



OUTIL  
PLAN DE  
CHEMINEMENT  
VERS L'AUTONOMIE



## OUTIL PCA

Tu as choisi de remplir un questionnaire qui, une fois complété, permettra d'obtenir plusieurs informations sur différents aspects de ta vie, comme l'école, le travail, la vie quotidienne, l'argent, etc. Pour chacun de ces aspects, les réponses que tu apporteras nous permettront de mieux comprendre ta situation, de voir quels sont tes projets et tes intérêts, et d'identifier dans quel(s) domaine(s) de ta vie tu souhaiterais voir des améliorations ou des changements. À la suite de cet exercice, nous pourrons réfléchir ensemble aux moyens qui s'offrent à toi pour répondre à tes besoins et t'aider à réaliser tes objectifs.

## SOMMAIRE DE L'OUTIL PCA

Section : Renseignements généraux

Section : Suivi

Section : Mes projets (axe socioprofessionnel)

- A) Mon parcours, mes objectifs et mes ressources scolaires
- B) Mon parcours, mes objectifs et mes ressources professionnels
- C) Ma conciliation études-travail-famille
- D) Mes habiletés et mes connaissances à l'école et au travail
- E) Mes projets personnels, mes activités et mon engagement dans ma communauté ou dans mon milieu de vie

Section : Ma vie quotidienne (axe résidentiel)

- A) Mon logement
- B) La gestion de mon budget
- C) Mes connaissances et mes habiletés concernant le logement et le budget
- D) Ma vie quotidienne et ma santé
- E) Mes connaissances et mes habiletés concernant la vie quotidienne et la santé

Section : Mes relations (axe relationnel)

- A) Mon sens de l'organisation
- B) Mes ressources personnelles
- C) Mon réseau social et de soutien
- D) Mes habiletés relationnelles

Section : Mon cheminement vers l'âge adulte (mes priorités d'action)

• • •

À noter : le masculin utilisé dans le document désigne aussi bien les hommes que les femmes. Il a été utilisé pour faciliter la lecture.

• • •

Le développement de l'outil *Plan de cheminement vers l'autonomie* (PCA) a été coordonné conjointement par l'Association des centres jeunesse du Québec (ACJQ) et l'École nationale d'administration publique (ÉNAP).

Le projet *Plan de cheminement vers l'autonomie* a été soutenu financièrement par le Secrétariat à la jeunesse dans le cadre de la Stratégie d'action jeunesse 2009-2014.

## SECTION : RENSEIGNEMENTS GÉNÉRAUX



(\* champs obligatoires) Complète les champs et coche les cases appropriées ✓

\* Date : \_\_\_\_\_

\* Mois et année de naissance : | \_\_\_\_\_ | \_\_\_\_\_ | \* Sexe :  M  F

\* Quelle est ta langue maternelle ?

Français  Anglais  Autre (laquelle) \_\_\_\_\_

\* Parles-tu d'autres langues ?

Oui  Non

Si oui, lesquelles? \_\_\_\_\_

\* Quelle langue utilises-tu dans la vie de tous les jours ?

Français  Anglais  Autre (laquelle) \_\_\_\_\_

\* Es-tu citoyen canadien ?

Oui  Non

Si non, es-tu résident permanent ?

Oui  Non

As-tu été accueilli à titre de réfugié ?

Oui  Non

Sais-tu où trouver l'information relative à la citoyenneté ?

Oui  Non

\* Lieu où le questionnaire a été rempli :

S'agit-il :  D'un organisme d'aide à l'emploi ?  
 CJE  CLE  Entreprise d'insertion  
 Autre, préciser l'organisme \_\_\_\_\_

D'une ressource scolaire ?  
 École  Centre de formation  SARCA  
 Autre, préciser l'organisme \_\_\_\_\_

D'un organisme de santé ou de services sociaux ?  
 CJ  CSSS  
 Autre, préciser l'organisme \_\_\_\_\_

D'un organisme communautaire ?  
Préciser l'organisme \_\_\_\_\_

Autre ?  
Préciser l'organisme \_\_\_\_\_

\* Dans quelle région est situé cet organisme ?

<input type="checkbox"/> Bas-Saint-Laurent	<input type="checkbox"/> Saguenay-Lac-Saint-Jean	<input type="checkbox"/> Capitale-Nationale
<input type="checkbox"/> Mauricie	<input type="checkbox"/> Centre-du-Québec	<input type="checkbox"/> Estrie
<input type="checkbox"/> Montréal	<input type="checkbox"/> Outaouais	<input type="checkbox"/> Abitibi-Témiscamingue
<input type="checkbox"/> Côte-Nord	<input type="checkbox"/> Gaspésie-Îles-de-la-Madeleine	<input type="checkbox"/> Chaudière-Appalaches
<input type="checkbox"/> Laval	<input type="checkbox"/> Lanaudière	<input type="checkbox"/> Laurentides
<input type="checkbox"/> Montérégie	<input type="checkbox"/> Nord-du-Québec	<input type="checkbox"/> Autre, préciser _____

\* Quelle est la fonction de ton accompagnateur ?

Intervenant

Gestionnaire

Coordonnateur

Parent

Enseignant

Autre : \_\_\_\_\_

Ne s'applique pas

## SECTION : SUIVI



\* 1. As-tu déjà répondu à ce questionnaire auparavant ?

Oui

Non

Si OUI, te souviens-tu quand et à quel endroit ?

\_\_\_\_\_

\* 2. Reçois-tu présentement, ou as-tu reçu au cours des 12 derniers mois, des services d'autres organismes (CLSC, école, etc.), ou rencontres-tu un professionnel (travailleur social, psychologue, etc.) ailleurs qu'ici ?

