

Exercice de la balance décisionnelle

Écrire ses pensées contribue à cheminer dans sa réflexion ainsi qu'à y apporter certaines nuances. Le nombre d'items dans chaque colonne est peu utile, il s'agit davantage d'accorder un poids aux éléments afin d'évaluer l'importance qu'ils prennent dans votre processus décisionnel.

Pour chacun des avantages et des inconvénients, indiquez son importance en inscrivant le chiffre approprié sous forme de pourcentage ou selon la légende proposée. Dans une étape subséquente, vous pourriez demander au partenaire (s'il y a lieu) de faire cet exercice, cela pourrait être un outil pour faciliter la communication.

Avantages

Inconvénients

Choisir d'interrompre la grossesse

Choisir de poursuivre la grossesse

Choisir de confier en adoption

Plus cet aspect a de l'importance, plus le chiffre doit être élevé : 1. Peu, 2. Moyennement, 3. Assez, 4. Beaucoup.

Ressources

Pour un suivi de grossesse ou de l'aide, il est possible de s'inscrire via le site <https://www.quebec.ca/famille-et-soutien-aux-personnes/grossesse-parentalite/soutien-pendant-grossesse-naissance/grossesse/service-ma-grossesse>

Poursuite de la grossesse

Maisons de naissance

Maison de naissance de la Capitale Nationale
1280, 1^{ère} Avenue,
Québec, QC, G1L 3K9
418-651-7453

Maison de naissance Mimosa
182, rue de l'Église, Saint-Romuald, QC, G6W 3G9
418-839-0205

Hôpitaux accoucheurs à Québec

Hôpital Saint François d'Assise
10, rue de l'Espinay
Québec, QC, G1L 3L5
418-525-4444

Centre mère enfant
2705, Boulevard Laurier,
Québec, QC, G1V 4G2
418-525-4444

Hôpital accoucheur

Chaudière-Appalaches
Hôtel-Dieu de Lévis
43, rue Wolfe, Lévis, QC,
G6V 3Z1
418-833-1522

Interruption de grossesse

Capitale-Nationale

Pavillon Saint-François
d'Assise
30, rue de l'Espinay
Québec, QC, G1L 3L5
418-525-4397

Chaudière-Appalaches

Hôtel-Dieu de Lévis
43, rue Wolfe,
Lévis, QC, G6V 3Z1
418-835-7121 poste
11228
(boîte vocale)

Pour trouver une autre clinique :

Carte de la Fédération québécoise pour le planning de naissance
<https://fqpn.qc.ca/trouver-de-laide/#>

Confier en adoption

Centre jeunesse de Québec

Institut universitaire,
service adoption et post-adoption
2915, avenue du Bourg-Royal
Québec, QC, G1C 3S2
418-661-6951

Les trois seuls organismes libre-choix



Grossesse-Secours,
Montréal: 1 877-271-0555
www.grossesse-secours.org



S.O.S. Grossesse Estrie:
1 877-822-1181
www.sosgrossesseestrie.qc.ca



S.O.S. Grossesse,
Québec: 1 877-662-9666
www.sosgrossesse.ca