



# POUR AMÉLIORER L'EXPÉRIENCE VACCINALE :

Description du système CARD pour les professionnel·les de santé

Le système **CARD (Confort, Aide, Relaxation, Distraction)** est un cadre qui rend l'administration des vaccins plus sûre. À chaque lettre (C-A-R-D) correspondent des activités éprouvées que le personnel et les personnes à vacciner peuvent utiliser pour réduire la peur, la douleur et les autres réactions au stress de la vaccination (p. ex. étourdissement, perte de connaissance). Le personnel y trouvera des conseils sur l'aménagement et la préparation de la clinique et sur la façon d'interagir avec les personnes à vacciner. Utilisez les ressources centrées sur la personne pour les personnes que vous vaccinez. Le système CARD peut être adapté à n'importe quel milieu de vaccination. Il vous aide à offrir des soins centrés sur la personne et améliore l'expérience vaccinale des personnes à vacciner et du personnel. Pour plus de détails et de ressources, visitez [SystemeCard.ca](http://SystemeCard.ca)

## Confort

- Fournissez les informations sur le système CARD à l'avance aux personnes à vacciner pour qu'elles sachent à quoi s'attendre et comment gérer leur expérience. Adaptez les informations aux besoins des personnes que vous vaccinez.
- Aménagez des espaces confortables pour la vaccination (p. ex. un espace privé pour la personne à vacciner avec un siège pour celle qui l'accompagne).



## Aide

- Les gens sont anxieux quand ils n'ont pas assez d'information. Pour les aider, encouragez les personnes à vacciner à poser des questions pour être bien informées et préparées pour la vaccination.
- Invitez les gens à choisir leurs stratégies d'adaptation préférées pour la vaccination et appuyez leurs choix.



## Relaxation

- Restez calme et ayez une attitude positive. Vos gestes et vos paroles peuvent influencer les réactions des personnes à vacciner. Si vous êtes calme et que vous parlez sur un ton normal, elles sentiront que tout va bien.
- Réduisez les repères visuels et auditifs de la peur. Par exemple, cachez les aiguilles, dissimulez le matériel et réduisez autant que possible l'activité et le bruit excessifs.



## Distraction

- Offrez des objets de distraction physiques et visuels aux personnes qui veulent se distraire. Vous pouvez placer ces objets dans les aires d'attente et de vaccination.
- Utilisez les affiches du système CARD et d'autres objets et activités (p. ex. objets à manipuler, casse-tête).

