

Identification des personnes à risque de vulnérabilité psychosociale

Outils de repérage des impacts psychosociaux dans le
cadre de la pandémie (COVID-19)

Document évolutif
Mise à jour : 26 novembre 2020

Juin 2020

Le genre masculin utilisé dans le document désigne aussi bien les femmes que les hommes.

Les personnes ayant participé à l'élaboration de ce document sont identifiées dans la dernière section « Historique ».

© Centre intégré de santé et de services sociaux de la Montérégie-Ouest, juin 2020.
Reproduction autorisée avec mention de la source.

Table des matières

LISTE DES ABRÉVIATIONS ET DES ACRONYMES	4
AVANT-PROPOS	5
INTRODUCTION	6
1. CHAMPS D'APPLICATION	7
2. BUT	7
3. OBJECTIFS	7
4. MODALITÉS	7
5. INTERVENANTS CONCERNÉS.....	7
6. RÔLES ET RESPONSABILITÉS.....	7
6.1. Identification des personnes à risque de vulnérabilité psychosociale	8
6.2. Les symptômes de stress normaux et la détresse psychologique	9
6.3. Les concepts de vulnérabilité utilisés lors du développement de l'outil de repérage	10
7. RESSOURCES NÉCESSAIRES.....	12
8. CONCLUSION	12
9. LISTE DES ANNEXES	12
10. RÉFÉRENCES.....	13
ANNEXE A LISTE DES OUTILS POUR LA SURVEILLANCE POST-SINISTRES DES IMPACTS SUR LA SANTÉ MENTALE - INSPQ	19

Liste des abréviations et des acronymes

CISSS	Centre intégré de santé et de services sociaux
MSSS	Ministère de la Santé et des Services sociaux
SAC	Spécialiste en activités cliniques

Avant-propos

Le Centre intégré de santé et de services sociaux (CISSS) de la Montérégie-Ouest emploie près de 8 850 personnes et 560¹ médecins à travers plus de 120 installations. Il offre des services généraux et des soins courants de première ligne et se dédie également aux services spécialisés en milieux hospitaliers, en centres d'hébergement et en centres de réadaptation. À ce titre, le CISSS de la Montérégie-Ouest a des responsabilités régionales pour la réadaptation physique, la déficience intellectuelle, le trouble du spectre de l'autisme et la dépendance.

La mission du CISSS de la Montérégie-Ouest, en lien avec celle du ministère de la Santé et des Services sociaux (MSSS), consiste à maintenir, améliorer et restaurer la santé et le bien-être de la population québécoise en rendant accessible un ensemble de services de santé et sociaux intégrés et de qualité, contribuant ainsi au développement social et économique du Québec.

¹ Total des médecins ayant les privilèges de pratiquer dans l'établissement.

Introduction

Le contexte de pandémie relié à la COVID-19 a des impacts importants sur la santé et le niveau de bien-être de notre population. Plusieurs personnes ont les ressources leur permettant de faire face à ces répercussions. Cependant, certaines sont touchées plus gravement sur les plans physiologique et psychologique. Dans un contexte pandémique, les niveaux de stress ressentis augmentent dans la population et peuvent entraîner des problèmes d'adaptation, une détérioration de l'état de santé, de l'épuisement, de l'inquiétude et de la déprime. Aux défis constatés sur le plan des impacts psychosociaux, il est également primordial de considérer les répercussions d'ordre socioéconomique (perte d'emploi, hausse des prix des biens et services, etc.).

Le CISSS de la Montérégie-Ouest et les partenaires de la santé et des services sociaux sont amenés à agir collectivement dans le repérage proactif des personnes à risque de détresse significative ou de chronicisation qui pourrait perdurer dans le temps.

Veuillez prendre note que ce guide a été rédigé dans le contexte de la pandémie de la COVID-19. Ce dernier est évolutif et il pourrait être appelé à être mis à jour, au besoin.

1. Champs d'application

En mars 2020, alors que la pandémie débutait au Québec, le Ministère a mis en place un Plan québécois de lutte contre la pandémie de COVID-19. Parmi les actions à poser, le repérage des personnes à risque de vulnérabilité psychosociale devient prioritaire afin d'assurer à ces personnes un accès aux services essentiels et adapté à leurs besoins.

Pour soutenir les efforts d'identification de ces divers groupes de personnes à risque, la Direction des programmes dédiés aux personnes, aux familles et aux communautés (DGPPFC) et la Direction générale des aînés et des proches aidants (DGAPA) du ministère de la Santé et des Services sociaux (MSSS) ont produit une trousse pour soutenir les établissements du réseau de la santé et des services sociaux dans le processus de préparation et d'intervention psychosociale en contexte de pandémie. L'outil de repérage des personnes à risque de développer est en corrélation avec cette trousse.

2. But

Ce document a pour but de présenter les concepts utilisés lors du développement de l'outil de repérage des impacts psychosociaux dans le contexte de la pandémie de la COVID-19, afin de repérer, selon des critères communs, les personnes vulnérables et à risque de vivre de la détresse psychologique.

