

Conseils de patients sur le travail

ACA

Sensibilisez



Connaissez vos droits
Prenez la parole lorsque
vous vous sentez à l'aise
Utilisez votre réseau
Donnez la parole à votre
arthrite

Communiquez



Regarde pour le support
& compréhension
Trouver les allié(e)s
Évaluer la situation*

Adaptez-vous



Agissez tôt
Réduisez le stress
Développez votre
autonomie
Réfléchissez à vos choix
de carrière

Prenez soin de vous



Écoutez votre corps
Concentrez-vous sur ce
que vous pouvez faire
La vie n'est pas un sprint,
mais un marathon