

Inclusion Europe

The European Association of Societies of
Persons with Intellectual Disabilities and their Families



Cum puteți obține informații despre sănătate care sunt ușor de înțeles

Informațiile și setul de campanie pentru auto-reprezentanți

1. Introducere.....	4
2. Cum ar trebui persoanele cu dizabilități intelectuale să obțină informații despre sănătate?.....	5
3. Care sunt drepturile dvs. la informare?.....	7
4. Ce informații ar trebui să primiți?.....	9
Recomandări generale despre un mod de viață sănătos.....	9
Informații speciale despre diferite boli și afecțiuni.....	9
Informații despre tratamente și medicamente.....	10
Informații despre modul de utilizare a serviciilor medicale.....	10
Instrumente practice pentru medici și asistenți medicali.....	10
Pachete de instruire pentru auto-reprezentanți.....	11
Cum faceți o reclamație atunci când lucrurile nu merg bine.....	12
5. Găsirea informațiilor în limba dvs.:pentru ce ar trebui să faceți campanie.....	13
6. Informații disponibile.....	16
English.....	16
Deutsch.....	17
Español.....	19
Français.....	19
Nederlands.....	20

Inclusion Europe

Rue d'Arlon 55, 1040 Brussels, Belgium

E-mail: secretariat@inclusion-europe.org

Telefon: +32 25 02 28 15

Web: www.inclusion-europe.org



Acest raport a fost finanțat de către Uniunea Europeană. UE nu poartă nicio responsabilitate pentru conținutul raportului.

2017 Inclusion Europe

1. Introducere

Persoanele cu dizabilități intelectuale au nevoie de un acces mai bun la serviciile medicale.

Informațiile despre sănătate trebuie să le fie prezentate într-un limbaj pe care îl pot înțelege.

Doar cu ajutorul acestor informații ele pot lua decizii corecte privind sănătatea.

De asemenea, aceste informații vor ajuta o mulțime de alți oameni.

De exemplu, pe cei ce nu înțeleg foarte bine limba țării lor.

Organizațiile care se ocupă de persoanele cu dizabilități au scris deja de mulți ani informații care sunt ușor de înțeles.

Unele spitale și medici folosesc deja aceste informații.

Există multe exemple de bune practici.

Dar, adesea, acestea sunt greu de găsit.

Inclusion Europe vrea să prezinte informațiile despre sănătate care ar trebui să fie disponibile.

Dorim să prezentăm exemple de informații despre sănătate inteligibile.

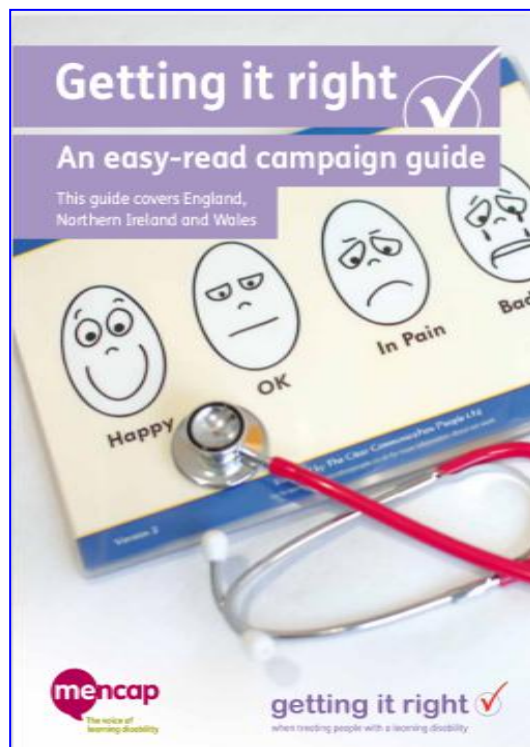
De asemenea, dorim să explicăm importanța unui sprijin personal potrivit.

Doar cu ajutorul informațiilor accesibile și cu un sprijin potrivit, persoanele cu dizabilități intelectuale pot lua decizii corecte cu privire la sănătatea lor.

Ne dorim ca toată lumea să aibă șanse egale de a duce o viață sănătoasă.