3. Objectifs

- Identifier les personnes plus à risque de vivre une détresse psychologique en contexte de pandémie ;
- Repérer les personnes présentant des symptômes de stress normaux et des symptômes de détresse psychologiques ;
- Clarifier les concepts de vulnérabilité utilisés lors du développement de l'outil de repérage ;
- Outiller les intervenants à repérer les usagers nécessitant un soutien psychosocial selon les trois types de vulnérabilités soit : la fragilisation, la défavorisation et l'exposition.

4. Modalités

La grille de repérage en contexte de pandémie se veut un outil de travail pour soutenir l'analyse de l'intervenant lors l'identification des personnes présentant une vulnérabilité accrue sur le plan psychosocial, et devant faire l'objet d'une attention particulière.

5. Intervenants concernés

Ce guide s'adresse aux gestionnaires, au personnel assumant des fonctions d'encadrement (ex. : chef, SAC, coordonnateur clinique, etc.) et aux professionnels travaillant auprès des clientèles des programmes-services de proximité ou spécialisés.

6. Rôles et responsabilités

L'ensemble des directions cliniques a procédé à un premier repérage de leur clientèle vulnérable dès le début de la pandémie. Ce repérage avait pour but de connaître les besoins, d'effectuer une mise en priorité des personnes qui devaient faire l'objet d'une attention particulière et recevoir des services de manière prioritaire.

Depuis mars 2020, la population du Québec a vécu de façon accélérée les premières phases de la pandémie. La mise en place des services a permis d'anticiper les étapes à venir, d'organiser les ressources, et d'y apporter des interventions et actions concrètes. Actuellement, il est observé que nous entrons dans une phase de rétablissement et de déconfinement, mais l'impact de la pandémie, pour certaines personnes demeure toujours présent. D'ailleurs la phase de rétablissement et de reprise des activités peut faire apparaître, chez des personnes considérées vulnérables des problèmes psychologiques plus importants. Le repérage des personnes fragilisées, exposées et défavorisées demeure important afin de bien cibler les besoins de la population, et d'adapter le soutien psychosocial offert.

6.1. Identification des personnes à risque de vulnérabilité psychosociale

L'identification des personnes à risque de vulnérabilité psychosociale est une responsabilité de tous les intervenants peu importe leur titre d'emploi. Selon les informations recueillies par les différentes directions cliniques, le premier repérage a soulevé des inquiétudes surtout au niveau des besoins de bases tels : les difficultés de se procurer des aliments, les besoins de répit et gardiennage et le soutien aux ressources du milieu pour maintenir ou augmenter leurs services à la population. Le suivi des besoins psychosociaux reliés au stress était peu présent étant donné la prédominance de l'attention portée aux besoins physiologiques, secondaire à la nature de la crise.

Malgré les mesures mises en place pour s'assurer que les personnes puissent rejoindre les intervenants en cas de détérioration de leur santé psychologique, il est présumé que certaines personnes n'auront pas tendance à aller chercher l'aide dont elles ont besoin par elles-mêmes. Il demeure important, dans cette phase de rétablissement et de reprise des activités, d'évaluer les besoins psychosociaux de la population et de repérer de façon proactive les personnes davantage à risque de présenter des difficultés psychosociales.

On pense entre autres aux personnes qui sont d'autant plus à risques de développer des symptômes de stress, anxiété et déprime plus importants en raison de leurs caractéristiques individuelles, de leur vulnérabilité préexistante ou encourus par le contexte de la pandémie, tels :

- Personnes âgées et celles avec des maladies chroniques
- Personnes une déficience physique (DP), une déficience intellectuelle (DI) ou un trouble du spectre de l'autisme (TSA)
- Personnes en besoin de supervision ou d'assistance pour conserver leur autonomie
- Personnes recevant des services de soutien à domicile (SAD)
- Femmes enceintes et nouveau-nés
- Enfants, adolescents, jeunes en difficulté
- Personnes présentant un trouble mental fréquent ou à risque de détresse psychologique d'utilisation de substances
- Personnes présentant un trouble mental grave combiné à des difficultés de fonctionnement
- Personnes consommatrices de substances psychoactives (SPA) ou présentant un trouble lié à l'usage de substances (TUS) et personnes en situation d'itinérance ou à risque de le devenir ;
- Personnes vivant seules ou dont le réseau social est faible
- Personnes vivant avec d'autres personnes vulnérables
- Personnes qui ont perdu leur emploi, qui ont de la difficulté à répondre à leurs besoins de base, des soucis importants pour leur futur
- Personnes qui ne maîtrisent pas la langue officielle
- Personnes qui ont perdu un être cher du COVID-19
- Personnes proches aidantes sans égard à l'âge ou à la nature de l'incapacité de la personne qu'elles soutiennent
- Personnes qui travaillent ou aident à répondre aux besoins de la population en contexte de la COVID-19 (ex. : les soignants)
- Personnes qui ont déjà expérimenté un événement traumatique
- Etc.

