

Rétroaction et satisfaction des participants

Ce court formulaire vous est donné dans le but de recueillir votre appréciation et vos commentaires au sujet de votre participation à un atelier d'autogestion. Les renseignements recueillis nous aideront à documenter les points les plus appréciés et ceux à améliorer. Merci de votre collaboration!

Atelier d'autogestion de la bipolarité

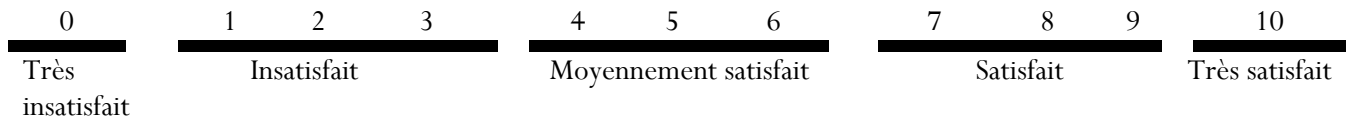
Saison : _____

Date : _____

Animateurs (trices) : _____

1. Objectifs

Sur une échelle de 0 à 10, suivant le diagramme ci-dessous, indiquez le nombre qui décrit le mieux votre degré de satisfaction pour les objectifs suivants :



Objectifs	Pointage
J'ai développé une meilleure connaissance de mon trouble bipolaire	
J'ai développé des habiletés qui me permettent de reprendre le contrôle sur ma vie	
Je suis plus à l'écoute des symptômes et je sais quand agir	
J'adopte des habitudes de vie plus saines	
Je m'implique dans la prise de décisions sur les traitements	
J'essaie de m'intégrer à un réseau social positif et de l'entretenir	
J'apprends à mieux gérer les exigences de la vie quotidienne	

2. Thèmes parcourus

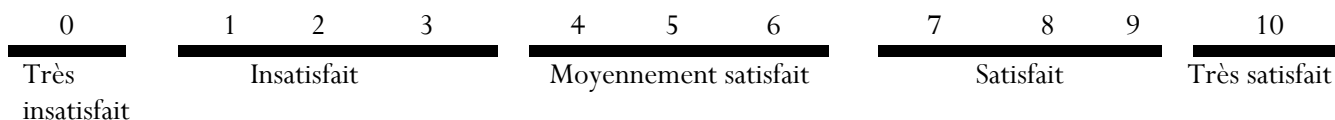
- Semaine 1. Mieux connaître son trouble bipolaire
- Semaine 2. Mieux se connaître
- Semaine 3. S'approprier sa bipolarité
- Semaine 4. S'investir dans son réseau de soins
- Semaine 5. Développer de saines habitudes de vie
- Semaine 6. Voir les choses autrement
- Semaine 7. Mieux gérer son stress
- Semaine 8. Apprivoiser ses émotions
- Semaine 9. Le défi des relations interpersonnelles
- Semaine 10. Bénéficier du soutien social
- Semaine 11. Organiser ses stratégies d'autogestion
- Semaine 12. Consolider sa boîte à outils

Avez-vous apprécié un thème plus particulièrement ? Si oui, lequel ? Pour quelles raisons ?

Avez-vous moins apprécié l'un de ces thèmes ? Si oui, lequel ? Pour quelles raisons ?

3. Déroulement de l'atelier

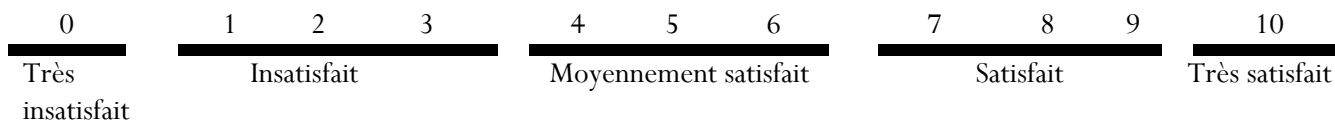
Sur une échelle de 1 à 10 (en vous fiant au visuel en page 1), indiquez le nombre qui décrit le mieux votre degré de satisfaction pour les éléments suivants concernant l'atelier :



Aspects de l'atelier	Pointage
La qualité de l'information transmise	
La pertinence des thèmes	
Les exercices proposés	
Les échanges avec les autres participants	

4. Animation

Sur une échelle de 1 à 10 (en vous fiant au visuel en page 1), indiquez le nombre qui décrit le mieux votre degré de satisfaction pour les éléments suivants concernant l'animation :



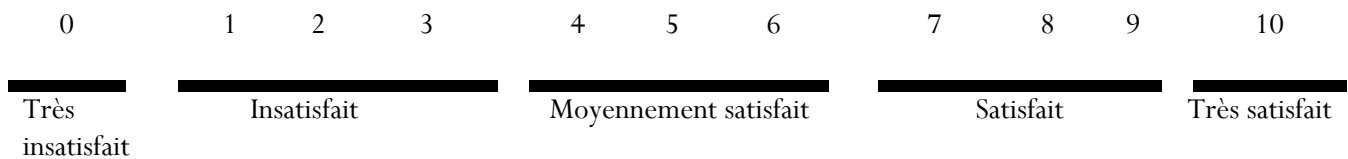
Aspects de l'animation	Pointage
La qualité de l'accueil	
Le respect des règles de fonctionnement	
La qualité des explications	
La gestion des discussions	
La gestion de situations plus difficiles	
L'attitude générale des animateurs	

5. Appréciation générale

Considérez-vous que l'atelier a eu un effet sur votre santé mentale ? Oui Non

Précisez :

De façon générale, sur une échelle de 1 à 10, quelle est votre appréciation de l'atelier ? Encerclez la réponse.



Si vous aviez à choisir un élément qui a été le plus déterminant ou aidant pour vous, lequel serait-ce ?

Recommanderiez-vous à un(e) ami(e) touché(e) par la bipolarité de suivre l'atelier ? Oui Non

Avez-vous d'autres commentaires ou suggestions ?

Acceptez-vous que Relief utilise les commentaires que vous avez écrits dans ce questionnaire à des fins de représentation ou de publicité ?

Oui Non

Signature : _____

Date : _____

Merci beaucoup de votre contribution, et bonne continuation