Acest document va ajuta reprezentanții cu dizabilități intelectuale să solicite sprijinul și informațiile necesare.

El încurajează persoanele cu dizabilități intelectuale să se implice activ.



Acest document este scris într-un limbaj simplu.
Auto-reprezentanții și alte persoane îl vor putea folosi în activitatea lor.

2. Cum ar trebui persoanele cu dizabilități intelectuale să obțină informații despre sănătate?

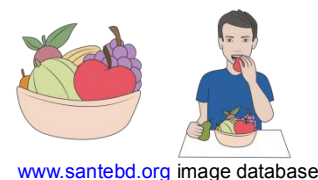
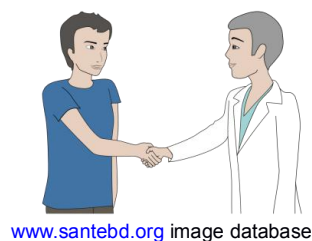
Recepționarea și înțelegerea informațiilor despre sănătate sunt dificile pentru multe persoane, nu doar pentru cele cu dizabilități intelectuale. În principal, există 2 motive pentru asta:

- 1) Informațiile propriu-zise sunt greu de înțeles. Medicii au nevoie de mulți ani de studii pentru a le înțelege.
- 2) Deseori, personalul medical și medicii nu sunt pregătiți să le explice. Nu sunt instruiți să explice lucrurile într-un mod simplu altor persoane.

Amândouă problemele nu sunt ușor de rezolvat.

Unele spitale și organizații au texte ușor de înțeles sau videoclipuri menite să informeze persoanele cu dizabilități intelectuale cu privire la diferite probleme de sănătate. Aceste informații ajută persoanele cu dizabilități intelectuale să obțină informații de bază:

- **Recomandări generale privind modul de viață sănătos**, de exemplu, cum să mâncați, cum să aveți grijă de dvs., sau despre importanța exercițiilor fizice.
- **Informații speciale despre diferite boli**, de exemplu, despre gripă, ce trebuie să faceți în caz de dureri de stomac sau dacă v-ați rănit.



- **Informații despre tratamente și medicamente,** de exemplu, când și cum să vă administrați medicamentele.
- **Informații despre modul de utilizare a serviciilor medicale,** de exemplu cum apelați la un farmacist, un medic, un dentist, sau cum vă adresați la spital.

Acestea sunt informațiile de bază care ar trebui să fie disponibile tuturor persoanelor cu dizabilități intelectuale în limba lor. Trebuie să facem tot posibilul pentru a ne asigura că informațiile existente ajung la persoanele care au nevoie de ele.

Cu toate acestea, informațiile scrise nu sunt suficiente!

Există persoane care nu pot citi suficient de bine. Multe persoane vor avea întrebări personale cu privire la starea sănătății lor.



www.santebd.org image database

Iată de ce sprijinul personal este foarte important!

Multe persoane cu dizabilități intelectuale primesc ajutor de la un membru de familie sau de la personalul de serviciu.

Este minunat dacă susținătorul respectă câteva reguli de bază:

- Susținătorul trebuie să aibă calitățile și materialele necesare pentru a comunica cu pacientul.
- Medicul nu ar trebui să comunice doar cu susținătorul, ci direct cu pacientul cu dizabilitate intelectuală. Susținătorul trebuie doar să faciliteze această comunicare.
- Deciziile privind tratamentele trebuie luate doar de către pacient, nu de susținător.

Dacă pacienții cu dizabilități intelectuale nu sunt siguri în ceea ce privește vreo metodă de tratament, ei au, la fel ca oricine, câteva posibilități:

- Ei pot apela la un alt medic și cere o a doua opinie.
- Ei pot cere sfatul prietenilor sau membrilor de familie.
- Ei se pot adresa la organizațiile de pacienți independente și cere un sfat.

Unele servicii medicale oferă, de asemenea, asistență specială: De exemplu, serviciile de sănătate din Glasgow, Scoția, au o echipă de asistenți medicali care oferă asistență medicală tuturor adulților cu dizabilități intelectuale. Echipa colaborează cu medici, spitale și servicii de dizabilități.