Oui

Non

Si OUI,

a) Nom des organismes ou des personnes qui t'offrent du soutien présentement :

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

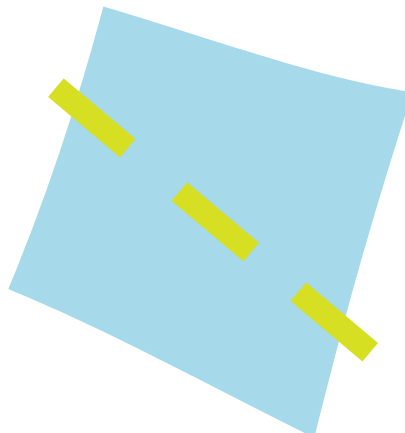
\_\_\_\_\_

b) Nom des organismes ou des personnes qui t'ont offert du soutien au cours des 12 derniers mois :

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



## SECTION : MES PROJETS (AXE SOCIOPROFESSIONNEL)



Les questions qui te sont posées dans cette section s'intéressent à différents aspects de ta situation socioprofessionnelle. On les regroupe en 5 thèmes :

- A) Mon parcours, mes objectifs et mes ressources scolaires
- B) Mon parcours, mes objectifs et mes ressources professionnels
- C) Ma conciliation études-travail-famille
- D) Mes connaissances et mes habiletés à l'école et au travail
- E) Mes projets personnels, mes activités et mon engagement dans ma communauté ou dans mon milieu de vie

Tes réponses permettront d'identifier tes priorités dans ces domaines et par la suite, si tu le souhaites, tu pourras être accompagné afin de recevoir les services dont tu as besoin pour réaliser tes projets.

Complète les champs et coche les cases appropriées ✓

### A) MON PARCOURS, MES OBJECTIFS ET MES RESSOURCES SCOLAIRES

#### 1. Quel niveau scolaire as-tu complété en

Mathématiques : \_\_\_\_\_

Français : \_\_\_\_\_

Anglais : \_\_\_\_\_

#### 2. Quel énoncé correspond à ta situation ?

- a) Je suis aux études en ce moment et je désire poursuivre pour obtenir un diplôme
- b) Je suis aux études en ce moment et je pense arrêter bientôt
- c) Je ne suis pas aux études en ce moment, mais je veux y retourner
- d) Je ne suis pas aux études et je ne pense pas y retourner pour le moment

Réponds aux questions correspondant à ton choix de réponse

Tu as répondu **a) Je suis aux études et je désire poursuivre pour obtenir un diplôme.**

a 1. Quelle école fréquentes-tu ? \_\_\_\_\_

a 2. Quel est ton niveau scolaire actuel ? \_\_\_\_\_

a 3. As-tu une idée du programme de formation que tu aimerais suivre ou du diplôme que tu voudrais obtenir ?

- Oui       Non

Si OUI, quel est le niveau scolaire de ce programme ou de ce diplôme ?

- Les préalables du secondaire qui te permettent d'obtenir un DEP (Diplôme d'études professionnelles), une AEP (Attestation d'études professionnelles) ou une ASP (Attestation de spécialisation professionnelle)
- Un DES (Diplôme d'études secondaires)
- Un DEP (Diplôme d'études professionnelles)
- Une formation au cégep (Diplôme d'études collégiales / DEC ou Attestation d'études collégiales / AEC)
- Des études universitaires (certificat, baccalauréat, maîtrise)
- Un stage de formation
- Autre : \_\_\_\_\_

**Si NON**, as-tu besoin d'aide pour déterminer quel diplôme ou quelle formation pourrait t'intéresser ?

Oui  Non

Passes à la question 3

a 4. De quel programme ou de quelle formation s'agit-il ? \_\_\_\_\_

a 5. Où cette formation se donne-t-elle ? \_\_\_\_\_

a 6. Quelle est la durée de la formation ? \_\_\_\_\_

a 7. As-tu les préalables requis pour suivre cette formation ?

Oui (passe à a8)  Non  Je ne sais pas (passe à a8)

**Si NON**, qu'est-ce qu'il te manque selon toi ? \_\_\_\_\_

a 8. As-tu fait des démarches en vue de réaliser ton projet de formation ?

Oui  Non

**Si OUI**, quelles étaient ces démarches ?

Recherche d'informations  Demande de financement

Demande d'admission  Inscription

Autre : \_\_\_\_\_

**Si NON**, voudrais-tu recevoir du soutien pour savoir par où commencer tes démarches ?

Oui  Non

Passes à la question 3

**Tu as répondu b) Je suis aux études en ce moment et je pense arrêter bientôt.**

b 1. Actuellement, si tu poursuis tes études, quel diplôme auras-tu obtenu ou quel niveau scolaire auras-tu complété ? \_\_\_\_\_

b 2. As-tu besoin de soutien pour faire le choix de poursuivre tes études ?

Oui  Non

b 3. Si tu prends la décision d'arrêter tes études, sais-tu ce que tu veux faire après ?

Oui  Non

**Si OUI**, de quoi s'agit-il ? \_\_\_\_\_

b 4. As-tu besoin de soutien dans tes démarches ?

Oui  Non

Passes à la question 3

**Tu as répondu c) Je ne suis plus aux études, mais je veux y retourner.**

c 1. Quel est ton objectif de formation ? \_\_\_\_\_

c 2. Sais-tu quelles démarches faire pour atteindre ton objectif ?

Oui  Non

c 3. Dans quelle école ou quel programme voudrais-tu t'inscrire ? \_\_\_\_\_

c 4. As-tu besoin de soutien dans tes démarches ?