6.2. Les symptômes de stress normaux et la détresse psychologique

La situation actuelle de pandémie est une réalité inhabituelle et particulière qui amène chacun d'entre nous à vivre un certain niveau de stress. En fait, selon la neuroscientifique Sonia Lupien, un seul (ou plus) des quatre critères suivants peut causer un état de stress soit : la nouveauté d'un contexte, l'imprévisibilité, l'impression de menace à l'intégrité de la personne ou de son égo et l'absence d'un sentiment de contrôle sur la situation. Par conséquent, on observe que le contexte de la pandémie est nouveau, était imprévisible, est une menace réelle sur l'intégrité de la personne et il existe peu de moyens de contrôler son évolution à l'exception des mesures sanitaires mises en place. Le stress vécu **est donc tout à fait normal**.

Les réactions au stress peuvent se manifester de plusieurs manières chez une personne et même fluctuer dans le temps entre des symptômes physiques, psychologiques, émotionnels et comportementaux.

Tableau I
Exemples de réactions adaptées devant le stress actuel qu'engendre la pandémie

SUR LE PLAN PHYSIQUE	SUR LES PLANS PSYCHOLOGIQUE ET ÉMOTIONNEL	SUR LE PLAN COMPORTEMENTAL
• Maux de tête, tensions dans la nuque • Problèmes gastro-intestinaux, maux de ventre • Difficultés de sommeil ou changements dans les habitudes de sommeil • Diminution de l'appétit ou changement dans les habitudes • Diminution de l'énergie et sensation de fatigue • Problèmes de santé chroniques pouvant empirer • Etc.	• Inquiétudes et insécurité en lien avec le virus pour sa propre santé et pour leurs proches • Sentiment d'être dépassé par les événements, impuissance • Avoir un discours intérieur n'étant pas toujours le reflet de la réalité • Vision négative des choses ou des événements quotidiens • Présence de sentiments de découragement, d'insécurité, de tristesse, de colère • Etc.	• Difficultés de concentration • Irritabilité, agressivité • Pleurs • Isolement, repli sur soi • Difficulté à prendre des décisions • Augmentation de la consommation d'alcool, de drogues et de médicaments • Etc.

Source : MSSS, 2020, Stress, anxiété et déprime associés à la maladie à coronavirus COVID-19

La majorité des personnes auront recours à leurs ressources internes et à un soutien social suffisant et adéquat pour faire face au stress vécu dans le cadre de la pandémie. Dans ces circonstances, les symptômes ressentis ne seront que passagers.

Cependant, d'autres personnes vivront davantage de répercussions et pourront être plus à risque de détresse psychologique et présenter des symptômes plus importants. Ces derniers pourraient devenir plus envahissants, se chroniciser et entraver le fonctionnement de la personne.

Tableau II
Signes et symptômes qui pourraient s'apparenter à des indices de stress aigu ou post-traumatique

SYMPTÔMES PHYSIQUES	SYMPTÔMES PSYCHOLOGIQUES ET ÉMOTIONNELS	SYMPTÔMES COMPORTEMENTAUX
• Sensation d'étouffer, cœur qui bat plus vite, étourdissements, nausées • Difficultés de sommeil importantes • Diminution de l'appétit marquée, pouvant être associée avec une perte de poids	• Anxiété et peurs envahissantes • Sensation de panique lorsque vous entendez parler du virus • Pensées négatives envahissantes • Incapacités d'éprouver des émotions	• Difficulté à assumer les tâches quotidiennes • Surveillance constante des symptômes reliés au virus • Évitement de toute personne extérieure de la maison en raison d'une crainte de contagion • Pleurs intenses et fréquents

Identification des personnes à risque de vulnérabilité psychosociale

SYMPTÔMES PHYSIQUES	SYMPTÔMES PSYCHOLOGIQUES ET ÉMOTIONNELS	SYMPTÔMES COMPORTEMENTAUX
• Manque d'énergie, fatigue marquée et épuisement • Rêves répétitifs à propos de l'événement • Respiration rapides • Tremblements, frissons • Transpiration excessive	• Perte de plaisir et manque d'intérêt envers les activités que vous avez l'habitude d'apprécier • Réduction nette de l'expression d'émotions positives • Réduction nette pour l'intérêt à des activités importantes • Augmentation de la fréquence des états émotionnels négatifs (craintes, culpabilité, tristesse, honte, confusion) • Souvenir répétitifs, involontaires envahissant provoquant un sentiment de détresse • Réactions dissociatives (ex : flashback) impression de revivre le traumatisme • Augmentation de sentiment du détresse lorsque réexposée à une situation ou lors d'un stimulus rappelant un événement difficile	• Manque ou difficulté de concentration • Abus d'alcool, de drogues ou de médicaments • Réaction de sursaut exagérée • Retrait social • Irritabilité, accès de colère, agressivité marquées et conflits avec l'entourage • Efforts pour éviter les souvenirs liés à l'événement • Efforts pour éviter les rappels externes qui réveillent des souvenirs liés à l'événement • Efforts pour éviter des activités ou endroits qui réveillent les souvenirs associés à l'événement • Efforts pour éviter les personnes, les conversations qui éveillent les souvenirs associés à l'événement • Altération de la perception de la réalité, de son environnement ou de soi-même • Incapacité de se rappeler un aspect important lié à l'événement

6.3. Les concepts de vulnérabilité utilisés lors du développement de l'outil de repérage

Le repérage est une des actions prévues au plan de lutte contre la pandémie, qui vise à identifier les personnes vulnérables présentant un profil de **fragilisation**, de **défavorisation** ou de **d'exposition** aux diverses répercussions de la pandémie.

