



# Santé des familles de militaires

Guide de référence rapide pour  
les familles de militaires qui  
rencontrent un dispensateur de  
soins de santé

# Santé des familles des militaires

Guide de référence rapide pour les familles de militaires qui rencontrent un dispensateur de soins de santé

## Familles de militaires canadiens

Au Canada, il y a 40 000 familles de membres de la Force régulière (temps plein) des Forces armées canadiennes. La plupart des dispensateurs de soins de santé au Canada ne savent pas que les familles de militaires ne reçoivent pas de soins de santé de la part de l'armée et doivent avoir recours aux services des systèmes de soins de santé provinciaux et territoriaux.

En outre, la plupart des dispensateurs de soins de santé ne sont pas au fait des modes de vie et des événements communs aux familles des militaires, tels que des déménagements fréquents, les absences régulières du membre de la famille en raison de la formation ou du déploiement, et du risque accru de blessure opérationnelle, de maladie ou de décès du membre militaire de la famille. Le stress constant de devoir vivre avec ces événements peut affecter la santé et le bien-être de tous les membres de la famille.

Les familles de militaires sont de formes et de tailles différentes et peuvent inclure ou non des enfants. Certaines familles de militaires peuvent être les aidants de parents âgés ou de membres de la famille handicapés. Partager votre situation et vos expériences de vie avec votre nouveau dispensateur de soins de santé contribuera grandement à développer une relation bénéfique pour tous.

## Divulguer des informations sur vous et votre famille

**Dites à votre dispensateur de soins de santé comment**

### Avez-vous besoin d'aide ou de soutien supplémentaires?

- Renseignez-vous sur les programmes et services communautaires susceptibles de répondre à vos besoins ou à ceux de votre enfant ou de votre personne à charge.

### Services aux familles des militaires

Les familles de militaires canadiens ont accès à divers services de prévention, de soutien et d'intervention, notamment au Centre de ressources pour les familles militaires (CRFM) de leur région. Des informations sur ces services sont disponibles sur le site Web [www.connexionfac.ca](http://www.connexionfac.ca) ou via la Ligne d'information pour les



Photo fournie par SBMFC

familles au 1 800 866-4546

## Programme d'aide aux membres des Forces canadiennes (PAMFC)

Les membres du personnel des FAC et leurs familles ont accès à des services offerts par le Programme d'aide aux membres des Forces canadiennes (PAMFC), un service de counselling bilingue par téléphone et en personne qui est volontaire et confidentiel, et qui est offert en tout temps au 1 800 268-7708.

### vous et votre famille vivez les déménagements et les absences.

- Avez-vous récemment emménagé dans cette communauté?
- Avez-vous besoin d'aide pour transférer les dossiers médicaux de votre famille?
- Le militaire est-il souvent loin de sa famille pour exercer des fonctions opérationnelles? Est-il ou a-t-il été déployé?
- Êtes-vous inquiet des risques pour la sécurité de ce membre de votre famille lorsqu'il est en service?
- Est-ce que le membre militaire de votre famille a été blessé pendant son service?

### Dites à votre dispensateur de soins de santé si vous ou un membre de votre famille avez des problèmes de santé.

- Êtes-vous inquiet pour vous-même ou pour un membre de votre famille?
- Les affectations militaires ont-elles eu des répercussions sur les soins de santé de votre famille?
- Est-ce que vous ou un membre de votre famille étiez sur une liste d'attente pour des services de santé dans votre communauté précédente, ou l'êtes-vous actuellement? Dites à votre dispensateur de soins de santé comment il peut vous aider à résoudre les problèmes de continuité des soins.



- Si le militaire actif est fréquemment absent pendant des périodes prolongées, comment vous et votre famille vous adaptez-vous à ces rôles et changements nouveaux?
- En cas de blessure opérationnelle, y compris les incidences sur la santé mentale, comment les membres de votre famille s'adaptent-ils?
- Si vous prenez soin d'un membre militaire de votre famille qui a été blessé, comment vous en sortez-vous?
- Recevez-vous le soutien dont vous avez besoin?

#### Informations à divulguer à votre dispensateur de soins de santé au sujet de votre santé

- Est-ce que vos vaccins sont à jour? Renseignez-vous sur le calendrier de vaccination de la province.
- Souhaitez-vous avoir recours à des procédures de dépistage de routine pour votre âge et votre sexe?
- Y a-t-il une information importante dans votre historique de soins de santé que votre dispensateur doit connaître?
- Y a-t-il des soins hospitaliers qui sont prévus avant votre déménagement?
- Quels types de ressources et de soutien ont été utiles dans les communautés précédentes?
- Si vous avez récemment déménagé, ou que vous avez souvent déménagé, comment vous êtes-vous adapté aux réinstallations?
- Si le membre militaire de la famille est absent ou en déploiement, comment vous adaptez-vous à son absence?
- Si le militaire a subi une blessure au cours de son service militaire, comment avez-vous été affecté par la blessure?

#### Informations à divulguer à votre dispensateur de soins de santé si vous avez des enfants

- Est-ce que les vaccins de votre enfant sont à jour? Renseignez-vous sur le calendrier de vaccination de la province.
- Est-ce que les visites médicales de votre enfant sont à jour? Renseignez-vous sur le calendrier de la province où vous vous trouvez en matière de visites médicales pour les enfants.
- Si vous avez récemment déménagé, ou que vous avez souvent déménagé, comment votre enfant s'adapte-t-il aux réinstallations? Est-ce qu'il réussit à se faire des amis? Est-ce qu'il a fait la transition académique à la nouvelle école? Est-ce qu'il est inscrit à des activités parascolaires? Est-ce qu'il démontre des problèmes d'adaptation?
- Si le parent militaire est absent, ou qu'il a été déployé, comment votre enfant réagit-il? Les enfants peuvent vivre les défis différemment avant, pendant et après les absences du parent. Est-ce qu'il réagit différemment avant, pendant ou après l'absence? Si le militaire a subi une blessure au cours de son service militaire, comment votre enfant a-t-il été affecté par la blessure?
- Quels types de ressources et de soutien ont été utiles dans les communautés précédentes?



#### Portail de santé à l'intention des familles des militaires

Un outil de navigation en ligne amélioré pour les familles des militaires canadiens  
<http://www.calian.com/fr/services/sante/psifm>

Présenté par le groupe de travail « Innovation to Impact »