Oui  Non

Passes à la question 3

Tu as répondu d) Je ne suis pas aux études et je ne pense pas y retourner pour le moment.

d1. Quels sont tes projets ? \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

d2. Sais-tu quelles démarches faire pour réaliser tes projets ?

Oui  Non

d3. As-tu besoin de soutien pour les réaliser ?

Oui  Non

Passes à la question 3

---

### 3. Quels énoncés correspondent à ta situation ?

3.1 J'ai accès à de l'aide financière (gouvernement, parents) pour poursuivre mes études ou mon projet de formation.

Oui  Non  Je ne sais pas  Ne s'applique pas

3.2 J'ai accès à un ordinateur en tout temps.

Oui  Non  Je ne sais pas  Ne s'applique pas

3.3 J'ai accès à du soutien scolaire (ex. : tutorat, aide aux devoirs).

Oui  Non  Je ne sais pas  Ne s'applique pas

3.4 Je peux facilement avoir accès à un moyen de transport pour aller à l'école ou à un lieu de formation.

Oui  Non  Je ne sais pas  Ne s'applique pas

3.5 Présentement, je discute de mon plan de formation avec un enseignant ou un conseiller d'orientation ou je discute de mes objectifs d'emploi avec un employeur ou un conseiller en emploi.

Oui  Non  Je ne sais pas  Ne s'applique pas

## **B) MON PARCOURS, MES OBJECTIFS ET MES RESSOURCES PROFESSIONNELS**

### **1. Es-tu présentement à la recherche d'un emploi ?**

Oui  Non (passe à la question 2)  Tu as déjà un emploi (passe à la question 2)

**1.1** Quel genre d'emploi voudrais-tu obtenir maintenant? \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

**1.2** Voudrais-tu travailler à temps plein ou à temps partiel?

Temps plein  Temps partiel

**1.3** Combien d'heures par semaine? \_\_\_\_\_

**1.4** Voudrais-tu de l'aide pour trouver un emploi qui corresponde à tes besoins?

Oui  Non

### **2. Y a-t-il une différence entre l'emploi que tu as ou que tu voudrais avoir maintenant et celui que tu voudrais occuper plus tard ?**

Oui  Non (passe à la question 3)

**2.1** Quel emploi voudrais-tu occuper plus tard? \_\_\_\_\_

**2.2** Sais-tu quelles sont les démarches à faire pour atteindre cet objectif?

Oui  Non

Si OUI, lesquelles? \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

**2.3** Souhaites-tu recevoir de l'aide pour faire les démarches appropriées?

Oui  Non

### **3. Les énoncés suivants correspondent-ils à ta situation ?**

**3.1** Près de chez moi, il y a un endroit où je peux aller rédiger mon curriculum vitae.

Oui  Non  Je ne sais pas  Ne s'applique pas

**3.2** J'habite une région où il y a des emplois dans le domaine qui m'intéresse.

Oui  Non  Je ne sais pas  Ne s'applique pas

**3.3** Il me faudrait des vêtements adéquats pour aller passer des entrevues.

Oui  Non  Je ne sais pas  Ne s'applique pas

**3.4** J'ai des références d'anciens employeurs.

Oui  Non  Je ne sais pas  Ne s'applique pas

**3.5** Je peux facilement me déplacer pour aller travailler.

Oui  Non  Je ne sais pas  Ne s'applique pas



## C) MA CONCILIATION ÉTUDES – TRAVAIL – FAMILLE

### 1. As-tu des enfants ?

- Oui                       Non

### 2. Dois-tu :

- Travailler, t'occuper de ton(tes) enfant(s) et aller à l'école en même temps ?  
 Travailler et aller à l'école en même temps ?  
 T'occuper de ton(tes) enfant(s) et aller à l'école en même temps ?  
 Travailler et t'occuper de ton(tes) enfant(s) en même temps ?  
 Ne s'applique pas (passe à la section D)

### 3. Tu considères ta conciliation études-travail-famille comme étant :

- Très difficile (passe à la question 4)                       Difficile (passe à la question 4)  
 Facile (passe à la section D)                                       Très facile (passe à la section D)

### 4. Qu'est-ce que tu trouves difficile ou stressant ? (organiser ton temps, gérer ton argent, etc.)

---



---

### 5. Qu'est-ce qui pourrait t'aider à concilier ton horaire d'études, ton horaire de travail et tes responsabilités parentales ?

---



---

## D) MES CONNAISSANCES ET MES HABILITÉS À L'ÉCOLE ET AU TRAVAIL

1 = Me correspond tout à fait    2 = Me correspond en partie    3 = Ne me correspond pas du tout

Les énoncés suivants correspondent-ils à ta situation ?	1	2	3
1. Quand je lis un document (ex. : formulaire, bail), j'arrive à repérer l'information dont j'ai besoin.			
2. J'ai une bonne connaissance des logiciels. (ex. : Word)			
3. Je connais les différentes écoles de ma ville ou de ma région.			
4. Je suis capable d'émettre une opinion sur un sujet.			
5. Je sais comment rédiger un curriculum vitae (CV).			
6. Je suis capable de rédiger une lettre de présentation.			
7. Quand je suis en recherche d'emploi, je consulte Internet pour chercher des offres.			
8. S'il le faut, je suis capable de remplir une demande d'emploi.			
9. Si j'obtiens une entrevue d'embauche pour un emploi, je sais comment me préparer pour aller la passer.			
10. Je me documente parfois pour approfondir mes connaissances dans un domaine particulier.			
11. Je maîtrise bien la lecture du français.			
12. Je communique facilement en anglais.			