L'outil de repérage a été créé afin de soutenir les intervenants et les partenaires communautaires à l'identification des personnes à risque de détresse psychologique selon les trois concepts de vulnérabilité.

Pour les intervenants de la santé et des services sociaux, cette grille de repérage est destinée à être utilisée comme un outil de travail permettant un survol des aspects importants à intégrer à leur évaluation régulière et soutenir leur analyse des besoins, la priorisation ainsi que les services à mettre en place. Bien entendu, l'outil proposé n'est pas le seul outil qui peut être utilisé, il peut soulever des problématiques qui nécessiteront la passage d'autres outils standardisés des symptômes de dépression, anxiété, ÉSPT, d'évaluation du risque suicidaire, etc.



Fig. 1 – Concepts de vulnérabilité



La **fragilisation** fait référence à la vulnérabilité des personnes sur les plans de la santé physique et psychologique.

La fragilité de leur condition influence leur stabilité émotionnelle et leur capacité à faire face au stress.

Dans les faits, des événements stressants comme une pandémie peuvent provoquer chez ces personnes une réaction émotionnelle plus forte et une désorganisation transitoire ou durable.



La **défavorisation** fait référence à la vulnérabilité des personnes sur les plans économique, financier et social.

Sur le plan économique et financier, plusieurs personnes auront de la difficulté à composer avec les répercussions économiques de la pandémie. La pandémie peut provoquer une augmentation du stress à cause du ralentissement économique (d'où des inquiétudes liées à l'emploi) et de la hausse des prix des biens et services de première nécessité, comme les aliments et le transport.

Sur le plan social, certaines personnes sont aussi défavorisées en raison de leur situation (faible réseau social, isolement, soutien déficient des proches, etc.).



L'**exposition** fait référence aux facteurs de stress auxquels les personnes sont confrontées. Plus les facteurs de stress sont intenses et nombreux, plus le risque augmente que les ressources personnelles des individus ne puissent suffire à maintenir leur équilibre.

Ces personnes seront plus vulnérables que d'autres quant à leur bien-être. C'est le cas, notamment, des travailleurs de la santé et des services sociaux, des personnes qui prendront soin des membres de leur famille, des personnes directement exposées à la maladie, etc. Leur exposition au virus pandémique entraîne une augmentation du stress, dont la peur d'en mourir.



Fig. 2 – Les 3 degrés d'exposition

7. Ressources nécessaires

N/A

8. Conclusion

L'évaluation des besoins émotionnels et sociaux de la population est un incontournable pour connaître l'ampleur et les conséquences de la pandémie, afin d'orienter les personnes vers les bons services et de cibler les interventions de soutien psychosocial à déployer.

À titre d'intervenant, vous devez également rester sensible à votre propre stress de compassion et au traumatisme vicariant. Demeurez attentif à vos sentiments, émotions et réactions, et donnez-vous la permission de les exprimer et d'aller chercher de l'aide au besoin. Rappelez-vous d'appliquer les stratégies gagnantes que vous prônez.

Le document [Repères d'intervention en contexte de pandémie](#) Annexe I et Annexe II, rappelle des moyens de protection et pièges à éviter pour l'intervenant psychosocial ainsi que les points de vigilance si vous êtes également touché. Nous vous invitons à consulter ce document.

9. Liste des annexes

- | | |
|-----------------|---|
| ANNEXE 1 | Outil de travail- Repérage des impacts psychosociaux dans le cadre de la pandémie COVID-19 |
| ANNEXE A | Liste des outils pour la surveillance post-sinistre des impacts sur la santé mentale- INSPQ |

