



How to Tell Your Story

(version française ci-dessous) (Versión en español a continuación)

We are honored that you are interested in sharing your story with us!

You can send us your story any time before **August 31, 2021**. If you need help writing your story or submitting it, please contact us.

You do not have to share your story if you don't want to. If you agree to share your story now, you can change your mind later. You do not need to submit a photo of yourself or include your name or any other identifying information. It is up to you to choose what information you want to share about yourself.

If you agree to send us your story, it may be used in a profile of your country's progress towards universal health coverage or in a report on UHC progress globally. The profiles will be available for the public to view on a webpage about universal health coverage. You can see examples of what your country's profile might look like here: <https://www.uhc2030.org/what-we-do/knowledge-and-networks/uhc-data-portal/>

If you have questions about monitoring UHC, you can reach us at csem@msh.org or info@uhc2030.org at any time.

How do I create my story?

Your story should include the three parts below. Your story does not need to be long! This is **your** story – tell it how you want us to hear it. What would you like the world to know about your experience?

Part 1. Tell us about yourself:

- Briefly describe who you are. You can tell us about where you live, what you do for a living, your family, about your health, your favorite foods, what you do for fun, or anything else you want us to know about you.
- Please limit this section to 3-4 sentences

Part 2. Your experience with healthcare:

- Describe the positive and/or negative experience you had when you were accessing healthcare, with the quality of the care you got, or with paying for your care.
- Some questions you could think about are: What made the experience positive or negative? How was it different to other experiences you had getting healthcare?
- You do not need to share information about the reason you were seeking care if you do not want to.


Part 3. What your experience meant to you:

- Take three photographs with your camera or mobile phone. The three photographs should represent these three areas:
 - *Photo 1: Access to healthcare* means that you can get the healthcare that you need, when and where you need it.
 - *Photo 2: Quality of care* means that the healthcare you get improves your health and you are treated well when you are getting care.

- *Photo 3: Costs and financial risk* means that you do not experience financial difficulties because you needed to get healthcare.
- The photographs are a way to show us how you feel about your experience. Your photographs can be of objects, scenery, people, or anything you wish – be creative! You do not need to take photographs of yourself.
 - Please ensure that any people in the photo have provided consent to be photographed and for their photograph to be used in public.
- Once you have your three photos, we would like you to explain in words what these photographs meant to you.
 - Think about what the photograph represents. Why did you choose this photo? What does it tell us about your experience with healthcare?
 - You can see some examples on the next page of how other people have expressed what their photographs meant to them.

When you are done with these three sections, you are ready to submit your story!

Examples of how other people have expressed what their photographs mean to them




It's Like You're Handicapped
Elaine Gamble, 2006

This is a picture of my daughter's prosthetic limb. It helps her overcome her limitations. When you're living in poverty it is like you are handicapped because there are so many restrictions, so many limitations.

Someone can go in the store and buy a magazine or a shirt that they need for their kid. They can go ahead and buy it, but you can't, because you have to think about other things. You have to think, 'Well, if I buy that, then I can't pay my phone bill. If I buy that, then I can't get this for my kid.' You're always shortchanging. Sometimes my daughter needs something at school—a book fair or school function. She can't go or participate because I had to buy Pampers or wipes for the baby instead.

My Bike is My Car
Genevieve Jones*, 2006



I cycle from about April to October as the weather allows and when I feel well enough to do so. I walk often, but this also takes better shoes that I cannot afford. Bus money is very limited. I hope Saskatoon soon passes at least a trial bus pass for a minimal amount for people in poverty, like Regina this past year.

These examples come from the following document: Palibroda B, Krieg B, Murdock L, Havelock J. A practical guide to photovoice: sharing pictures, telling stories, and changing communities. Winnipeg: Prairie Women's Health Centre of Excellence; 2009.

Version française

Instructions aux auteurs de témoignages sur la façon de raconter votre histoire

Nous sommes honorés que vous souhaitiez partager votre histoire avec nous !

En septembre 2019, les dirigeants du monde entier ont convenu que chaque personne dans chaque pays devrait pouvoir recevoir tous les soins de santé de bonne qualité dont elle a besoin sans avoir à subir de difficultés financières. C'est ce que l'on appelle la Couverture santé universelle (CSU). Depuis cette déclaration, un groupe international d'organisations suit les progrès de chaque pays vers cet objectif, y compris dans votre pays. Le suivi des progrès peut nous aider à tenir les gouvernements responsables de la réalisation de la Couverture santé universelle.