**E) MES PROJETS PERSONNELS, MES ACTIVITÉS ET MON ENGAGEMENT DANS MA COMMUNAUTÉ OU DANS MON MILIEU DE VIE**

1. **As-tu un projet autre que celui d'aller à l'école ou de travailler (faire un voyage, enregistrer un CD, etc.)?**  
 Oui       Non (passe à la question 5)

2. **De quel projet s'agit-il?**

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

3. **Aurais-tu besoin d'aide pour réaliser ton projet?**  
 Oui       Non (passe à la question 5)

4. **De quel type d'aide aurais-tu besoin ?**

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

5. **Quels sont les loisirs que tu pratiques ou que tu aimerais pratiquer?**  
 Coche les colonnes appropriées ✓

Activités qui pourraient t'intéresser ou que tu voudrais faire plus souvent				
	Souvent	Parfois	Jamais	
Entraînement physique				<input type="checkbox"/>
Sport d'équipe				<input type="checkbox"/>
Sport individuel				<input type="checkbox"/>
Chasse/Pêche				<input type="checkbox"/>
Musique/Chant				<input type="checkbox"/>
Cinéma				<input type="checkbox"/>
Lecture				<input type="checkbox"/>
Jeux vidéo				<input type="checkbox"/>
Internet				<input type="checkbox"/>
Art (peinture, dessin, etc.)				<input type="checkbox"/>
Projet personnel (CD, film, etc.)				<input type="checkbox"/>
Activité de plein air				<input type="checkbox"/>
Autre:				<input type="checkbox"/>
Autre:				<input type="checkbox"/>
Autre:				<input type="checkbox"/>

---

6. **Quelle est ton activité préférée?**

---

---

---

7. **Aimerais-tu t'impliquer en faisant du bénévolat dans ton quartier, ta ville ou ta région?**

Oui       Non (passe à la question 8)

Si **OUI**, aimerais-tu avoir de l'information pour connaître les lieux d'implication de ton quartier, ta ville ou ta région?

Oui       Non

---

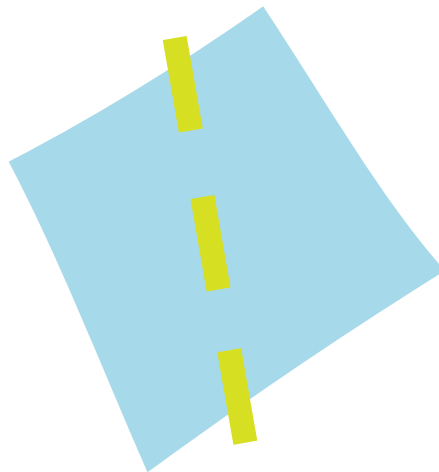
8. **As-tu déjà voté?** (élections municipales, provinciales ou fédérales)

Oui       Non

---

9. **Suis-tu les nouvelles de l'actualité?** (télévision, radio, journaux ou internet)

Oui       Non



## SECTION : MA VIE QUOTIDIENNE (AXE RÉSIDENTIEL)



Les questions qui te sont posées dans cette section s'intéressent à différents aspects de ta vie quotidienne et de ta situation résidentielle. On les regroupe en 5 thèmes :

- A) Mon logement
- B) La gestion de mon budget
- C) Mes connaissances et mes habiletés concernant le logement et le budget
- D) Ma vie quotidienne et ma santé
- E) Mes connaissances et mes habiletés concernant la vie quotidienne et la santé

Tes réponses permettront d'identifier tes priorités dans ces domaines et par la suite, si tu le souhaites, tu pourras être accompagné afin de recevoir les services dont tu as besoin pour réaliser tes projets.

Complète les champs et coche les cases appropriées ✓

### A) MON LOGEMENT

#### 1. Où habites-tu en ce moment ?

- |   |   |
|---|---|
| <input type="checkbox"/> Dans une maison                | <input type="checkbox"/> Dans un appartement                    |
| <input type="checkbox"/> Dans un logement subventionné  | <input type="checkbox"/> En famille d'accueil                   |
| <input type="checkbox"/> Dans un centre de réadaptation | <input type="checkbox"/> Dans un foyer de groupe                |
| <input type="checkbox"/> Dans une résidence étudiante   | <input type="checkbox"/> Dans une chambre (en pension)          |
| <input type="checkbox"/> Dans un appartement supervisé  | <input type="checkbox"/> Dans aucun endroit fixe pour le moment |
| <input type="checkbox"/> Autre : _____                  |   |

#### 2. Avec qui habites-tu ?

\_\_\_\_\_

#### 3. Depuis combien de temps habites-tu à cet endroit ?

\_\_\_\_\_

#### 4. Cet endroit te convient-il ?

- Oui       Non

Si NON, pourquoi ? \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

#### 5. À combien d'endroits différents as-tu habité au cours des 12 derniers mois ?

\_\_\_\_\_

#### 6. Est-ce que :

- |   |                              |                              |
|---|------------------------------|------------------------------|
| • tu paies une partie du loyer ?  | <input type="checkbox"/> Oui | <input type="checkbox"/> Non |
| • tu paies une partie de l'épicerie ?                                     | <input type="checkbox"/> Oui | <input type="checkbox"/> Non |
| • tu paies d'autres factures ? (ex. : électricité, téléphone)             | <input type="checkbox"/> Oui | <input type="checkbox"/> Non |
| • tu fais des tâches ménagères ?  | <input type="checkbox"/> Oui | <input type="checkbox"/> Non |
| • tu t'occupes d'autres personnes ? (ex. : frères, sœurs, grands-parents) | <input type="checkbox"/> Oui | <input type="checkbox"/> Non |