10. Références

- Centre intégré universitaire de la santé et des services sociaux du Saguenay-Lac-Saint-Jean- Centre de recherche appliquée en intervention psychosociale *Repères d'intervention psychosociale en contexte de pandémie* (Mai 2009 révisé mars 2020).
<http://extranet.santemonteregie.qc.ca/userfiles/file/sante-publique/la-direction/3-reperes-intervention-pandemie.pdf>
- Institut national d'excellence en santé et en services sociaux (INESSS) Réponse rapide- COVID-19 et les services sociaux et de santé mentale à maintenir, à remettre en place ou à déployer auprès de la population générale lors de la phase rétablissement de la pandémie (Avril 2020)
https://www.inesss.qc.ca/fileadmin/doc/INESSS/COVID-19/COVID-19_retablissement.pdf
- Le Manuel Merck, Version pour professionnels de la santé, Trouble de stress post-traumatique (TSPT) – Symptômes https://www.merckmanuals.com/fr-ca/accueil/troubles-mentaux/anxi%C3%A9t%C3%A9-et-troubles-li%C3%A9s-au-stress/trouble-de-stress-post-traumatique-tspt#v39683286_fr
- Ministère de la Santé et des Services sociaux (MSSS), *Trousse portant sur l'identification des personnes à risque de vulnérabilité psychosociale*, Direction générale des programmes dédiés aux personnes, aux familles et aux communautés (DGPPFC), Direction générale des aînés et des proches aidants (DGAPA), PLAN QUÉBÉCOIS DE LUTTE CONTRE UNE PANDÉMIE DE COVID-19 MISSION-SANTÉ, Mars 2020 <https://publications.msss.gouv.qc.ca/msss/document-002505/>
- Ministère de la Santé et des Services sociaux (MSSS), PSY L0204 - Vulnérabilité psychosociale et repérage de la clientèle - Programme de formation (2006)
https://publications.msss.gouv.qc.ca/msss/fichiers/formation-pandemie/PSY-L0204_vulnerabilite_psychosociale_et_reperage_de_la_clientele.pdf
- Ministère de la Santé et des Services sociaux (MSSS) *Stress, anxiété et déprime associés à la maladie à coronavirus COVID-19* (2020) <https://publications.msss.gouv.qc.ca/msss/fichiers/2019/19-210-14W.pdf>
- Publication Québec, État de stress post-traumatique (ESPT) (Dernière mise à jour : 30 octobre 2018)
<https://www.quebec.ca/sante/problemes-de-sante/sante-mentale-maladie-mentale/trouble-stress-post-traumatique/>
- Université de Sherbrooke, Stéphan Lavoie, inf., Ph.D (Webinaire Covid-19 : Comment minimiser les conséquences du stress auprès des intervenants de la santé Avril 2020)

COORDONNÉES DE L'USAGER			
PRÉNOM	NOM	DATE	N° DE DOSSIER
INFORMATIONS SOCIODÉMOGRAPHIQUES			
GENRE : H ☐ F ☐ ÂGE : ☐ 14-19 ☐ 20-39 ☐ 40-49 ☐ 50-59 ☐ 60-69 ☐ 70-84 ☐ 85 +			
MILIEU DE VIE : ☐ MAISON ☐ CONDO / APPARTEMENT ☐ RPA ☐ RTF ☐ RI ☐ CHSLD ☐ RAC ☐ SDF			
SITUATION DE VIE : ☐ COUPLE ☐ FAMILLE → ☐ NUCLÉAIRE ☐ RECOMPOSÉE ☐ MONOPARENTALE ☐ VIT SEUL(E) → Poursuivez à la sous-section Questions générales ☐ VIT AVEC UNE PERSONNE APPARENTÉE ☐ VIT AVEC UNE PERSONNE VULNÉRABLE			
ENFANT(S) À CHARGE : ☐ O/S ☐ 0 (À VENIR) ☐ 1 ☐ 2 ☐ 3 ☐ 4 DPA : ÂGE : ÂGE : ÂGE : ÂGE :			
QUESTIONS GÉNÉRALES			
Quel moyen utilisez-vous pour vous informer en lien avec la pandémie?		☐ Télévision ☐ Appels téléphoniques ☐ Médias sociaux ☐ Autres : ☐ Radio ou journaux	
Pendant la pandémie, avez-vous eu accès aux services de votre communauté?		☐ Non ☐ Transport ☐ Organisme communautaire ☐ Oui → ☐ Service de garde ☐ Autre :	
Avez-vous été en isolement volontaire ou obligatoire en lien avec la COVID-19?		☐ Non ☐ Contact physique étroit avec pers positif COVID-19 ☐ Oui → ☐ Symptômes reliés à la COVID-19 ☐ Test de COVID-19 positif ☐ Âgé de 70 ans et plus ☐ Condition médicale à risque ☐ Autre :	
Actuellement, comment évaluez-vous le degré de difficulté d'être confiné?		☐ Très facile ☐ *Parfois difficile ☐ Plutôt facile ☐ *Toujours difficile ☐ Équivalent	
Avez-vous l'impression que le confinement a entraîné une détérioration de votre santé physique, votre mobilité ou votre santé mentale?		☐ Non ☐ *Oui	
Êtes-vous en processus d'immigration ou avez-vous récemment immigré au Canada? (< 24 mois)		☐ Non ☐ *Oui	
QUESTIONS EN LIEN AVEC LES IMPACTS PSYCHOSOCIAUX			
Relations familiales et sociales			
Êtes-vous présentement aux études?		☐ Non → Poursuivez à la question suivante ☐ Oui	
• Avez-vous maintenu un lien avec votre école pendant la pandémie?		☐ *Non ☐ Début d'un travail ☐ Pas accès aux appareils informatiques requis ☐ Pas reçu d'indications suffisantes	
		☐ Oui ☐ Avec le soutien parental ☐ Contacts fréquents de la part du milieu scolaire ☐ Poursuite des cours en ligne	