3. Care sunt drepturile dvs. la informare?

În unele cazuri este bine să știți că aveți dreptul la informații accesibile. Majoritatea persoanelor nu vor apela la tribunal pentru a obține informațiile lor legale. Și există mari diferențe între legislația internațională și cea națională. Iar ceea ce se face practic, este cu totul altceva. Dar, adesea, este util să vă cunoașteți drepturile atunci când vorbiți cu alte persoane.

Există o lege internațională cu privire la aceste drepturi.

Este vorba de „Convenția privind drepturile persoanelor cu dizabilități”.

O versiune ușoară de citit a ei o puteți găsi aici:

https://www.gov.uk/government/uploads/system/uploads/attachment_data/file/345108/easy-read-un-convention.pdf

Această lege spune că persoanele cu dizabilități trebuie să primească aceleași servicii medicale ca și celelalte persoane.

De asemenea, spune că asta trebuie să fie „pe baza unui consimțământ liber și în cunoștință de cauză”. Aceasta înseamnă că dvs. aveți dreptul să

- 1) Obțineți informații în forma pe care o puteți înțelege.
- 2) Obțineți asistența necesară pentru a înțelege aceste informații.
- 3) Decideți dacă doriți sau nu un tratament.
- 4) Spuneți medicului clar „da” sau „nu” cu privire la tratament.



Serviciile de sănătate nu vă pot supune unui tratament dacă dvs. nu sunteți de acord cu acesta.

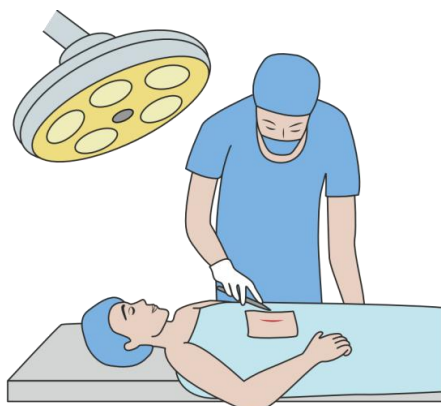
Acest lucru se aplică tuturor tratamentelor medicale.

Cu excepția situațiilor de urgență, dacă, de exemplu, ați fost implicat într-un accident de mașină.



www.santebd.org image database

În majoritatea situațiilor acest consimțământ nu este atât de important, de exemplu, atunci când medicul vă tratează de gripă. Dar acesta devine foarte important în cazul unor tratamente majore, care implică:



www.santebd.org image database

- medicamente care vă modifică starea mentală
- contraceptive, avort sau sterilizare
- restricționarea mișcărilor dvs., de exemplu, prin legarea dvs. de pat
- internarea în spital fără acceptul dvs.

Trebuie să știți că toate aceste acțiuni sunt ilegale, dacă nu ați dat acceptul pentru ele.

Legislația internațională spune, de asemenea, că medicii și asistenții medicali trebuie să fie instruiți să cunoască aceste drepturi.

De asemenea, ei trebuie instruiți să vă ofere aceste informații.

4. Ce informații ar trebui să primiți?

Există multe probleme de sănătate și proceduri legate de acestea. Bineînțeles, nu putem enumera aici toate domeniile despre care ar trebui să primiți informații.

Dar am analizat informațiile care sunt deja disponibile în diferite țări.

Considerăm că informațiile ușor de înțeles ar trebui să fie disponibile pe următoarele subiecte:

Recomandări generale despre un mod de viață sănătos

- Băutura
- Drogurile și dependența
- Exercițiile
- Alimentele și dieta
- Sănătatea la locul de muncă
- Menținerea curățeniei
- Dragostea și activitatea sexuală
- Menopauza
- Vârsta înaintată
- Ciclurile sau menstruația
- Sănătatea sexuală a bărbaților
- Sănătatea sexuală a femeilor
- Fumatul
- Greutatea
- Bunăstarea



Informații speciale despre diferite boli și afecțiuni

- Abuzul
- Astmul
- Tensiunea arterială
- Intestinele și vezica urinară
- Problemele de respirație
- Cancerul (forme diferite)
- Constipația
- Diabetul
- Moartea
- Problemele legate de urechi
- Epilepsia
- Problemele legate de ochi
- Căderile
- Starea de tristețe
- Gripa
- Suferința
- Bolile de inimă
- Sănătatea mentală
- Durerea și disconfortul
- Infecțiile sexual transmisibile
- Problemele legate de dinți

