

## PACIENT ACTIU

## JA SOC PACIENT ACTIU/VA FORMADOR/A

### QUÈ IMPLICA SER PACIENT ACTIU/VA FORMADOR/A?

Ser pacient actiu formador o formadora implica que em compromet a realitzar almanco un taller entre iguals a l'any, sempre que la situació de salut, tant meva com de la meva família, m'ho permeti. Perquè pugui organitzar-me i liderar el taller, l'equip de professionals que el gestiona m'avisarà almanco un mes abans, per saber si hi tenc disponibilitat. Si hi tenc disponibilitat, comptaran amb mi per liderar el taller conjuntament amb un o dos pacients més. En cas que, pels motius que sigui, jo no hi tenguí disponibilitat, contactaran amb un altre pacient actiu formador o formadora de la mateixa malaltia que tenc jo.

També és possible que des de la coordinació del programa es posin en contacte amb mi per dur a terme sessions de presentació o de sensibilització a centres de salut, hospitals i altres institucions i entitats d'àmbit social, sanitari o educatiu.

A més, per animar els futurs pacients actius formadors i formadores és molt probable que es compti amb mi en algun moment per participar en la formació d'aquests nous pacients..

### COM EM PREPAR PER A UN TALLER ENTRE IGUALS?

Els tallers entre iguals els lideren dos o tres pacients actius formadors o formadores amb una determinada malaltia. Tot el contingut del taller està redactat en la seva guia educativa corresponent, els continguts de la qual s'han consensuat amb pacients actius formadors de cada un dels problemes de salut que inclou el programa. Almanco una setmana abans d'iniciar el taller, l'equip que el gestiona contacta amb aquests pacients per preparar-hi conjuntament en una reunió les primeres sessions i dur-ho tot a punt el primer dia. A mesura que avança el taller, es fan una o dues reunions més per preparar les altres sessions.

Tot el material que s'empra en els tallers el subministra l'equip que el gestiona; jo, com a pacient actiu formador o formadora, em responsabilitz de dur la meva part preparada i d'arribar-hi puntual.

### SI TENC DUBTES O SORGEIX QUALQUE IMPREVIST, AMB QUI PUC CONTACTAR?

En cas de dubtes o algun imprevist, sempre es pot contactar amb la coordinació del programa a través del correu **gapm.pacientactiuib@ibsalut.es** o el telèfon **971 175 883/84**, o també amb els professionals de referència de l'activitat en què m'implic, bé sigui un taller entre iguals, una sessió a un centre o hospital, o donar suport a una nova formació.

Entenem que treballam amb pacients que col·laboren amb el programa de manera voluntària i que, per tant, de vegades poden sorgir contratemps que els comportin canvis en les decisions i en els compromisos adquirits.

### **EN CAS DE TENIR DEUS MALALTIES NCLOSES EN EL PROGRAMA, PUC SER PACIENT ACTIU/VA FORMADOR/A D'AMBDUES?**

Sí, en cas de tenir dues o més malalties de les que inclou el programa, la persona interessada pot participar-hi com a pacient actiu formador o formadora, si així ho vol. Els coneixements i les habilitats adquirits pels pacients actius formadors al llarg de les formacions són molt valuoses per al programa, i més encara per a les persones que assisteixen als tallers entre iguals, de manera que serà un plaer comptar amb els pacients que ho desitgin en les formacions que els afectin. Com a exemple, una pacient activa formadora que tengui diabetis, MPOC i insuficiència cardíaca, pot liderar tallers entre iguals de qualsevol d'aquestes tres malalties.

### **ESTARÉ SOL/A PER FER TOT AIXÒ O M'AJUDARAN?**

Cada una de les persones que s'apunta a participar en aquest programa ho fa conscient del temps que invertirà anant a les formacions, als tallers, a les sessions... Per tant, la nostra tasca des de la coordinació del programa és facilitar, assessorar, ajudar i acompanyar en tot moment cada pacient actiu formador o formadora. A més, amb el temps els/les nostres pacients es coneixen entre ells/elles i estableixen llaços d'amistat que es mantenen al llarg dels anys. Aquest és un programa de tothom, per a tothom i amb tothom.