

# Section 5

# SANTÉ



# INFO-SANTÉ 811

Info-Santé 811 est un service de consultation téléphonique gratuit et confidentiel. Il est offert par des infirmières, 24 heures par jour et 365 jours par année. Le 811 vous permet de recevoir du soutien dans ces deux volets :

## Info-Santé option 1 :

Vous avez des inquiétudes concernant votre état de santé? Composez le 811 et sélectionnez l'option 1 pour parler à une infirmière : elle saura vous donner l'information et les conseils dont vous avez besoin.

## Info-Santé option 2 :

Vous vivez une période de grande tristesse, vous êtes déprimé ou encore vous croyez vivre un choc culturel? N'hésitez pas à appeler au 811 et choisir l'option 2 : des spécialistes du réseau de la santé sont là pour vous écouter et vous aider.

# RAMQ

Le système de santé publique et de services sociaux du Québec s'appelle la Régie de l'assurance maladie du Québec (RAMQ). Vous devez vous inscrire à l'assurance maladie pour accéder gratuitement à divers soins de santé. Une fois inscrit, vous recevrez votre carte d'assurance maladie. À chaque renouvellement de permis de travail, vous devez également renouveler votre carte d'assurance maladie.

Pour s'inscrire et connaître les conditions d'admissibilité à l'assurance maladie : [ramq.gouv.qc.ca](http://ramq.gouv.qc.ca)



# ASSURANCES MÉDICALES PRIVÉES

Vous recevrez votre carte d'assurance maladie gratuitement 3 mois après votre inscription. Pendant cette période de 3 mois, qui est appelée délai de carence de la RAMQ, vous devez être couvert par une assurance de soins de santé privée même si vous avez des assurances santé à votre travail. Ne pas souscrire à une assurance privée pourrait vous exposer à d'importants frais médicaux, par exemple si votre état nécessitait des soins d'urgence.

Voici des exemples d'assurance que vous pouvez prendre. Il en existe d'autres.

[qc.croixbleue.ca](http://qc.croixbleue.ca)  **CROIX BLEUE**<sup>MD</sup>  
DU QUÉBEC

[insttrip.manulife.com](http://insttrip.manulife.com)  **Manuvie**

# ASSURANCE MÉDICAMENTS

Les personnes de 18 ans et plus qui séjournent temporairement au Québec ne sont pas admissibles au régime public, sauf exception.

# MÉDECIN DE FAMILLE

Un médecin de famille est un médecin généraliste qui vous est attiré. Vous pouvez prendre rendez-vous avec votre médecin de famille au besoin et cela facilitera grandement votre accès aux soins de santé.

Dès que vous avez obtenu votre carte d'assurance maladie, vous devez vous inscrire sur la liste d'attente pour avoir accès à un médecin de famille qui accepte de nouveaux patients. Vous pourriez attendre plusieurs mois voire quelques années avant qu'un médecin vous soit attiré.

[quebec.ca/sante/trouver-une-ressource/guichet-acces-medecin-famille](http://quebec.ca/sante/trouver-une-ressource/guichet-acces-medecin-famille)



## RENDEZ-VOUS POUR UN PROBLÈME DE SANTÉ MINEUR

Le Guichet d'accès à la première ligne (GAP) permet aux personnes sans médecin de famille d'obtenir un rendez-vous médical ou un service de santé. Pour en bénéficier, il faut être inscrit sur la liste d'attente pour obtenir un médecin de famille.

**Composez le 811 et faites l'option 3.**

[quebec.ca/sante/trouver-une-ressource/guichet-acces-premiere-ligne](https://quebec.ca/sante/trouver-une-ressource/guichet-acces-premiere-ligne)

Pour connaître les cliniques qui offrent des consultations médicales le jour même ou le lendemain :

[sante.gouv.qc.ca/repertoire-ressources/consultations-medicales-sans-rendez-vous](https://sante.gouv.qc.ca/repertoire-ressources/consultations-medicales-sans-rendez-vous)

## SERVICES D'INTERPRÈTE

Un service d'interprète est disponible pour les gens qui ont de la difficulté à s'exprimer en français.

<https://www.ciussc-capitalnationale.gouv.qc.ca/services/bicn>

## URGENCE

En cas d'urgence, composez le 911 ou présentez-vous, sans rendez-vous, dans l'un des lieux suivants :

[CLSC de Saint-Marc-des-Carières](#)

**418 268-3571**

1045, boul. Bona-Dussault

Saint-Marc-des-Carières (Québec) G0A 4B0

[Hôpital régional de Portneuf](#)

**418 337-4611**

700, rue Saint-Cyrille

Saint-Raymond (Québec) G3L 1W1

Les urgences au CLSC de Saint-Marc-des-Carières et à l'Hôpital régional de Portneuf sont ouvertes 24 heures par jour, 365 jours par année. Tout le monde peut y aller en tout temps même s'il n'a pas de médecin attitré.



## CLSC

Un Centre local de services communautaires (**CLSC**) offre des services de santé, des services sociaux, des services préventifs, des soins de réadaptation, ainsi que des activités de santé publique comme : l'aide à l'allaitement, les cours prénataux, des prélèvements sanguins, des changements de pansements, etc.

Vous pouvez également faire vacciner gratuitement votre enfant au CLSC avec ou sans carte d'assurance maladie.

## TRANSPORT RENDEZ-VOUS MÉDICAUX

Les organismes communautaires tels que Le Halo et le Comité Vas-y offrent des services de transport à moindre coût pour les rendez-vous médicaux.

Entraide communautaire Le Halo : **418 285-2935**

Comité Vas-y : **418 337-4454**



## DENTISTE

Les soins dentaires ne sont pas couverts par le système public d'assurance santé (RAMQ) autant pour les Québécois que pour les travailleurs étrangers temporaires. Vous devez donc payer pour les soins dentaires dans une clinique privée.

Vous pouvez avoir des assurances dentaires avec votre assurance collective au travail. Informez-vous auprès de votre employeur concernant cette possibilité. Les enfants de moins de 18 ans peuvent être couverts par la RAMQ pour certains soins dentaires.

## OPTOMÉTRISTE

Les enfants de moins de 18 ans et les personnes de 65 ans et plus ont accès gratuitement aux services d'un optométriste avec la RAMQ. Les soins d'urgence sont également gratuits avec la RAMQ.

Si vous n'entrez pas dans l'une de ces catégories, vous devez payer pour les soins d'un optométriste. Vous pouvez avoir des assurances avec votre assurance collective au travail. Informez-vous auprès de votre employeur concernant cette possibilité.