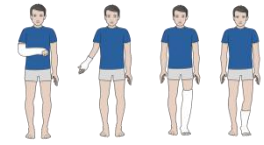


Informații despre tratamente și medicamente

- Analiza de sânge
- Tomografia computerizată
- Electroencefalograma
- Endoscopia
- Aparatele auditive
- Informațiile despre medicamente
- Examinarea

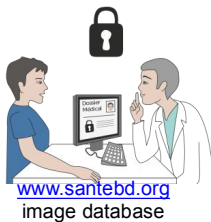


- RMN
- Terapia ocupațională
- Îngrijirea paliativă
- Fizioterapia
- Îngrijirea ortostatică
- Măsurile de precauții legate de medicamente
- Vaccinările
- Radiografiile



Informații despre modul de utilizare a serviciilor medicale

- Confidențialitatea
- Consimțământul
- Adresarea la farmacist
- Adresarea la dentist
- Adresarea la medic
- Adresarea la spital
- Adresarea la optician
- Administrarea medicației dvs.



- Certificatele spitalelor sau cărțile de sănătate
- Cum sunați la ambulanță
- Asigurările și plățile
- Testamentul scris în timpul vieții sau declarația anticipată
- Comunicarea cu profesioniștii din domeniul sănătății
- Ce trebuie să faceți în cazul unei urgențe

Instrumente practice pentru medici și asistenți medicali

Pentru a extinde accesibilitatea la serviciile medicale, considerăm că instrumentele practice pentru medici și asistenți medicali sunt de asemenea utile.

Acestea ar trebui, de asemenea, să fie disponibile într-un singur loc pentru fiecare țară sau limbă.

De exemplu, site-ul francez www.santebd.org oferă pentru descărcare imagini despre sănătate. Acestea pot ajuta medicii și spitalele să-și creeze documente mai accesibile. Multe dintre imaginile din acest document sunt de pe santebd.



Un alt exemplu bun de instrument practic sunt Cartelele cu Sfaturi din Scoția.

Acestea sunt pentru personalul de pe ambulanță, dentiști, doctori și celelalte persoane care intră în contact direct cu pacientul.

Cartelele reprezintă un memento rapid.

Le puteți găsi pe:

<http://www.healthscotland.com/uploads/documents/5809-Updated%20Tip%20Cards%20-%202031.01.08.pdf>

Tip cards

Meeting the needs of people who have a learning disability

The physical health needs of people with learning disabilities are often overlooked because of communication difficulties.

Points to consider:

- Talk directly to the service user rather than to a carer, personal assistant or advocate.
- Explain what is going to happen to help reassure and calm them.
- Avoid the use of jargon. Use plain language with familiar words and short sentences.
- Check that you have understood what the person is saying to you and that they understand you.
- Make sure any further information is available in an appropriate format, such as easy-read.
- Provide time and opportunities for questions.

Am găsit un alt instrument util pe site-ul web al serviciului de sănătate din Lanarkshire, Regatul Unit.

Aici sunt oferite exemple de scrisori pentru medici și servicii medicale într-un limbaj ușor de înțeles.

Puteți găsi exemplele aici:

<http://www.healthlanarkshire.co.uk/letter-templates>

Pachete de instruire pentru auto-reprezentanți

De asemenea, trebuie să ne asigurăm de faptul că toată lumea este bine instruită.

În acest sens, pachetele de instruire pentru auto-reprezentanți sunt foarte utile.

Puteți găsi un exemplu pe

<https://www.sclid.org.uk/healthy-eating-healthy-living-pack/>

Nu am găsit un exemplu de instruire pentru medici și asistenți medicali privind dizabilitățile intelectuale.

Dacă dețineți informații despre un asemenea exemplu, vă rugăm să ne anunțați!

