

Des services

gratuits et personnalisés

Vous désirez prendre soin de votre santé? Comprendre et gérer la maladie? Vous recherchez des conseils, du soutien?

Voici les différents services offerts :

La trousse « Premiers pas avec l'arthrite »

Cette trousse contient de l'information pour vous aider à mieux comprendre la maladie. Elle est conçue pour évoluer selon votre trajectoire de soins. N'hésitez pas à la demander à votre rhumatologue.

L'enseignement de base

Séance d'information, animée par des professionnelles et professionnels de la clinique, visant à vous présenter les services offerts et à vous soutenir dans la gestion de votre maladie.

PAROLE-RHUMATO

Accompagnement, par téléphone ou en présentiel, offert par des usagères et usagers bénévoles formés, vivant avec une problématique de santé semblable à la vôtre.

L'ABC de la rhumato

Activité d'éducation thérapeutique visant à développer vos capacités à prendre en charge votre santé. Offerts sous forme d'ateliers éducatifs en petit groupe, ces rencontres permettent d'échanger sur différents sujets : l'arthrite, l'alimentation, l'activité physique, la médication et les stratégies pour gérer la maladie au quotidien.

Vous souhaitez mieux comprendre votre maladie, participer activement à son traitement et modifier certaines habitudes de vie? Parlez-en avec votre rhumatologue ou une autre professionnelle ou professionnel de la santé.

Pour communiquer directement avec l'équipe :

PAROLE-RHUMATO
418 734-2115

**La clinique de rhumatologie
de Rimouski**
418 724-3000, poste 42069

Pour des informations générales sur l'arthrite :

www.cisss-bsl.gouv.qc.ca/soins-services/maladies-chroniques

Clinique de rhumatologie

Santé Québec Bas-Saint-Laurent



Vous souhaitez être partenaire de vos soins et améliorer votre qualité de vie?

Notre équipe est là pour vous!

DSPLOSA-DE-002 (juin 2026)

La clinique de rhumatologie

offre différents services aux personnes vivant avec l'arthrite. Grâce au soutien et à l'enseignement offerts, notre équipe vous accompagne afin d'améliorer vos habitudes de vie et de favoriser l'autogestion de la maladie.

Vous êtes admissible à ce programme si vous présentez de l'arthrite.



Une équipe **diversifiée**

Notre équipe, composée de professionnelles et professionnels de divers horizons, vous accompagne dans la gestion de la maladie afin de soutenir votre santé et votre qualité de vie.

Personnel infirmier

Celui-ci assure le lien entre le ou la rhumatologue, les intervenantes et intervenants, et vous. Il évalue votre état de santé global, vous enseigne les bases de la maladie et des traitements, et élabore avec vous un plan d'action.

Physiothérapeute

Cette personne vous aide à prévenir, soulager et traiter les problèmes musculosquelettiques liés à l'arthrite, tout en favorisant le maintien et l'amélioration des capacités physiques pour réaliser les activités quotidiennes, le travail et les loisirs.

Kinésiologue

Cette personne vous accompagne pour intégrer une pratique d'activité physique sécuritaire et durable, adaptée à votre santé et à vos besoins.

Nutritionniste

Cette personne élaborera avec vous une stratégie pour adapter votre alimentation à vos besoins spécifiques et à votre condition de santé.

Travailleuse ou travailleur social

Cette personne vous accompagne pour améliorer votre bien-être. Le suivi inclut la gestion du stress au quotidien ainsi que l'accompagnement et l'adaptation à la maladie.

Usagère ou usager accompagnateur

Cette personne connaît bien sa condition de santé grâce à l'expérience de soins qu'elle a vécue. Elle accompagne d'autres usagères et usagers vivant une situation similaire, en offrant un soutien émotif, informationnel et éducatif.