---

7. Ces responsabilités sont-elles difficiles à assumer pour toi ?

Oui  Non

---

8. Prévois-tu un déménagement dans les prochains mois ?

Oui  Non

Si OUI, sais-tu où tu vas déménager ?  Oui  Non

Si OUI, où ? \_\_\_\_\_

---

9. As-tu besoin d'ameublement pour ton logement ?

Oui  Non  Je ne sais pas  Ne s'applique pas

---

10. Quels meubles, électroménagers ou accessoires pour la maison possèdes-tu ?

---

---

---

---

---

11. Aurais-tu besoin d'aide pour effectuer des démarches en vue d'un déménagement ?

Oui  Non

---

12. Si ton déménagement ne se passait pas comme tu le souhaites, y a-t-il un endroit où tu pourrais aller ?

Oui  Non

Si OUI, où pourrais-tu aller ? \_\_\_\_\_

---

13. Les énoncés suivants correspondent-ils à ta situation ?

13.1 On peut me joindre facilement par téléphone.

Oui  Non  Je ne sais pas  Ne s'applique pas

13.2 J'ai toujours un endroit pour aller dormir.

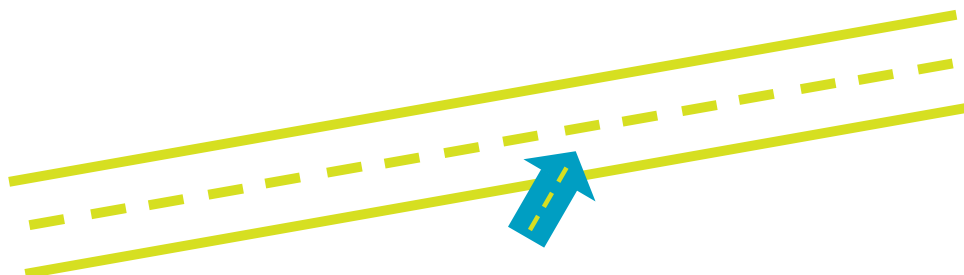
Oui  Non  Je ne sais pas  Ne s'applique pas

13.3 Si j'ai besoin de meubles ou d'accessoires pour la maison, je sais où je peux en trouver.

Oui  Non  Ne s'applique pas

13.4 Je sais à qui je peux demander si j'ai besoin d'un camion pour déménager.

Oui  Non  Ne s'applique pas



## B) LA GESTION DE MON BUDGET

### 1. D'où proviennent tes revenus actuellement? (Il peut y avoir plusieurs réponses)

- |   |  |
|---|--|
| <input type="checkbox"/> Revenu de mon emploi                                   | <input type="checkbox"/> Allocation de mes parents |
| <input type="checkbox"/> Aide financière de dernier recours (aide sociale)      | <input type="checkbox"/> Revenus « non déclarés »  |
| <input type="checkbox"/> Prêts et bourses du gouvernement                       | <input type="checkbox"/> Allocations familiales    |
| <input type="checkbox"/> Emploi-Québec (ex. : programme d'insertion)            | <input type="checkbox"/> Aucun revenu              |
| <input type="checkbox"/> Service Canada (ex. : programme Connexion compétences) | <input type="checkbox"/> Autre : _____             |
| <input type="checkbox"/> Assurance-emploi (chômage)                             | <input type="checkbox"/> Je ne sais pas            |

### 2. Les énoncés suivants correspondent-ils à ta situation ?

- 2.1 **Je dépense plus d'argent que ce que je gagne.**  
 Oui       Non       Je ne sais pas       Ne s'applique pas
- 2.2 **J'ai accumulé des dettes auprès de gens que je connais.**  
 Oui       Non       Je ne sais pas       Ne s'applique pas
- 2.3 **J'ai accumulé des dettes pour mon téléphone cellulaire.**  
 Oui       Non       Je ne sais pas       Ne s'applique pas
- 2.4 **J'ai accumulé des dettes sur une carte de crédit.**  
 Oui       Non       Je ne sais pas       Ne s'applique pas
- 2.5 **J'ai accumulé des dettes parce que je n'ai pas payé des factures.**  
(ex. : électricité, téléphone)  
 Oui       Non       Je ne sais pas       Ne s'applique pas
- 2.6 **J'ai accumulé des dettes auprès de l'aide financière aux études.**  
 Oui       Non       Je ne sais pas       Ne s'applique pas
- 2.7 **Si j'ai un problème financier, je connais quelqu'un à qui je peux demander de l'aide.**  
 Oui       Non       Je ne sais pas       Ne s'applique pas
- 2.8 **J'ai suffisamment d'argent pour payer mes dépenses chaque mois.**  
 Oui       Non       Je ne sais pas       Ne s'applique pas
- 2.9 **Je voudrais de l'aide pour faire mon budget.**  
 Oui       Non       Je ne sais pas       Ne s'applique pas

## C) MES CONNAISSANCES ET MES HABILITÉS CONCERNANT LE LOGEMENT ET LE BUDGET

1 = Me correspond tout à fait 2 = Me correspond en partie 3 = Ne me correspond pas du tout

Les énoncés suivants correspondent-ils à ta situation ?	1	2	3
13. Je comprends un compte de téléphone.			
14. Si je devais chercher un appartement, je saurais par où je dois commencer.			
15. Je connais les responsabilités que je prends lorsque je signe un bail.			
16. Je sais ce que représentent les frais liés à un déménagement ou à un emménagement.			
17. Je sais comment comparer différents logements en fonction de leur coût et de mes besoins.			
18. Je sais quels renseignements je dois demander quand je veux louer un logement.			
19. Je sais ce qu'il faut faire pour s'occuper d'un logement.			
20. Je sais comment faire un changement d'adresse.			
21. Je sais comment envoyer une lettre par la poste.			
22. Je suis capable de faire un retrait au guichet automatique.			
23. Je suis capable de faire un dépôt au guichet automatique.			
24. Je suis capable de vérifier le solde de mon compte de banque au guichet automatique.			
25. Je sais comment faire un chèque.			
26. Je me fais un budget.			
27. Je connais des façons d'économiser de l'argent.			

