

Vous ou un membre de votre famille vivez... de l'anxiété, une perte d'appétit, de la fatigue, de l'isolement?

Votre Centre de santé et de services sociaux peut vous aider!

Laissez-nous vous expliquer comment avoir accès à nos services :

Depuis quelques semaines, je ne peux pas résister à l'idée de me laver les mains jusqu'à 20 fois par jour. Que puis-je faire?

Un comportement répétitif peut être une réaction à de l'anxiété. Un professionnel de votre CLSC peut vous aider ou vous guider vers le bon service.

Mon conjoint a beaucoup changé dernièrement. Il a perdu l'appétit et se dit fatigué. Son sommeil a changé. Il ne sourit plus, s'isole et semble préoccupé. Il est irritable avec moi et les enfants. Que devrait-il faire?

Il est possible qu'il souffre d'une dépression. Il faut l'inviter à consulter son médecin ou votre CLSC afin d'obtenir l'aide appropriée.

Mon enfant est souvent dans la lune. Il oublie fréquemment ses choses et a de la difficulté à s'organiser. Il se laisse facilement distraire par les bruits autour de lui. Que dois-je faire?

Il est possible que votre enfant ait de la difficulté à mobiliser son attention pour réaliser différentes tâches. Une évaluation médicale et psychologique

peuvent être nécessaires. N'hésitez pas à communiquer avec votre CLSC.

Ma fille a toujours mal au ventre, au cœur et à la tête. Elle a de la difficulté à s'endormir. Tout ce qui est nouveau lui fait peur. À qui dois-je en parler?

Vous pouvez en discuter avec votre médecin de famille, le personnel de l'école ou vous adresser à un professionnel de votre CLSC.

*Dominique Duchesne,
Martine Lalonde
et Jean-Michel Paquet,
techniciens en éducation
spécialisée, CLSC La Source
(La Maisonnée)*



Pour recevoir de l'aide ou un service...

- 1 Téléphonnez au CLSC le plus près de chez vous. Les coordonnées de nos points de service apparaissent au bas.
- 2 Nous vous accueillerons et vous inviterons à venir nous rencontrer pour procéder à l'évaluation de votre besoin.
- 3 L'évaluation nous permettra de vous diriger ensuite vers le service le mieux adapté à votre besoin.
- 4 Nous tenons à vous aviser qu'il peut y avoir un délai d'attente pour certains services.
- 5 La priorité de l'attente est déterminée par l'urgence du besoin par rapport à votre situation.
- 6 Nous nous engageons toutefois à traiter votre demande avec la plus grande considération et ce, dans les meilleurs délais.

Saviez-vous que...

Cette année, plus de 3200 personnes ont reçu des services d'évaluation, de traitement et de suivi de la part du CSSS de Québec-Nord pour des problèmes similaires?

Centre de santé et de services sociaux de Québec-Nord

CLSC de la Jacques-Cartier
Loretteville
11 150, boul. Valcartier
(418) 843-3001

Val-Bélair
1465, rue de l'Etna
(418) 843-2572

Ste-Catherine-de-la-Jacques-Cartier
4560, rte de Fossambault
(418) 843-3001

CLSC La Source (Sud)
190, 76^e rue Est
(418) 628-2572

CLSC La Source (Nord)
791, rue Sherwood
(418) 628-2572

CLSC Orléans
Beauport
3666, chemin Royal
(418) 663-2572

Île d'Orléans
1015, route Prévost, suite 400
St-Pierre, Île d'Orléans
(418) 828-2241

Beauport
11 000, rue des Montagnards
(418) 827-5241

Montmorency
33, avenue Ruel
(418) 663-2572

www.csss.qc.ca

On prend soin de notre monde!