NHS Lanarkshire

A website for people with a learning disability and health professionals

Letter Templates for Health Professionals

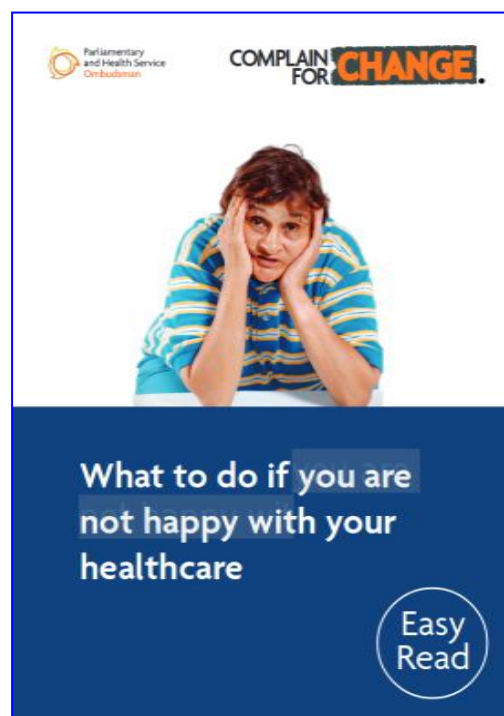
- Cervical Cancer Letters
- Daily Read GP Surgery Appointment Letter tool
- Daily Read Health Check Appointment Letter tool
- GP appointment letter tool
- Letter for a Mastectomy
- Daily Read GP Surgery Appointment Letter tool
- Daily Read Cervical Screening Letter tool
- Daily Read Cervical Screening Letter tool
- Daily Read Health Check Appointment Letter tool
- Daily Read Health Check Appointment Letter tool
- Daily Read Health Check Appointment Letter tool
- Daily Read Health Check Appointment Letter tool

Cum faceți o reclamație atunci când lucrurile nu merg bine

În toate țările europene există posibilitatea de a face o reclamație cu privire la medicul sau spitalul dvs. Există diferite organizații ale pacienților sau agenții guvernamentale care vă pot primi reclamația. Aveți dreptul să primiți informații despre locul unde trebuie să vă adresați atunci când doriți să faceți o reclamație.

Aici puteți găsi un exemplu din Regatul Unit:

https://www.mencap.org.uk/sites/default/files/2016-06/EASY_READ_Tips_on_making_a_complaint_NHS.pdf



În concluzie, trebuie să vorbim despre problemă atunci când totul merge prost.

Multe persoane cu dizabilități intelectuale mor deoarece nu primesc tratamentul corect.

Însă organizațiile care se ocupă de problemele legate de dizabilități și cercetătorii nu ajung să afle despre asta.

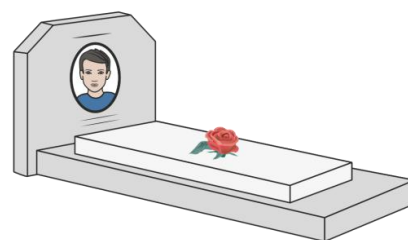
Informațiile legate de sănătate sunt confidențiale și medicii nu le pot furniza altor persoane.

Din acest motiv, considerăm că este important ca organizațiile care se ocupă de problemele legate de dizabilități să instituie un sistem prin care oamenii să le poată informa cu privire la decesele cauzate de tratamentele incorecte. Acest lucru poate ajuta mult la îmbunătățirea serviciilor medicale.

Puteți găsi un exemplu pe:

<https://www.bris.ac.uk/sps/leder/notification-system/>

Din păcate, acest lucru nu este accesibil pentru persoanele cu dizabilități intelectuale.



www.santebd.org image database

5. Găsirea informațiilor în limba dvs.: pentru ce ar trebui să faceți campanie

Toate aceste informații pot deja exista în limba dvs.
S-ar putea să aveți nevoie de ajutor pentru a le găsi pe Internet.

Primul pas pe care îl puteți face e să verificați dacă informațiile există în limba dvs.

- Dacă acestea există, puteți verifica dacă ele sunt cu adevărat accesibile.
De asemenea, puteți solicita ajutorul unei persoane cu pregătire medicală pentru a verifica dacă aceste informații sunt corecte.



- În multe țări aceste informații pot fi într-un limbaj care nu este ușor de înțeles.
Atunci trebuie să organizați o campanie pentru a le obține.
Puteți solicita în acest sens ajutorul unei persoane cu pregătire medicală.
Puteți solicita ajutor din partea guvernului dvs.