## D) MA VIE QUOTIDIENNE ET MA SANTÉ

### 1. Les énoncés suivants correspondent-ils à ta situation ?

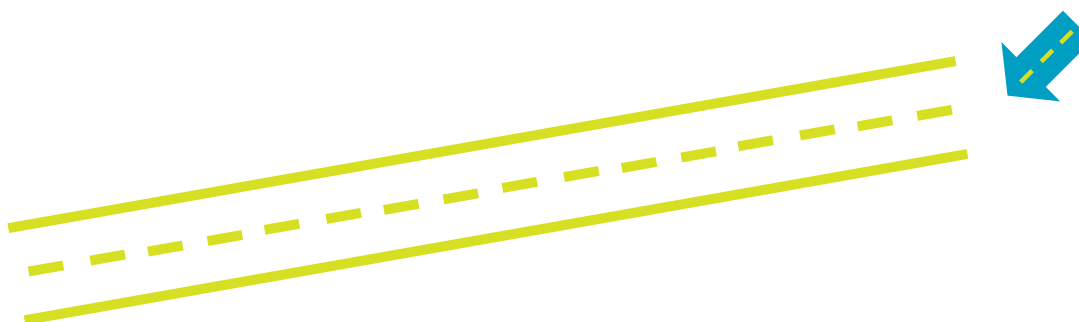
- 1.1 Il m'arrive de ne pas manger suffisamment dans une journée.  
 Oui     Non     Je ne sais pas     Ne s'applique pas
- 1.2 Si j'ai besoin de nourriture, je sais où je peux en trouver près de chez moi.  
 Oui     Non     Ne s'applique pas
- 1.3 J'ai accès en tout temps à un endroit pour aller laver mes vêtements.  
 Oui     Non     Je ne sais pas     Ne s'applique pas
- 1.4 Chez moi, il y a une trousse de premiers soins qui contient ce qui est nécessaire pour soigner des blessures mineures.  
 Oui     Non     Je ne sais pas     Ne s'applique pas
- 1.5 Je possède suffisamment de vêtements pour l'été et pour l'hiver.  
 Oui     Non     Je ne sais pas     Ne s'applique pas
- 1.6 Où j'habite, le réfrigérateur contient tout ce dont j'ai besoin comme nourriture.  
 Oui     Non     Je ne sais pas     Ne s'applique pas

- 1.7 Où j'habite, il y a tout ce qu'il faut pour cuisiner. (ex. : ustensiles, vaisselle)  
 Oui       Non       Je ne sais pas       Ne s'applique pas
- 1.8 Près de chez moi, j'ai accès à un professionnel de la santé (ex. : médecin, infirmière, dentiste), si j'en ai besoin.  
 Oui       Non       Je ne sais pas       Ne s'applique pas
- 1.9 En ce moment, je me questionne sur ma santé physique.  
 Oui       Non       Je ne sais pas       Ne s'applique pas
- 1.10 En ce moment, je me questionne sur ma santé psychologique.  
 Oui       Non       Je ne sais pas       Ne s'applique pas

**E) MES CONNAISSANCES ET MES HABILITÉS CONCERNANT LA VIE QUOTIDIENNE ET LA SANTÉ**

1 = Me correspond tout à fait    2 = Me correspond en partie    3 = Ne me correspond pas du tout

Les énoncés suivants correspondent-ils à ta situation ?	1	2	3
28. Je sais comment me préparer un repas nourrissant.			
29. Je sais comment préparer un repas pour d'autres personnes.			
30. Je me fais une liste d'épicerie.			
31. Je considère être une personne qui s'occupe d'elle.			
32. Je sais comment obtenir de l'information sur les problèmes de santé par Internet ou le téléphone.			
33. Lors de la planification de mon épicerie, je consulte les dépliants pour comparer afin d'obtenir le meilleur prix.			
34. Je suis capable de faire un plat à partir d'une recette.			
35. Je sais qu'il y a un lien direct entre ce que je mange et ma santé.			
36. Je connais les situations où je dois consulter un professionnel de la santé.			





## SECTION : MES RELATIONS (AXE RELATIONNEL)



Les questions qui te sont posées dans cette section s'intéressent à différents aspects de ta situation relationnelle. On les regroupe en 4 thèmes :

- A) Mon sens de l'organisation
- B) Mes ressources personnelles
- C) Mon réseau social et de soutien
- D) Mes habiletés relationnelles

Tes réponses permettront d'identifier tes priorités dans ces domaines et par la suite, si tu le souhaites, tu pourras être accompagné afin de recevoir les services dont tu as besoin.

Complète les champs et coche les cases appropriées ✓

### A) MON SENS DE L'ORGANISATION

1 = Me correspond tout à fait    2 = Me correspond en partie    3 = Ne me correspond pas du tout

Les énoncés suivants correspondent-ils à ta situation ?	1	2	3
37. C'est difficile pour moi d'organiser mon temps.			
38. Chaque semaine, j'essaie de planifier mes activités et ce que je dois faire.			
39. Quand j'ai un rendez-vous, j'arrive toujours à l'heure.			
40. Je manque souvent mes rendez-vous importants.			
41. Je suis capable de faire face aux imprévus.			
42. J'arrive à prévoir les étapes que je dois suivre pour réaliser un projet.			
43. Je me considère comme une personne efficace (constance, rythme, ponctualité).			
44. J'ai de la difficulté à terminer ce que je commence.			