Dans le cadre de ce suivi, nous voulons raconter les histoires d'habitants de votre pays. Nous pensons que raconter les histoires des gens aidera les gouvernements et les personnes du monde entier à comprendre ce que la couverture santé universelle peut signifier pour les habitants de votre pays. Nous vous demandons de soumettre une histoire parce que nous pensons que vous avez une histoire à raconter sur une expérience positive et/ou négative concernant l'accès aux soins de santé, la qualité des soins reçus ou le paiement de vos soins.

Si vous acceptez de raconter votre histoire, il vous sera demandé d'envoyer trois photos de votre expérience des soins et d'expliquer ce que ces photos signifient pour vous. Nous avons inclus des instructions sur la façon de raconter votre histoire ci-dessous. Lorsque votre histoire sera terminée, vous pourrez la soumettre en suivant ce [lien](#) ou ici : [Soumission d'une histoire sur la couverture santé universelle](#).

Vous pouvez nous envoyer votre histoire à tout moment avant le **31 août 2021**. Si vous avez besoin d'aide pour rédiger votre histoire ou la soumettre, vous pouvez nous contacter.



Vous n'êtes pas obligé.e de partager votre histoire si vous ne le souhaitez pas. Si vous acceptez de partager votre histoire maintenant, vous pourrez changer d'avis plus tard. Vous n'êtes pas obligé.e de soumettre une photo de vous ou d'inclure votre nom ou toute autre information permettant de vous identifier. C'est à vous de choisir les informations que vous souhaitez partager à votre sujet.

Si vous acceptez de nous envoyer votre histoire, elle pourra être utilisée dans un profil des progrès de votre pays vers la couverture santé universelle ou dans un rapport sur les progrès de la CSU au niveau mondial. Les profils seront mis à la disposition du public sur une page web consacrée à la couverture santé universelle. Vous pouvez voir des exemples de ce à quoi pourrait ressembler le profil de votre pays ici : <https://www.uhc2030.org/what-we-do/knowledge-and-networks/uhc-data-portal/>.

Si vous avez des questions sur le suivi de la CSU, vous pouvez nous joindre à tout moment à l'adresse csem@msh.org ou info@uhc2030.org.

Comment créer mon histoire ?

Votre histoire doit comprendre les trois parties ci-dessous. Il n'est pas nécessaire que votre histoire soit longue ! C'est votre histoire - racontez-la comme vous voulez que nous l'entendions. Que voulez-vous que le monde sache de votre expérience ?

Partie 1. Parlez-nous de vous :

- Décrivez brièvement qui vous êtes. Vous pouvez nous parler de votre lieu de résidence, de votre métier, de votre famille, de votre santé, de vos plats préférés, de ce que vous faites pour vous amuser, ou de tout ce que vous voulez que nous sachions sur vous.
- Veuillez limiter cette section à 3-4 phrases

Partie 2. Votre expérience des soins de santé :

- Décrivez votre expérience positive et/ou négative lorsque vous avez eu accès aux soins de santé, avec la qualité des soins que vous avez reçus, ou avec le paiement de vos soins.
- Voici quelques questions auxquelles vous pouvez réfléchir : Qu'est-ce qui a rendu cette expérience positive ou négative ? En quoi était-elle différente des autres expériences que vous avez eues en matière de soins de santé ?
- Vous n'avez pas besoin de partager des informations sur la raison pour laquelle vous avez demandé des soins si vous ne le souhaitez pas.


Partie 3. Ce que votre expérience a signifié pour vous :

- Prenez trois photos avec votre appareil photo ou votre téléphone portable. Les trois photos doivent représenter ces trois domaines :
 - o Photo 1 : *L'accès aux soins de santé* signifie que vous pouvez obtenir les soins de santé dont vous avez besoin, quand et où vous en avez besoin.
 - o Photo 2 : *La qualité des soins* signifie que les soins de santé que vous recevez améliorent votre santé et que vous êtes bien traité.e lorsque vous recevez des soins.
 - o Photo 3 : *Coûts et risques financiers* signifie que vous ne rencontrez pas de difficultés financières parce que vous avez dû vous faire soigner.
- Les photos sont un moyen de nous montrer ce que vous ressentez à propos de votre expérience. Vous pouvez photographier des objets, des paysages, des personnes ou tout ce que vous souhaitez - soyez créatif.ve ! Vous n'avez pas besoin de prendre des photos de vous-même.