Dacă trebuie să începeți să scrieți noi informații despre anumite lucruri, va trebui să vă asigurați că ceea ce scrieți este corect.
O persoană cu pregătire medicală vă poate ajuta să verificați asta.

Pe www.easy-to-read.eu puteți găsi instrucțiuni cu privire la modul de scriere într-un limbaj ușor de înțeles în mai multe limbi europene.



De asemenea, puteți începe cu informațiile existente din alte limbi.
Dacă le traduceți, veți avea un bun punct de plecare.
Dar trebuie mereu să lucrați la text pentru a vă asigura că aceste informații funcționează în țara dvs.

Am văzut deja că în mai multe țări anumite informații există deja într-un limbaj ușor de înțeles.
Dar deseori aceste informații nu sunt complete.
Și deseori nu sunt ușor de găsit.
Ar fi minunat să le adunați pe toate într-un singur loc.

Am găsit 3 exemple în acest sens:

Organizația franceză www.santebd.org

a creat un site web cu informații accesibile din toate domeniile de sănătate.

Acesta este administrat de un grup de lucru format din 40 de reprezentanți cu diferite tipuri de dizabilități și profesioniști din domeniul medical.

Un grup de experți se ocupă de ilustrații.

Suntem bucuroși că acest lucru este sprijinit de multe organizații populare.

De asemenea, ne bucurăm de faptul că site-ul nu este doar pentru persoanele cu dizabilități.

El funcționează în felul următor:

1. Selectați ceea ce doriți să aflați.
2. Selectați dacă sunteți un băiat, o fată, un bărbat sau o femeie.
3. Selectați tipul de dificultate pe care îl aveți.
4. La sfârșit puteți deschide un text ușor de înțeles.



Organizația Inclusion din Republica Cehă a realizat un site <http://www.ozdravi.org>

„O zdraví” ceea ce înseamnă „despre sănătate” în limba cehă.

În acest caz, Ministerul Sănătății din Cehia a fost cel ce a alocat banii.

Acest site a fost elaborat cu aportul comun al auto-reprezentanților și al medicilor.

De asemenea, puteți găsi aici videoclipuri și o linie de asistență. Site-ul are un design multifuncțional și este foarte des utilizat.



Easyhealth este un foarte bun exemplu în limba engleză.
Îl puteți găsi la www.easyhealth.org.uk

Easyhealth a constatat că există deja o mulțime de informații accesibile din domeniul sănătății în limba engleză.

Scopul lor este să adune toate aceste informații de la mai multe persoane diferite și să le pună la dispoziția tuturor. Easyhealth a fost făcut în așa fel, încât oamenii să știe unde să găsească informații accesibile despre sănătate.

Există peste 500 de pliante, create de mai multe organizații diferite.

Puteți printa aproape toate pliantele direct de acolo.

Informațiile sunt disponibile în stiluri și forme diferite.

Pot exista și câteva pliante despre o singură problemă de sănătate.

Acest lucru vă poate deruta,

dar vă poate fi, de asemenea, de mare ajutor în activitatea dvs.

Indiferent de modelul pe care îl alegeți pentru a face accesibile informațiile despre sănătate în țara dvs.,

VĂ DORIM MULTĂ FORȚĂ ȘI MULT SUCCES

Și, dacă aveți de raportat despre orice succes sau exemplu de bună practică,

Inclusion Europe va fi foarte bucuroasă să audă de ele.



6. Informații disponibile

Am căutat pe internet informații utile despre sănătate într-un limbaj accesibil.

Există o mulțime de informații disponibile în câteva limbi.

În alte limbi nu există aproape deloc informații accesibile.

Mai jos, dorim să vă împărtășim aceste informații.