### B) MES RESSOURCES PERSONNELLES

1 = Me correspond tout à fait    2 = Me correspond en partie    3 = Ne me correspond pas du tout

Les énoncés suivants correspondent-ils à ta situation ?	1	2	3
45. Lorsque je prends une décision, j'ai de la difficulté à me faire confiance.			
46. Je trouve que je suis une personne importante.			
47. Je connais mes forces et mes difficultés.			
48. Je ne me décourage pas quand je vis une situation difficile.			
49. J'ai l'impression d'avoir le contrôle sur ma vie.			
50. J'ai de la difficulté à assumer les conséquences de mes actes.			
51. J'apprends de mes erreurs.			
52. Je suis une personne qui a de l'initiative.			
53. Je m'implique dans ce que je fais.			
54. Je fais facilement des choix.			

## C) MON RÉSEAU SOCIAL ET DE SOUTIEN

1. Parmi les milieux suivants, identifie ceux dans lesquels tu te sens à l'aise.

- |   |  |
|---|--|
| <input type="checkbox"/> École  | <input type="checkbox"/> Travail                 |
| <input type="checkbox"/> Famille                                      | <input type="checkbox"/> Activités parascolaires |
| <input type="checkbox"/> Groupe d'amis                                | <input type="checkbox"/> Mon quartier            |
| <input type="checkbox"/> Dans les rencontres que je fais par Internet |  |
| <input type="checkbox"/> Autre : _____                                |  |
| <input type="checkbox"/> Aucun  |  |

2. Parmi les personnes suivantes, quelles sont celles qui sont présentes dans ta vie de tous les jours?

- |   |   |
|---|---|
| <input type="checkbox"/> Père   | <input type="checkbox"/> Mère                 |
| <input type="checkbox"/> Frère(s)   | <input type="checkbox"/> Sœur(s)              |
| <input type="checkbox"/> Beau-père  | <input type="checkbox"/> Belle-mère           |
| <input type="checkbox"/> Demi-frère(s)                                    | <input type="checkbox"/> Demi-sœur(s)         |
| <input type="checkbox"/> Mon ou mes enfants                               | <input type="checkbox"/> Parenté              |
| <input type="checkbox"/> Ami(e)s  | <input type="checkbox"/> Chum/blonde          |
| <input type="checkbox"/> Collègue(s) de travail                           | <input type="checkbox"/> Compagnon(s) d'école |
| <input type="checkbox"/> Compagnon(s) de loisirs                          |   |
| <input type="checkbox"/> Intervenant(s), enseignant(s) (préciser) : _____ |   |
| <input type="checkbox"/> Autres _____                                     |   |

3. Lorsque tu as besoin d'aide, à qui t'adresses-tu en premier?

\_\_\_\_\_

4. T'arrive-t-il de discuter de choses importantes, comme tes sentiments ou tes préoccupations, avec d'autres personnes?

- Oui       Non

5. Avec qui peux-tu ou pourrais-tu le faire? (ex. : parents, amis, cousins)

\_\_\_\_\_

6. T'arrive-t-il de demander de l'aide financière ou matérielle à quelqu'un?

- Oui       Non

7. À qui peux-tu ou pourrais-tu le demander? (ex. : parents, amis, cousins)

\_\_\_\_\_

---

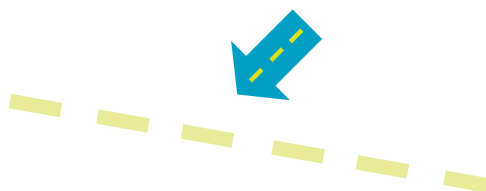
**8. Parmi les situations suivantes, lesquelles as-tu déjà vécues ou lesquelles se rapprochent de ta réalité ?**

- 8.1 Vivre une situation stressante et ne pas être accompagné.**  
 **Oui** (J'ai déjà vécu une situation stressante sans être accompagné)  
 **Non** (J'ai toujours été accompagné)  
 **Ne s'applique pas** (Je n'ai jamais vécu de situation stressante)
- 8.2 Emprunter de l'argent à quelqu'un sans être pressé de le lui rendre.**  
 **Oui** (J'ai déjà emprunté de l'argent sans être pressé de le rendre)  
 **Non** (J'ai toujours été pressé de le rendre)  
 **Ne s'applique pas** (Je n'ai jamais emprunté d'argent à quelqu'un)
- 8.3 Refuser de demander de l'aide de peur d'être jugé.**  
 **Oui** (Il m'arrive de refuser de demander de l'aide de peur d'être jugé)  
 **Non** (Je n'ai jamais eu peur d'être jugé parce que je demandais de l'aide)  
 **Ne s'applique pas** (Je n'ai jamais eu besoin d'aide)
- 8.4 Obtenir un emploi par l'intermédiaire de quelqu'un que tu connais.**  
 **Oui** (J'ai déjà obtenu un emploi par l'intermédiaire de quelqu'un)  
 **Non** (Je n'ai jamais obtenu d'emploi par l'intermédiaire de quelqu'un)  
 **Ne s'applique pas** (Je n'ai jamais demandé un emploi aux gens que je connaissais)
- 8.5 Être loin de chez toi au milieu de la nuit et demander à quelqu'un de venir te chercher.**  
 **Oui** (Quelqu'un est déjà venu ou pourrait venir me chercher au milieu de la nuit)  
 **Non** (Personne ne peut venir me chercher au milieu de la nuit)  
 **Ne s'applique pas** (Je n'ai jamais été loin de chez moi au milieu de la nuit ou je n'ai jamais eu besoin que quelqu'un vienne me chercher)

