

**INTRODUCTION
AUTO-ÉVALUATION****Mon profil d'autogestion**

	OUI	NON
Je comprends ma maladie pulmonaire :		
J'évalue mes symptômes quotidiennement :		
Je prends mes médicaments, régulièrement, comme prescrit :		
J'ai un plan d'action pour les poussées :		
J'appelle mon prestataire de soins lorsque je constate un changement dans mon état de santé :		
Je suis à jour dans mes vaccinations – grippe, pneumonie :		
Je fais des choix d'aliments nutritifs :		
Je me sens bien reposé-e la plupart du temps :		
Je me sens surtout heureux(-se) :		
Je peux m'adonner à mes passe-temps :		
J'ai des directives préalables en place :		
Nombre de fois où je fais de l'exercice par semaine : _____		
Je fume :		
J'ai pensé à arrêter de fumer :		
J'ai déjà essayé d'arrêter de fumer :		
J'ai essayé d'arrêter de fumer à l'aide un médicament :		
J'ai essayé d'arrêter de fumer en m'inscrivant à un programme d'abandon du tabagisme :		
Je suis prêt(e) à réessayer :		