALE



Just Be Yourself: A Health and Wellness Guide for Trans, Two-Spirit, and Nonbinary Youth

<https://HEET.nursing.ubc.ca/projects/just-be-yourself/>

UBC THE UNIVERSITY OF BRITISH COLUMBIA
School of Nursing
Faculty of Applied Science