	☐ Autre :	☐ Autre :																									
Avez-vous maintenu des relations amicales pendant le confinement?	☐ Non ☐ Pas d'amis significatifs ☐ *Perte de contact ☐ N'en ressent pas le besoin ☐ *Aucun moyen pour communiquer ☐ Autre :	☐ Oui ☐ Réseaux sociaux ☐ Visio (ex. : FaceTime) ☐ Téléphone ☐ Messagerie texte ☐ Rencontre en personne ☐ Autre :																									
Avez-vous débuté une relation amoureuse avant la pandémie?	☐ Non → Poursuivez à la question suivante ☐ Oui																										
Dans le cas où vous n'habitez pas avec cette personne, avez-vous eu de la difficulté à maintenir votre relation?	☐ N'en ressent pas le besoin ☐ Perte de contact volontaire ☐ *Distance en raison des restriction sanitaires ☐ *Refus de l'autorité parentale ☐ Autre :	☐ Oui ☐ Réseaux sociaux ☐ Visio (ex. : FaceTime) ☐ Téléphone ☐ Messagerie texte ☐ Rencontre en personne ☐ Autre :																									
Avez-vous dû venir seul à un événement/célébration significatif ou avez-vous subi l'annulation d'un rendez-vous qui était important?	☐ Non → Poursuivez à la question suivante ☐ * Oui → ☐ Report d'un RV médical ou chirurgie ☐ Annulation d'un événement (bal des finissants, événement sportif/culturel, voyage, etc.) ☐ Annulation d'une célébration (naissance, mariage, etc.) ☐ Autre :																										
Comment évaluez-vous l'impact de l'annulation ou du report de cet événement sur votre état psychologique?	☐ Très facile ☐ Plutôt facile ☐ Équivalent ☐ *Parfois difficile ☐ *Toujours difficile																										
Comment évaluez-vous le soutien de votre entourage? (Ex. : volet communauté = appel de courtoisie, services de la ville, etc.)		<table border="1"> <thead> <tr> <th></th> <th>Très aidant</th> <th>Aidant</th> <th>*Peu aidant</th> <th>S/O</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Famille</td> <td>☐</td> <td>☐</td> <td>☐</td> <td>☐</td> </tr> <tr> <td>Amis</td> <td>☐</td> <td>☐</td> <td>☐</td> <td>☐</td> </tr> <tr> <td>Communauté</td> <td>☐</td> <td>☐</td> <td>☐</td> <td>☐</td> </tr> </tbody> </table>		Très aidant	Aidant	*Peu aidant	S/O	Famille	☐	☐	☐	☐	Amis	☐	☐	☐	☐	Communauté	☐	☐	☐	☐					
	Très aidant	Aidant	*Peu aidant	S/O																							
Famille	☐	☐	☐	☐																							
Amis	☐	☐	☐	☐																							
Communauté	☐	☐	☐	☐																							
Comment décririez-vous vos relations avec votre entourage depuis le début de la pandémie?		<table border="1"> <thead> <tr> <th></th> <th>*Moins bonnes</th> <th>Stables</th> <th>Meilleures</th> <th>S/O</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Familles</td> <td>☐</td> <td>☐</td> <td>☐</td> <td>☐</td> </tr> <tr> <td>Conjoint/e</td> <td>☐</td> <td>☐</td> <td>☐</td> <td>☐</td> </tr> <tr> <td>Amis</td> <td>☐</td> <td>☐</td> <td>☐</td> <td>☐</td> </tr> <tr> <td>Au travail</td> <td>☐</td> <td>☐</td> <td>☐</td> <td>☐</td> </tr> </tbody> </table>		*Moins bonnes	Stables	Meilleures	S/O	Familles	☐	☐	☐	☐	Conjoint/e	☐	☐	☐	☐	Amis	☐	☐	☐	☐	Au travail	☐	☐	☐	☐
	*Moins bonnes	Stables	Meilleures	S/O																							
Familles	☐	☐	☐	☐																							
Conjoint/e	☐	☐	☐	☐																							
Amis	☐	☐	☐	☐																							
Au travail	☐	☐	☐	☐																							
Depuis le début de la pandémie, est-ce qu'il arrive que vous ou un membre de votre famille perdiez patience plus facilement (saute d'humeur, colère, etc.) envers un membre de la famille?	☐ Non ☐ *Oui, à tous les jours ☐ Oui, occasionnellement ☐ *Oui, je souhaiterais obtenir de l'aide ☐ Oui, plus souvent																										
Est-ce que vous vous sentez en sécurité avec vos proches?	☐ * Non → ☐ Oui	Encouragez la personne à contacter SOS violence conjugale 1 800 363-9010 (24/7) ou info-social (811)																									
Deuil																											
Est-ce que vous connaissiez une personne qui est décédée pendant la pandémie?	☐ Non ☐ * Oui →	☐ Parent (mère, père) ☐ Enfant ☐ Famille élargie ☐ Ami(e) ☐ Connaissance ☐ Autre :																									
Est-ce que vous auriez souhaité accompagner cette personne en fin de vie sans avoir eu l'occasion de le faire?	☐ Non ☐ * Oui ☐ Commentaires :																										

