

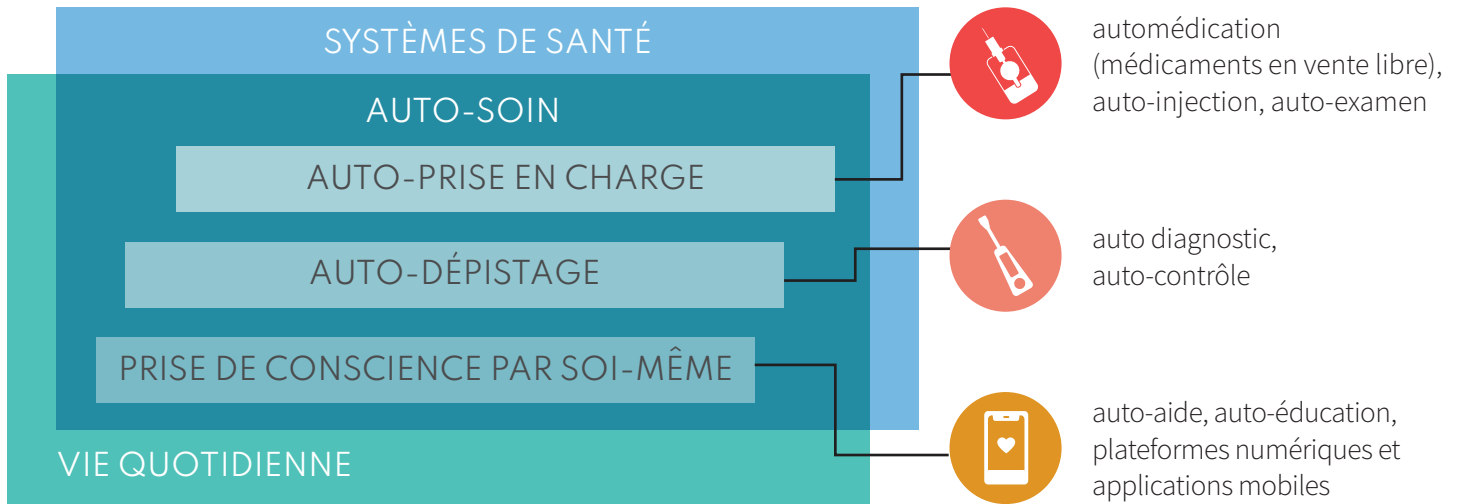


# FAIRE PROGRESSER L'AUTOSOIN

## POUR RENFORCER LES SYSTÈMES DE SANTÉ POUR TOUS

L'auto-soin permet aux personnes d'être plus autonomes, d'avoir un plus grand pouvoir et un meilleur contrôle sur leur corps, et d'améliorer leur santé et leur bien-être. Si l'auto-soin contribue à l'amélioration de la santé des individus depuis des lustres, il s'agit d'un concept relativement nouveau en tant qu'approche visant à renforcer les systèmes de santé.

### EXEMPLES D'AUTO-SOIN:



### LE PROBLÈME



**La moitié de la population mondiale** n'a pas accès aux services de santé essentiels.

**925 millions de personnes** consacrent plus de 10% du budget de leur ménage aux soins de santé.

**218 millions de femmes et de filles en âge de procréer** ont un besoin non satisfait de contraception moderne.

**100 millions de personnes** tombent dans l'extrême pauvreté chaque année en raison des dépenses de santé.

**18 millions d'agents de santé** sont nécessaires d'ici 2030 pour éviter une pénurie mondiale.

### L'OPPORTUNITÉ

L'auto-soin peut contribuer à atteindre la couverture sanitaire universelle et à la réalisation de l'objectif de développement durable n°3 en rendant les systèmes de santé plus forts, plus équitables et plus efficaces.

### 3 BONNE SANTÉ ET BIEN-ÊTRE



### OBJECTIF 3.8

ASSURER UNE COUVERTURE SANITAIRE UNIVERSELLE

### QUELLE EST LA SUITE ?

Parvenir à un monde où la pratique de l'auto-soin conduit à une approche plus inclusive, équitable et centrée sur les personnes pour optimiser la santé et le bien-être. Travaillons ensemble pour garantir :



Les Lignes directrices consolidées sur les interventions d'auto-prise en charge de l'Organisation mondiale de la Santé sont soutenues et mises en œuvre.



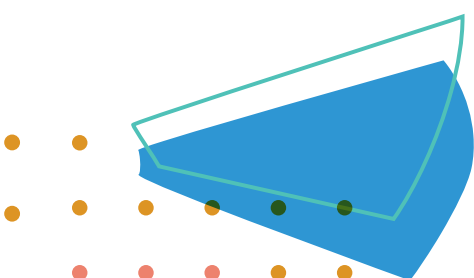
Les politiques, programmes et règlements nationaux soutiennent l'auto-soin en tant qu'élément essentiel de la CSU.



L'auto-soin bénéficie d'un financement approprié et les coûts ne sont pas transférés aux individus.



Accroître la sensibilisation et la demande de pratiques prometteuses en matière d'auto-soin — notamment en développant l'utilisation des solutions numériques et des technologies de l'information dans le domaine de la santé.



### REJOIGNEZ LE MOUVEMENT #AUTOSOINPOURCSU

[selfcaretrailblazers.org](http://selfcaretrailblazers.org)   
 [secretariat@selfcaretrailblazers.org](mailto:secretariat@selfcaretrailblazers.org)  
[@SelfCare4UHC](https://www.instagram.com/SelfCare4UHC)   
 [f in Self-Care Trailblazer Group](https://www.facebook.com/SelfCareTrailblazerGroup)