- o Assurez-vous que toutes les personnes figurant sur la photo ont donné leur accord pour être photographiées et pour que leur photo soit utilisée en public.
- Une fois que vous avez vos trois photos, nous aimerions que vous expliquiez en quelques mots ce que ces photos représentent pour vous.
 - o Réfléchissez à ce que la photo représente. Pourquoi avez-vous choisi cette photo ? Qu'est-ce qu'elle nous apprend sur votre expérience des soins de santé ?
 - o Vous pouvez voir à la page suivante des exemples de la façon dont d'autres personnes ont exprimé ce que leurs photos représentaient pour elles.

Lorsque vous avez terminé ces trois sections, vous êtes prêt.e à envoyer votre histoire !

Des exemples de la façon dont d'autres personnes ont exprimé ce que leurs photographies signifient pour elles.



It's Like You're Handicapped
Elaine Gamble, 2006

This is a picture of my daughter's prosthetic limb. It helps her overcome her limitations. When you're living in poverty it is like you are handicapped because there are so many restrictions, so many limitations.

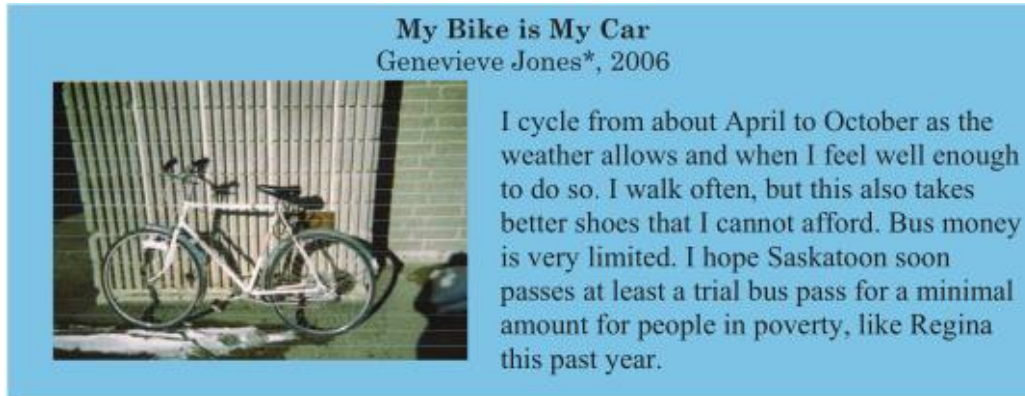
Someone can go in the store and buy a magazine or a shirt that they need for their kid. They can go ahead and buy it, but you can't, because you have to think about other things. You have to think, 'Well, if I buy that, then I can't pay my phone bill. If I buy that, then I can't get this for my kid.' You're always shortchanging. Sometimes my daughter needs something at school—a book fair or school function. She can't go or participate because I had to buy Pampers or wipes for the baby instead.

C'est comme si vous étiez handicapé **Elaine Gamble, 2006**

Voici une photo de la prothèse de ma fille. Elle l'aide à surmonter ses limites. Lorsque vous vivez dans la pauvreté, c'est comme si vous étiez handicapé.e, car il y a beaucoup de restrictions, beaucoup de limites.

Quelqu'un peut aller dans un magasin et acheter un magazine ou une chemise dont il.elle a besoin pour son enfant. Il.elle peut l'acheter, mais pas vous, car vous devez penser à d'autres choses. Vous devez vous dire : "Si j'achète ça, je ne pourrai pas payer ma facture de téléphone. Si j'achète ça, je ne peux pas acheter ça pour mon enfant". Tu es toujours en train de faire des économies. Parfois, ma fille a besoin de quelque chose à l'école - une foire aux livres ou un événement scolaire. Elle ne peut

pas y aller ou participer parce que j'ai dû acheter des Pampers ou des lingettes pour le bébé à la place.