Est-ce qu'il vous a été possible de vivre un rituel de deuil malgré les restrictions sanitaires dues à la pandémie?	☐ *Non ☐ Oui ☐ Commentaires :	
Est-ce que vous éprouvez de la difficulté à vous adapter à ce deuil?	☐ Non ☐ *Oui ☐ Commentaires :	
Stress, anxiété et déprime		
Depuis le début de la pandémie, avez-vous vécu des symptômes de stress, anxiété ou de déprime?	☐ Non → Poursuivez à la question suivante ☐ *Oui → ☐ Difficulté à dormir et/ou fatigue ☐ Manque ou ↑ d'appétit ☐ Irritabilité et/ou colère ☐ Tristesse et/ou déprime ☐ Inquiétudes et/ou peurs ☐ Nervosité ☐ Difficulté de concentration ☐ Autre :	
Est-ce que les mesures de confinement font augmenter vos symptômes?	☐ Non ☐ *Oui	
Comment évaluez-vous votre santé mentale?	☐ Stable ☐ Instable ☐ Détériorée ☐ Améliorée	
Votre médecin vous a-t-il diagnostiqué un problème de santé mentale dans la dernière année?	☐ Non ☐ *Oui	
Avez-vous eu un suivi avec un professionnel pour une raison de détresse psychologique dans les 2 dernières années?	☐ Non ☐ *Oui	
Est-ce qu'un proche vous a conseillé de demander de l'aide dans les 6 derniers mois?	☐ Non ☐ *Oui	
Depuis le début de la pandémie, comment décrivez-vous votre consommation d'alcool, de drogue ou de jeux?	☐ Aucune consommation ☐ ↑ Consommation ☐ Arrêt de consommation ☐ Consommation habituelle ☐ Rechute récente ☐ Crainte d'une rechute	
Est-ce qu'il vous arrive de penser au suicide?	☐ Non ☐ *Oui, parfois → ☐ *Oui, souvent →	Appliquez les mesures de protections requises (si vous y êtes formé) ou contactez le 1 866 APPELLE en présence de l'utilisateur afin de procéder à une estimation complète de la dangerosité d'un passage à l'acte suicidaire.
Est-ce qu'il vous arrive d'être tellement en colère que vous avez des idées de blesser quelqu'un?	☐ Non ☐ *Oui, parfois → ☐ *Oui, souvent →	Contactez info-social (811) en présence de l'utilisateur afin qu'un intervenant puisse procéder à l'estimation et la gestion du risque d'homicide.
Avez-vous vécu d'autres événements difficiles au cours des deux dernières années? (Ex. : séparation ou divorce, congédiement, maladie, deuil, etc.)	☐ Non ☐ *Oui	
QUESTIONS EN LIEN AVEC LES IMPACTS FINANCIERS		
Avez-vous subi une perte financière en raison de la pandémie?	☐ Non → Poursuivez à la question suivante ☐ *Oui → ☐ Perte d'un emploi (temporaire, retour prévu) ☐ Perte d'un emploi (retour au travail incertain) ☐ *Perte d'un emploi (définitif, lien d'emploi rompu) ☐ Fermeture temporaire d'une entreprise (propriétaire) ☐ *Perte définitive d'une entreprise (propriétaire) ☐ *Perte d'une source (Ex. : pension, placements) ☐ Autre :	
Avez-vous des soucis à l'égard de votre condition financière?	☐ Non ☐ *Oui →	☐ Inquiétude présente ☐ Inquiétude pour les mois à venir ☐ Inquiétude si la situation persiste ☐ La situation était déjà difficile ☐ Autre :

Avez-vous eu recours à des mesures d'aide financière dans le cadre de pandémie (telle que la PCU)	☐ Non ☐ Oui ☐ En partie seulement Commentaires :		
Est-ce que votre situation financière actuelle vous empêche de répondre à des besoins de base?	☐ Non ☐ *Oui →	☐ La capacité de payer ses comptes courants ☐ Difficultés à se procurer des aliments ☐ Difficultés à se procurer des médicaments ☐ Difficultés à se loger ☐ Autre :	
QUESTIONS EN LIEN AVEC L'AUTONOMIE			
Avez-vous une condition de santé qui vous oblige à limiter vos activités et pour laquelle vous avez besoin d'aide?	☐ Non → Poursuivez à la question suivante ☐ *Oui →		
		☐ Problèmes de santé physique (Ex. : diabète, cancer, etc.) ☐ Déficience intellectuelle ☐ Déficience physique (Ex. : difficulté mobilité, vision) ☐ Trouble de santé mentale ☐ Trouble neurologique/cognitif ☐ Trouble du spectre de l'autisme ☐ Autre :	
Avez-vous besoin de quelqu'un pour vous aider à accomplir certaines des activités suivantes?	☐ Non → Poursuivez à la question suivante ☐ *Oui →		
	☐ Entretenir sa maison ☐ Faire sa lessive ☐ Gérer ses finances ☐ Utiliser le tél./internet ☐ Préparer des repas ☐ Faire ses courses ☐ S'habiller	☐ Prendre un médicament ☐ Se déplacer ☐ S'alimenter (manger) ☐ Se laver ☐ Autre :	
Utilisez-vous un service de commande par téléphone/internet et un service de livraison?	☐ Non ☐ Oui →	☐ Pharmacie (médicaments, autres) ☐ Épicerie ☐ Autre :	
Pouvez-vous compter sur une personne qui vous est proche en cas de besoin?	☐ *Non ☐ Oui		
En cas d'absence de cette personne aidante, pouvez-vous recevoir de l'aide d'une autre personne?	☐ *Non ☐ Oui		
Recevez-vous des services de soutien à domicile (SAD) par le CLSC ou un autre organisme?	☐ Non ☐ Oui →	Lesquels :	
QUESTIONS EN LIEN AVEC LES PERSONNES À CHARGE			
Prenez-vous soin d'une personne de votre entourage? (Ex. : un parent, un enfant, une personne ayant des besoins particuliers, etc.)	☐ Non → Poursuivez à la section consentement ☐ *Oui		
À quelle fréquence apportez-vous de l'aide à cette personne?	☐ Quelques heures par mois ☐ Quelques heures par semaine ☐ *Plus d'une heure par jour ☐ *À temps complet ☐ Autre :		
Depuis le début de la pandémie, est-ce qu'il y a eu une modification des services offerts à la personne aidée? (Ex. : répit ou du CLSC)	☐ Maintien ☐ *Arrêt ☐ *En attente ☐ *Diminution ☐ S/O		
Comment percevez-vous votre situation actuelle de proche aidant ou de parent?	☐ Très facile ☐ Plutôt facile ☐ Équivalent ☐ *Parfois difficile ☐ *Toujours difficile		

