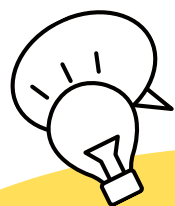


Je me pose des questions



Je cherche des réponses

## "Ma santé en questions"

Des rencontres thématiques  
trimestrielles

Partir des questions et expériences  
des usagers

Echanger avec des  
personnes de référence

S'enrichir les uns des autres

Valoriser le vécu des usagers

'Ma santé en questions' : une  
action en santé communautaire  
de la Maison médicale MediCi

Avec le soutien de la



Fondation  
Roi Baudouin

Agir ensemble pour une société meilleure

Bien s'informer,  
c'est bon pour la santé !



Avenue Schlögel 49/1 5590 Ciney

Tél : 083 21 20 93

Mail : [accueil@medicicondroz.be](mailto:accueil@medicicondroz.be)

[www.medicicondroz.be](http://www.medicicondroz.be)



« Fonds européen agricole pour le développement rural :  
l'Europe et la Wallonie investissent dans les zones rurales  
».

L'armoire à  
pharmacie idéale



Ma santé,  
j'y participe !



Comment conserver mes médicaments en toute sécurité ?



Que faire des médicaments périmés ?



Quel est le contenu idéal de mon armoire à pharmacie ?



L'automédication : comment se soigner en toute sécurité à la maison ?

Je **conserve** mes médicaments dans un local sec et frais, au frigo dans une boîte fermée, et hors de portée des enfants

Je garde chaque médicament dans sa boîte d'origine, avec l'**indication** de la posologie, le destinataire et la notice

Je **trie** régulièrement les médicaments et surveille les dates de péremption.

Les flacons ou tubes qui ont été ouverts ont une durée de conservation plus courte

Je ne jette pas les médicaments périmés dans la poubelle ou l'évier ! Je **les rapporte** chez le pharmacien, dans leur blister

Plus d'informations :

<https://www.afmps.be/fr>

<https://www.apb.be/fr>

Une question ?  
Une information à communiquer ?

J'en parle à mon médecin,  
ou à mon pharmacien !

Le contenu idéal varie d'une famille à l'autre. J'adapte celle de la maison en fonction de nos besoins

Je dispose du nécessaire pour gérer les petites blessures, une diarrhée, des démangeaisons, de la fièvre, des douleurs persistantes... Je demande conseil au pharmacien quant à leur utilisation

J'utilise ces médicaments avec précaution afin d'éviter des interactions avec d'autres traitements, des effets secondaires....

Je ne prends pas des médicaments prescrits pour d'autres personnes !

Centre Antipoisons : 070 245 245

[www.belgium.be/fr/sante/medicaments/pharmacies](http://www.belgium.be/fr/sante/medicaments/pharmacies)  
<https://www.cbip.be/fr>