Mon vélo est ma voiture

Genevieve Jones*, 2006

Je fais du vélo d'avril à octobre environ, quand le temps le permet et quand je me sens assez bien pour le faire. Je marche souvent, mais cela nécessite aussi de meilleures chaussures que je ne peux pas me permettre. L'argent pour les bus est très limité. J'espère que Saskatoon adoptera bientôt au moins une carte de bus à l'essai pour un montant minimal pour les personnes pauvres, comme Regina l'année dernière.

Ces exemples sont tirés du document suivant : Palibroda B, Krieg B, Murdock L, Havelock J. A practical guide to photovoice : sharing pictures, telling stories, and changing communities. Winnipeg : Centre d'excellence pour la santé des femmes des Prairies ; 2009.

versión en español

Instrucciones para las personas que cuentan su historia

Agradecemos profundamente su interés en compartir su testimonio con nosotros.

En septiembre de 2019 los líderes mundiales acordaron que cada persona en cada país debería poder recibir toda la atención sanitaria de calidad que necesite, sin sufrir dificultades económicas. Este concepto se denomina cobertura sanitaria universal (CSU). Desde que se produjo este acuerdo, un grupo de organizaciones a nivel internacional se ha puesto en marcha en cada país para lograr el objetivo de CSU, incluido su país. Hacer un seguimiento de los avances ayuda a que los gobiernos asuman su responsabilidad respecto a los progresos hacia la cobertura sanitaria universal.

Como parte de este monitoreo, nos gustaría contar con el testimonio de personas que viven en su país. Creemos que estas historias individuales ayudarán a gobiernos y personas de todo el mundo a entender lo que la cobertura sanitaria universal puede suponer para las personas de su país. Le pedimos que nos haga llegar su testimonio porque nosotros consideramos que usted tiene una experiencia positiva y/o negativa que contar en relación al acceso a servicios de salud, la calidad de los servicios recibidos, o el gasto realizado por recibir dichos servicios.



Si está de acuerdo en hacernos llegar su historia, le pediremos tres fotografías en las que quede reflejada su experiencia con los servicios de salud recibidos y una explicación de lo que significan esas fotografías para usted. Cuando esté concluida puede remitirnos su historia a través del siguiente [enlace](#) o aquí: [Envío de Historia Cobertura Sanitaria Universal](#)

Puede enviarnos su historia en cualquier momento antes del **31 de agosto de 2021**.

Si está de acuerdo en enviarnos su historia, esta puede ser incluida en un perfil sobre el progreso de su país hacia una cobertura sanitaria universal, o en un informe sobre el progreso hacia la CSU a nivel mundial. Los perfiles estarán disponibles para el público general a través de una página web sobre cobertura sanitaria universal. Puede ver ejemplos de perfiles de país aquí: <https://www.uhc2030.org/what-we-do/knowledge-and-networks/uhc-data-portal/>.

Si tiene alguna duda sobre el monitoreo de la CSU, puede contactar con nosotros en cualquier momento en csem@msh.org o info@uhc2030.org.

¿Cómo elaboro mi historia?

Su narración debe dividirse en tres secciones, descritas a continuación. No es necesario que sea larga. Esta es su historia, cuéntela como le gustaría que sea escuchada. ¿Qué le gustaría que el mundo conociera a cerca de su experiencia?

Sección 1. Sobre usted:

- Describa brevemente quién es. Puede contar dónde vive, a qué se dedica, a cerca de su familia, su salud, su comida favorita, lo que hace para divertirse, o cualquier cosa que le gustaría que conociéramos sobre usted.
- Por favor escriba esta sección en 3 o 4 frases.

Sección 2. Su experiencia con los servicios de salud:

- Describa lo positivo y/o negativo de su experiencia en el momento de acceder a los servicios de salud, la calidad de los servicios recibidos, o el gasto realizado por recibir dichos servicios.
- Algunas cuestiones sobre las que puede escribir son: ¿Qué hizo que su experiencia fuera positiva o negativa? ¿En qué sentido esta experiencia fue diferente a otras experiencias que usted ha tenido con los servicios de salud?
- Si no lo desea, no es necesario que comparta información sobre la causa por la que necesitaba los servicios de salud.

