

Ressources remises au patient

Cocher au maximum trois éléments. Les liens sont cliquables. Médecine interne — troubles fonctionnels et syndromes persistants.

Patient :	Dossier :	Date de naissance :			
Date de la visite :	Médecin :	N° de permis :			
Domaine dominant :	E1 énergie	E2 orthostatique	E3 hyperactivation	E4 douleur	E5 digestif

À commencer tout de suite — gratuit, sans référence

Agir pour moi

Programme d'autogestion en ligne, 8 semaines, 60 à 90 min par semaine, narré, français et anglais.

gerermadoulleur.ca/agir-pour-moi

Gérer ma douleur

Bibliothèque de ressources validées : écrit, audio et vidéo. Aucune inscription.

gerermadoulleur.ca

Association québécoise de la douleur chronique

Adhésion gratuite, ligne d'écoute, groupes d'entraide. 1 855 230-4198.

doulleurquebec.ca

Association québécoise de l'encéphalomyélite myalgique

Soutien, défense des droits, accompagnement des démarches d'invalidité.

aqem.org

Association de la fibromyalgie — Montérégie

Groupes animés et ateliers, en présentiel à Longueuil. 450 928-1261. Carte de membre 20 \$ par an.

fibromyalgiemonteregie.ca

neurosymptoms.org

Information de référence sur les troubles fonctionnels, en français.

neurosymptoms.org

Obstacles au rétablissement

211 — aide sociale, alimentaire, financière, transport

Téléphone et clavardage. Composer le 211.

211qc.ca

Travailleur social du CLSC

Accompagnement dans les formulaires, contestation d'un refus, coordination.

Crédit d'impôt fédéral pour personnes handicapées

Ouvre l'accès à la Prestation canadienne pour les personnes handicapées. Formulaire à me rapporter.

Formulaire : Formulaire T2201

Crédit d'impôt du Québec pour déficience grave et prolongée

Demande distincte du fédéral.

Formulaire : Formulaire TP-752.0.14

Rente d'invalidité du Régime de rentes du Québec

Décrire les limitations fonctionnelles concrètes plutôt que le diagnostic.

retraitequebec.gouv.qc.ca

Programme de solidarité sociale

Contraintes sévères à l'emploi. Donne accès à une couverture de médicaments et à des services.

quebec.ca

Guichet d'accès à la première ligne

Pour un patient sans médecin de famille. Composer le 811, option 3.

Réadaptation — référence médicale requise

Équipe CO-VIE — clinique COVID longue

Montérégie-Ouest, dessert toute la Montérégie. 18 ans et plus, symptômes de plus de 4 semaines. Virtuel. 1 844 699-6598.

[Page du service](#)

Formulaire : Formulaire de demande CO-VIE

Clinique de gestion de la douleur — Haut-Richelieu

Local 1457B. Tél 450 359-5000 poste 5225. Fax 450 359-5220.

Formulaire : Formulaire AH-741

Clinique de gestion de la douleur — Charles-Le Moyne

6e Nord. Tél 450 466-5000 poste 2513. Fax 450 466-5894.

Formulaire : Formulaire AH-741

Clinique des troubles neurologiques fonctionnels, CHUM

Exige un diagnostic confirmé, expliqué au patient, et son consentement.

[Conditions de référence](#)

Santé mentale et trauma

PQPTM — psychothérapie publique

Gratuit. Accès direct au CLSC, aucune référence médicale nécessaire. Le patient s'y présente lui-même.

[Démarche à suivre](#)

Centre de services psychologiques de l'UQAM

20 à 30 \$ par séance selon le revenu. Tél 514 987-0253.

psychologie.uqam.ca

Clinique universitaire de psychologie, UdeM

45 \$ avec un stagiaire. Services de septembre à mai. Tél 514 343-7725.

psy.umontreal.ca

Psychothérapie privée informée par le trauma (EMDR)

Répertoire de l'Ordre des psychologues, filtre par approche et par région.

ordrepsy.qc.ca

En cas de détérioration Urgence, ou 988 en cas de crise suicidaire (appel ou texto, en tout temps). Info-Social 811, option 2.

Ce qu'on fait ensuite

Objectif fonctionnel :

Réévaluation le : sur le critère suivant :

Professionnel nommé (kinésologue, psychothérapeute, autre) :