---

**9. Si tu remplis de nouveau ce questionnaire plus tard, par exemple dans 3 ans, penses-tu que les personnes importantes pour toi seront toujours présentes ?**

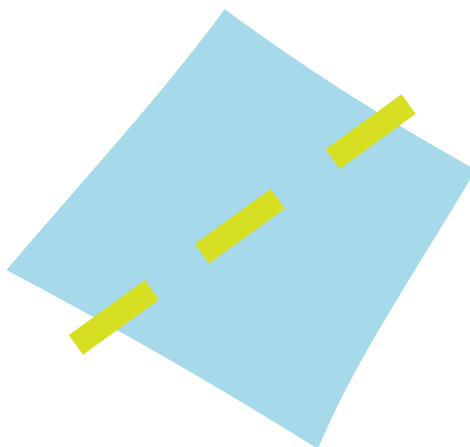
- Aucune ne sera présente
- Quelques-unes seront présentes
- La plupart d'entre elles seront présentes
- Elles seront toutes présentes
- Je ne sais pas si elles seront présentes



## D) MES HABILITÉS RELATIONNELLES

1 = Me correspond tout à fait    2 = Me correspond en partie    3 = Ne me correspond pas du tout

Les énoncés suivants correspondent-ils à ta situation ?	1	2	3
55. Je suis capable de travailler en équipe.			
56. Je suis capable de demander de l'aide.			
57. Je suis capable de mettre mes limites.			
58. Je me confie à mes amis.			
59. Lorsque je suis aux prises avec des problèmes, je suis capable de chercher du soutien.			
60. Je fais partie d'un groupe qui s'occupe de moi.			
61. Je suis capable de démontrer aux autres qu'ils comptent pour moi.			
62. Je suis capable d'encourager les autres à parler de ce qu'ils ressentent.			
63. Je suis satisfait du nombre d'amis que j'ai.			
64. Je suis en mesure d'identifier au moins deux personnes à qui je peux m'adresser pour demander de l'aide.			
65. Habituellement, je suis capable d'accepter la critique sans me mettre en colère.			
66. J'ai souvent des conflits avec mes collègues, des amis ou ma famille.			
67. Il y a autour de moi des gens en qui j'ai confiance.			
68. J'adapte mon niveau de langage selon la personne à qui je m'adresse. (ex. : ami, employeur, enseignant)			
69. Je suis ouvert à recevoir des conseils.			



## SECTION : MON CHEMINEMENT VERS L'ÂGE ADULTE (MES PRIORITÉS D'ACTION)



1. Parmi les différents aspects que nous avons explorés dans ce questionnaire, y en a-t-il qui te préoccupent davantage? (Il peut y avoir plusieurs réponses)

- |   |   |
|---|---|
| <input type="checkbox"/> Mon projet scolaire ou de formation                                    | <input type="checkbox"/> Mon projet d'emploi                    |
| <input type="checkbox"/> Ma conciliation travail-études   | <input type="checkbox"/> Ma conciliation études-famille         |
| <input type="checkbox"/> Ma conciliation travail-famille  | <input type="checkbox"/> Ma conciliation études-travail-famille |
| <input type="checkbox"/> Mon projet personnel   | <input type="checkbox"/> Mon logement                           |
| <input type="checkbox"/> Mon budget   | <input type="checkbox"/> Ma santé (physique ou psychologique)   |
| <input type="checkbox"/> Mon sens de l'organisation   | <input type="checkbox"/> Mes relations avec les autres          |
| <input type="checkbox"/> Mes ressources personnelles<br>(ex. : estime, confiance, persévérance) | <input type="checkbox"/> Autres : _____                         |

2. Afin de pouvoir mener tes projets, certains documents ou informations peuvent parfois être nécessaires. Quels sont les documents ou informations que tu possèdes?

- |  |   |
|--|---|
| <input type="checkbox"/> Certificat de naissance   | <input type="checkbox"/> Curriculum vitae (CV) à jour |
| <input type="checkbox"/> Carte d'assurance maladie | <input type="checkbox"/> Dernier relevé de notes      |
| <input type="checkbox"/> Carte d'assurance sociale | <input type="checkbox"/> Documents d'immigration      |
| <input type="checkbox"/> Compte bancaire           | <input type="checkbox"/> Permis de conduire           |
| <input type="checkbox"/> Code permanent (scolaire) | <input type="checkbox"/> Permis d'apprenti conducteur |
|  | <input type="checkbox"/> Autres : _____               |
|  | _____   |
|  | _____   |

3. En ce moment, y a-t-il des situations d'urgence ou des obstacles que tu rencontres, que tu dois prioriser et pour lesquels tu aurais besoin d'un soutien immédiat? Par exemple, des cartes d'identité à renouveler, des contraventions accumulées, des demandes à compléter, etc.

- Oui       Non

Si OUI, de quoi s'agit-il? \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

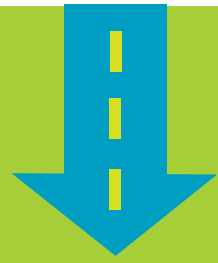
\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



Ce projet a aussi été financé en partie par la Stratégie nationale pour la prévention du crime de Sécurité publique Canada.





# Plan de cheminement vers l'autonomie



Travailler ensemble pour faciliter  
le passage à la vie adulte