Sección 3. Qué significa esta experiencia para usted:


- Haga tres fotografías con su cámara o móvil. Estas tres imágenes deberían representar los siguientes tres escenarios:
 - Foto 1: Acceso a los servicios de salud. Significa que usted debe poder recibir la atención sanitaria que necesita, cuando y donde la necesita.
 - Foto 2: Calidad de los servicios. Significa que la atención que recibe hace que mejore su salud y que recibe un trato correcto cuando recibe esos cuidados.
 - Foto 3: Coste y riesgo financiero. Significa que usted no experimenta una dificultad económica por el hecho de necesitar atención sanitaria.
- Las fotografías son un modo de mostrar cómo se siente a cerca de la experiencia vivida. Pueden ser fotos de objetos, escenas, personas, o lo que desee, sea creativo/a. No es necesario que sean fotos de usted.

- Por favor, asegúrese de tener el consentimiento de cualquier persona que aparezca en las fotografías para aparecer en las mismas y que sean publicadas.
- Una vez tenga las tres fotografías, nos gustaría que nos explicase con sus palabras qué significan esas imágenes para usted.
 - Piense a cerca de lo que representan esas fotografías. ¿Por qué las eligió? ¿Qué nos dice sobre su experiencia con los servicios de salud?
 - En la siguiente página puede encontrar algunos ejemplos de como otras personas han expresado los que sus fotografías significan para ellas.

Si ha terminado estas tres secciones ya está preparado/a para enviar su historia.

Ejemplos de como otras personas han expresado los que sus fotografías significan para ellas.

It's Like You're Handicapped
Elaine Gamble, 2006



This is a picture of my daughter's prosthetic limb. It helps her overcome her limitations. When you're living in poverty it is like you are handicapped because there are so many restrictions, so many limitations.

Someone can go in the store and buy a magazine or a shirt that they need for their kid. They can go ahead and buy it, but you can't, because you have to think about other things. You have to think, 'Well, if I buy that, then I can't pay my phone bill. If I buy that, then I can't get this for my kid.' You're always shortchanging. Sometimes my daughter needs something at school—a book fair or school function. She can't go or participate because I had to buy Pampers or wipes for the baby instead.

Es Como Si Estuvieras Discapacitada. Elaine Gamble, 2006.

Esta es una fotografía de la prótesis de una extremidad de mi hija. La ayuda a superar sus limitaciones. Cuando eres pobre es como si estuvieras discapacitada porque se presentan numerosas restricciones y numerosas limitaciones.

Cualquiera puede ir a la tienda a comprar una revista o una camiseta que necesita para sus hijos/as. Pueden ir y comprarla, pero tú no puedes, porque tienes que pensar también en otras cosas. Tienes que pensar, "Bueno, si compro esto no puedo pagar la factura del teléfono. Si compro lo otro, no puedo comprar esta otra cosa para mi hijo/a. Estás siempre saboteándote a ti misma. A veces mi hija necesita algo para el colegio, para la feria del libro o la función escolar. Y no puede ir o participar porque si lo hace yo no tengo para comprar pañales o toallitas para el bebé".

My Bike is My Car Genevieve Jones*, 2006



I cycle from about April to October as the weather allows and when I feel well enough to do so. I walk often, but this also takes better shoes that I cannot afford. Bus money is very limited. I hope Saskatoon soon passes at least a trial bus pass for a minimal amount for people in poverty, like Regina this past year.

Mi Bici es Mi Coche. Genevieve Jones*, 2006

Monto en bici desde abril hasta octubre, si el clima me lo permite, y cuando me encuentro lo suficientemente bien para hacerlo. A menudo voy caminando, pero eso también implica tener unos mejores zapatos que yo no puedo permitirme. Tengo muy poco dinero para coger el autobús. Tengo esperanzas de que en Saskatoon (ciudad canadiense) pase pronto al menos un autobús de prueba por una cantidad mínima de dinero para los pobres, como en Regina el año pasado.

Estos son ejemplos recopilados en el documento: Palibroda B, Krieg B, Murdock L, Havelock J. A guía práctica de fotovoz: compartiendo imágenes, contando historias, y cambiando comunidades.

Winnipeg: Prairie Women's Health Centre of Excellence; 2009.