

## «S'outiller»

Fiche 7/8



Date : / /

Aujourd'hui, je me sens plutôt ...

Voici une fiche qui propose de noter toutes les informations importantes pour préparer un rendez-vous médical ou autre. Date, heure, professionnel, adresse, les observations, les questions à poser, mon ressenti suite au rendez-vous.

Si ce modèle te convient, tu peux le photocopier pour prendre l'habitude de préparer de cette manière tous tes rendez-vous !

# PRÉPARER MES RENDEZ-VOUS



## INFORMATIONS GÉNÉRALES

Spécialiste :

Date et heure :

Adresse :

Les choses à apporter :

## AVANT LE RDV

Les observations à lui partager :

Les choses que je veux qu'il-elle entende :

Les questions à lui poser :

## APRÈS LE RDV

Mes remarques :

Mes questions pour la prochaine fois :