



Demande d'aide au service de la psychologie et au service d'accompagnement en matière de violences à caractère sexuel

Je fréquente le campus : Limoilou ☐ Charlesbourg ☐

Date du jour : _____ Date de naissance : _____

Nom : _____ Prénom : _____

Adresse : _____

_____ Code postale : _____

Programme : _____ No D.A. : _____ Nb heures de cours : _____

Pouvons- nous laisser un message?

Téléphone : _____

Oui ☐ Non ☐

Courriel : _____

Oui ☐ Non ☐

Nature de votre demande

☐ Demande d’aide au service de la **psychologie**.

Est-ce que quelqu’un vous a référé au Service de la psychologie?

Oui ☐ Non ☐

Si oui, nom du référent : _____

Fonction : _____

☐ Demande au service d’accompagnement en matière de **violences à caractère sexuel** (VCS).

Est-ce que quelqu’un vous a référé au Service d’accompagnement en matière de violence à caractère sexuel?

Oui ☐ Non ☐

Si oui, nom du référent : _____

Fonction : _____

☐ Autres demandes : _____

Motifs de consultation

Cochez, le ou les motifs qui s’appliquent

Je traverse des moments difficiles liés à :

- ☐ Ma réussite scolaire (gestion de temps, motivation, métier d’étudiant...)
- ☐ Problèmes relationnels (amour, amis, parents...)
- ☐ Deuil
- ☐ Rupture
- ☐ Je m’inquiète pour un proche
- ☐ Évènements circonstanciels

J’éprouve un ou des symptômes suivants :

- | | | |
|--|--|--|
| ☐ Anxiété/inquiétude | ☐ Fatigue | ☐ Tristesse et pleurs |
| ☐ Difficulté de concentration | ☐ Insomnie | ☐ Irritabilité |
| ☐ Consommation | ☐ Retrait social et isolement | ☐ Problème de santé |

Mentionnez dans vos propres mots pourquoi vous faites aujourd’hui une demande d’aide :

Afin de nous aider à évaluer votre demande,
pourriez-vous cocher la (les) phrase(s) qui décrit(vent) le mieux votre situation.

Difficultés	0	1	2	3	4
Idées suicidaires	☐ Non applicable	☐ J'ai des idées suicidaires, mais sans intention de passer à l'acte.	☐ J'ai des idées suicidaires, mais je n'ai pas déterminé de moment précis pour passer à l'acte.	☐ Je pense sérieusement au suicide, mais je ne passerai pas à l'acte immédiatement (dans les 48 prochaines heures).	☐ Je risque de me suicider d'un moment à l'autre.
	Avez-vous eu des idées suicidaires durant la dernière année? ☐ Oui ☐ Non				
Violence	☐ Non applicable	☐ Je crains de subir de la violence. ☐ J'ai déjà subi de la violence dans le passé.	☐ Je subis de la violence et je désire m'en sortir, car cela m'affecte et nuit à mon fonctionnement.	☐ Je subis de la violence et je ne crains pas pour ma sécurité physique actuellement, mais je n'en peux plus.	☐ Je subis de la violence et, aujourd'hui, je crains pour ma sécurité si je retourne à la maison.
Violence à caractère sexuel (VCS)	☐ Non applicable	☐ Je crains de subir de la VCS.	☐ J'ai déjà subi de la VCS il y a plus d'un an.	☐ J'ai subi de la VCS dans la dernière année.	☐ J'ai subi de la VCS aujourd'hui ou dans les jours derniers.
	La personne mise en cause fréquente-t-elle le Cégep Limoilou? ☐ Oui ☐ Non				
Fonctionnement général		☐ Je fonctionne généralement bien , mais j'ai certaines difficultés qu'il me faut régler et j'ai besoin d'aide.	☐ Je suis moins efficace que d'habitude dans une ou plusieurs sphères de ma vie.	☐ Je fonctionne très difficilement depuis quelque temps. J'ai abandonné plusieurs activités (sorties, sports, cours).	☐ Je suis totalement incapable de fonctionner depuis quelque temps (incapacité de réfléchir, très ralenti, ou agité, pensées illogiques).
Angoisse	☐ Non applicable	☐ Je vis des crises d'anxiété depuis longtemps et je fonctionne généralement bien , mais je veux régler ce point.	☐ Depuis quelque temps, je fais des « crises d'anxiété » et cela perturbe mon fonctionnement.	☐ Dans la dernière semaine , j'ai vécu une « crise d'anxiété » sévère et depuis je suis constamment inquiet(ète) que ça recommence et/ou j'évite certains endroits.	☐ Je n'arrive plus à me contrôler et suis incapable de fonctionner actuellement.

Pouvez-vous nous indiquer les autres services que vous avez déjà utilisés ou que vous utilisez présentement au collège.

- ☐ Service d’orientation
- ☐ Service d’aide financière et d’action communautaire
- ☐ Centre d’aide à la réussite
- ☐ Psychologie
- ☐ Services adaptés
- ☐ Autres, précisez : _____

Avez-vous déjà consulté ou consultez-vous actuellement un intervenant à l’extérieur du Cégep Limoilou? Oui ☐ Non ☐

Avez-vous un médecin de famille? Oui ☐ Non ☐

Planification de la rencontre

À noter que selon la disponibilité des intervenants, nous offrons les rencontres en présentiel* ou en ligne.
*Selon l’évolution des balises de la Santé publique.

Mettre toutes vos disponibilités afin de rencontrer un intervenant

Lundi		Mardi		Mercredi		Jeudi		Vendredi	
☐ 9 h	☐ 13 h	☐ 9 h	☐ 13 h	☐ 9 h	☐ 13 h	☐ 9 h	☐ 13 h	☐ 9 h	☐ 13 h
☐ 10 h	☐ 14 h	☐ 10 h	☐ 14 h	☐ 10 h	☐ 14 h	☐ 10 h	☐ 14 h	☐ 10 h	☐ 14 h
☐ 11 h	☐ 15 h	☐ 11 h	☐ 15 h	☐ 11 h	☐ 15 h	☐ 11 h	☐ 15 h	☐ 11 h	☐ 15 h

Nous vous contacterons dans les 24 h à 48 h par MIO pour convenir du moment et l’heure de ce premier rendez-vous (Applicable du **lundi au vendredi entre 9 h - 12 h et 13 h - 16 h 30**).

Pour une situation d’urgence demandant une intervention immédiate, nous vous rappelons les ressources suivantes :

- Centre de prévention du suicide de Québec
418-693-4588 (24/7)
- Centre de crise de Québec
418-688-4240 (24/7)
- Info-Santé/Info-Social
811 (24/7)

Dans la lignée de la mission éducative du Cégep Limoilou, pour soutenir mon développement personnel et favoriser la réussite de mon projet de formation :

J’autorise que les renseignements nominatifs recueillis servent à des fins de gestion de dossier et d’élaboration de statistiques. S’il y a lieu, il peut s’agir d’une permission de transmettre les informations nécessaires au bon suivi de ma demande d’aide.

Ce consentement est valide pour une période d’un (1) an, débutant à la date de la signature.

Initiales et numéro d’admission (D.A.)

Date

*Ces informations s’adressent uniquement au service de consultation.
Soyez assuré(e) que votre demande sera traitée en toute confidentialité et dans les meilleurs délais.*

Merci et au plaisir vous rencontrer!

L'équipe du Service de la psychologie du Cégep Limoilou

- Orientation psychologie Limoilou
- Orientation psychologie Charlesbourg