En votre absence, est-ce que la personne à charge peut répondre à l'ensemble de ses besoins par elle-même?	☐ *Non ☐ Oui	
Dans le contexte actuel, si vous ne pouvez plus assumer votre rôle, avez-vous pensé à quelqu'un pour prendre la relève?	☐ *Non ☐ Oui	
Si vous prenez soin d'une personne ayant un régime de protection, avez-vous pu parler avec le curateur?	☐ *Non → ☐ Oui ☐ Ne s'applique pas	Tél. : 514 873-4074 Sans frais : 1 800 363-9020 Site : www.curateur.gouv.qc.ca
NOTES		

Liste des outils pour la surveillance post-sinistres des impacts sur la santé mentale - INSPQ

INSPQ - Boîte à outils pour la surveillance post-sinistre des impacts sur la santé mentale Instruments de mesure standardisés- Questionnaires		
Symptômes d'anxiété	Questionnaire 1 - Generalized Anxiety Disorder – 7 items (GAD-7)	Fr/Ang
Symptômes dépressifs	Questionnaire 2 - Patient Health Questionnaire – 9 items (PHQ-9)	Fr/Ang
	Questionnaire 3 - Center for Epidemiologic Studies – Depression Scale (CES-D)	Fr/Ang
Symptômes de stress post-traumatique	Questionnaire 4 - Échelle révisée d'impact de l'événement Adulte IES-R	Fr/Ang
	Questionnaire 5 - Échelle révisée d'impact de l'événement et enfant CRIES	Fr/Ang
	Questionnaire 6 - Posttraumatic Stress Disorder Checklist for DSM-IV (PCL-S; PCL-C; PCL-M)	Fr/Ang
	Questionnaire 7 - Posttraumatic Stress Disorder Checklist for DSM-5 (PCL-5)	Fr/Ang
Détresse psychologique	Questionnaire 8 - Échelle de détresse psychologique Kessel (K6)	Fr/Ang
Impact immédiat du trauma	Questionnaire 9 - Peritraumatic Distress Inventory Adulte (PDI)	Fr/Ang
	Questionnaire 10 - Peritraumatic Distress Inventory enfant (PDI-C)	Fr/Ang
	Questionnaire 11 - Peritraumatic Dissociative Experiences Questionnaire (PDEQ)	Fr/Ang
Bien-être	Questionnaire 12 - World Health Organization Well-Being Index (WHO-5)	Fr/Ang
	Questionnaire 13 - Mental Health Continuum Short Form (MHC-SF)	Fr/Ang
Fonctionnement et incapacité	Questionnaire 14 - World Health Organization Disability Assessment Schedule (WHODAS 2.0)	Fr/Ang
	Questionnaire 15 - Questionnaire de fonctionnement social (QFS)	Français
	Questionnaire 16 - Activités de la vie quotidienne (ADL, dans l'ESCC)	Fr/Ang
	Questionnaire 17 - Limitation des activités (RAC, dans l'ESCC)	Fr/Ang
	Questionnaire 18 - Social Provisions Scale – 10 items (SPS-10)	Fr/Ang
	Questionnaire 19 - Alcohol Use Disorders Identification Test (AUDIT)	Fr/Ang
	Questionnaire 20 - CAGE Questionnaire	Fr/Ang
	Questionnaire 21 - Consommation d'alcool et de drogues	Fr/Ang
Consommation de médicaments	Questionnaire 22 - Consommation de médicaments	Français
Utilisation de services en santé mentale	Questionnaire 23 - Consultations au sujet de la santé mentale (CMH, dans l'ESCC)	Fr/Ang
	Questionnaire 24 - État de santé général (GEN, dans l'ESCC)	Fr/Ang