English

- FAIR (Family Advice and Information Resource) is an information and advice service for people with learning disabilities and carers in Edinburgh. Excellent Information is available against payment <http://www.fairadvice.org.uk>
- NHS Lanarkshire Adult Learning Disability Service developed this site so that people with a learning disability can get accessible health information in various formats. The website has leaflets & booklets, DVD's and easy read letter templates which aid health professionals to communicate effectively with their patients. <http://www.healthlanarkshire.co.uk/>
- The Learning Disabilities Mortality Review (LeDeR) Programme supports local areas to review the deaths of people with learning disabilities. <https://www.bris.ac.uk/sps/leder/notification-system/>
- The Easyhealth website is a fantastic resource for anyone looking to access clear, practical and easy to understand health information. There are over 500 leaflets on Easyhealth, made by many different organisations. You can print off nearly all the leaflets straight away: <http://www.easyhealth.org.uk/>
- Hospital passport: <http://www.nhs.uk/Livewell/Childrenwithalearning%20disability/Documents/Hospital%20Passport%20Template%20example%20from%20South%20West%20London%20Access%20to%20Acute%20Group.doc>
- Health book: <https://www.downs-syndrome.org.uk/?wpdmdl=1289>

[&ind=0](#)

- How to complain for change: https://www.mencap.org.uk/sites/default/files/2016-06/EASY_READ_Tips_on_making_a_complaint_NHS.pdf
- Stay well this winter: https://www.mencap.org.uk/sites/default/files/2017-11/SWTW2017_EasyReadLeaflet_WebAccessible.pdf
- All about the flu and how to stop getting it: <https://campaignresources.phe.gov.uk/resources/campaigns/34-stay-well-this-winter-/resources/2345>
- The Tip Cards were made for ambulance staff, dentists, general practitioners and all others who have direct patient contact. The cards are intended as a quick reference guide:
<http://www.healthscotland.com/uploads/documents/5809-Updated%20Tip%20Cards%20-%2031.01.08.pdf>
- Health information for supporters and staff members:
http://www.turning-point.co.uk/media/1100930/tp-health-toolkit-2016_web_.pdf
- The 'Healthy Eating, Healthy Living' training pack is designed to encourage healthy eating as a way of life for people with learning disabilities: <https://www.sclد.org.uk/healthy-eating-healthy-living-pack/>
- Cancer: <https://www.mariecurie.org.uk/help/publications/easy-read-booklets>
- A Participatory Action Research Project into the Implementation and Evaluation of My Healthcare Passport:
<https://www.fons.org/library/report-details?nstd=71699>

Deutsch

- Liebe, Sex und Zärtlichkeit: http://www.chancen-erarbeiten.de/fileadmin/webdata/PDFs/Inhalte_Liebe.pdf
- Sucht und Drogen: http://www.chancen-erarbeiten.de/fileadmin/webdata/PDFs/Inhalte_Sucht.pdf
- Gesund essen Tag für Tag: <https://www.lebenshilfe.de/wData/downloads/leichte-sprache/freizeit/Erna--hrung-LS.pdf>
- Infos zum Thema Lungen-Krebs: <https://www.lebenshilfe.de/de/leichte>

[-sprache/freizeit/Gesundheit/Lungenkrebs.php?listLink=1](https://www.lebenshilfe.de/de/leichte-sprache/freizeit/Gesundheit/Lungenkrebs.php?listLink=1)

- Kiffen und Rauchen sind riskant: <https://www.lebenshilfe.de/de/leichte-sprache/freizeit/Gesundheit/Allkoholindex-Kopie.php?listLink=1>
- Patienten-Verfügung in Leichter Sprache: <https://www.lebenshilfe.de/de/leichte-sprache/freizeit/Gesundheit/Patientenverfuegung.php?listLink=1>
- Menschen mit Behinderung im Krankenhaus: <https://www.lebenshilfe.de/de/leichte-sprache/freizeit/Gesundheit/MmB-im-Krankenhaus.php?listLink=1>
- Alkohol ist gefährlich: <https://www.lebenshilfe.de/de/leichte-sprache/freizeit/Gesundheit/Allkoholindex.php?listLink=1>
- Süchtig sein kann man von vielen Dingen: Alkohol, Zigaretten, Essen, Computer und vielem mehr. Eine Sucht-Selbsthilfe-Gruppe in Berlin: <https://www.lebenshilfe.de/de/leichte-sprache/freizeit/Gesundheit/SeSuGrup-Berlin.php?listLink=1>
- Was kann ich für meine Gesundheit tun? <https://www.lebenshilfe.de/de/leichte-sprache/freizeit/Gesundheit/gesundheit.php?listLink=1>
- Impfen ist wichtig für die Gesundheits-Vorsorge. Auf seine Gesundheit sollte man immer gut aufpassen. Denn die eigene Gesundheit ist sehr wichtig. Impfungen können vor vielen Krankheiten schützen. Hier bekommen Sie viele Informationen über Impfungen: https://www.stmgp.bayern.de/?lang=de_ls
- Die Gesundheit im Berufs-Leben - in Leichter Sprache: https://www.stmgp.bayern.de/leichte-sprache-uebersichtsseite/die-gesundheit-im-berufs-leben/?lang=de_ls
- Leichte Sprache und Gesundheit — Patiententelefon Webguide <https://www.patiententelefon.de/behinderung/allgemein-unterstuetzung/leichte-einfache-sprache/gesundheits-leichte-sprache>
- Leichter lernen mit dem Projekt GESUND! Für Werkstätten für Menschen mit Behinderungen: https://www.vdek.com/content/vdeksite/vertragspartner/Praevention/projektgesund/_jcr_content/par/publicationelement_37/file.res/Broschuere-Projekt-Gesund.pdf

- Leichte Sprache Regeln für die Gesundheit und für die Pflege: <https://www.bar-frankfurt.de/fileadmin/dateiliste/publikationen/wegweiser/downloads/WWLeichteSpracheHeft3.web.pdf>
- Leichte Sprache - rauchfrei für Erwachsene - Rauchfrei-Info: <https://www.rauchfrei-info.de/informieren/leichte-sprache/>

Español

- 10 pequeños cambios para mejorar tu salud: http://www.plenainclusion.org/sites/default/files/43._10_pequenos_cambios_para_cuidar_tu_salud.pdf
- Guía de Salud para personas con discapacidad intelectual: http://www.plenainclusion.org/sites/default/files/36._personas_salud.pdf
- Cuando estoy enfermo escúchame: http://www.plenainclusion.org/sites/default/files/36._guia_escuchame.pdf
- Guía de utilización de antipsicóticos: http://www.plenainclusion.org/sites/default/files/38._antipsicoticos_secuencialectura.pdf

Français

- Toutes les fiches Santé BD ont été rassemblées dans une application qui permet une plus grande efficacité en termes de personnalisation, maintien de l'attention et mise à jour. <http://santebd.org/fiches>
- Brochure "Arrêter de fumer": <http://inpes.santepubliquefrance.fr/CFES/Bases/catalogue/pdf/1650.pdf>

Nederlands

- Steffie.nl - zo werkt het: Ik ben Steffie en ik leg moeilijke dingen op een makkelijke manier uit. Bijvoorbeeld reizen met de OV-chipkaart, hoe je gezonde keuzes maakt en wat het ondersteuningsplan is.
<https://www.steffie.nl/>
<https://www.steffie.nl/eenvoudige-websites/gezondheid/>
- Naar je huisarts: Op deze website leg ik uit hoe een afspraak bij de huisarts gaat en ik help je om je goed voor te bereiden. Je kan ook oefenen met het maken van een afspraak. <https://www.naarjehuisarts.nl/>
- Uitleg Zorgverzekering: Op deze website leg ik alles uit over de basisverzekering. Ik leg uit wat een eigen risico en een eigen bijdrage zijn en wanneer je zorgtoeslag kan krijgen. Zo leer je waar je op moet letten bij jouw zorgverzekering en welke zorgkosten door jou of door de zorgverzekeraar worden betaald. <https://www.uitlegzorgverzekering.nl/nl/>
- Kijk op gezond: Wil jij gezonder leven? Kijk hier hoe je gezonde keuzes kan maken en hoe je meer kunt bewegen. <http://www.kijkopgezond.nl>
- Bekijk het nuchter: Steffie legt op een eenvoudige manier uit wat alcohol en drugs met je kunnen doen. Doe ook de test! <http://www.bekijkhetnuchter.nl>
- Diabetes zelf in de hand: Hier vind je informatie over omgaan met diabetes. Voor jezelf of voor degene voor wie je zorgt.
<http://www.diabeteszelfindehand.nl/>