

Où consulter

pour votre santé et celle de vos enfants



Vous êtes préoccupé par votre santé?

Info-Santé

Une **infirmière** peut répondre à vos questions concernant votre santé ou celle de vos enfants.

Un appel permet souvent d'éviter de se rendre inutilement à la clinique ou à l'urgence.

Laissez votre numéro pour conserver votre rang, le système vous rappellera lors de votre tour.

**Disponible 24 h/24
811, option 1**

Pharmacien

- Infections/réactions de la peau
- Allergies saisonnières
- Symptômes urinaires ou vaginaux
- Suivi de diabète
- Renouvellement de certains médicaments

Consultez votre pharmacie habituelle

Points de services locaux

Dépistage

Streptocoque A (mal de gorge), COVID-19, influenza, cancer colorectal.

Vaccination

COVID-19, influenza, vaccins pour enfants de 4 ans et plus et adultes.

Prises de sang

**Rendez-vous :
clicsante.ca
1 833 519-4741**

Professionnels spécialisés

Optométriste

Problème soudain aux yeux, conjonctivite, changement de vision.

Physiothérapeute

Maux de dos, entorses, étourdissements, problèmes de développement moteur chez l'enfant.

Dentiste

Accident, douleur aux dents.

Consultez un professionnel près de chez vous

Vous avez un problème non urgent?

CLSC

Soins infirmiers courants

- Soins de plaies
- Retrait de sutures ou d'agrafes
- Soins de stomie
- Entretien de sondes urinaires
- Administration de médicaments par injection
- Santé sexuelle (clicsanté.ca)
- Autres services disponibles



Numérisez ici pour consulter la liste des CLSC

ciusssmcq.ca/clsc

Cliniques médicales et GMF

Si vous avez un médecin de famille

- Prenez rendez-vous pour un problème de santé qui dure depuis un certain temps ou une urgence mineure
- Des plages horaires pour des urgences mineures sont offertes par chaque clinique



Numérisez ici pour consulter la liste des cliniques et des GMF

ciusssmcq.ca/cliniquemedicale

Cliniques d'infirmières praticiennes spécialisées (IPS)

Avec ou sans médecin de famille

- Infection urinaire
- Infection respiratoire
- Infection chez les bébés et les enfants
- Mal de gorge
- Otite
- Santé sexuelle (clicsanté.ca)
- Autres services disponibles

**Drummondville, Plessisville,
Trois-Rivières (Cloutier)
et Shawinigan
RVSQ.gouv.qc.ca**

Options si vous n'avez pas de médecin de famille

Guichet d'accès à la première ligne (GAP)

Votre condition sera évaluée et vous serez dirigé vers le professionnel approprié.

**811, option 3
gap.soinsvirtuels.gouv.qc.ca**

Rendez-vous santé Québec (RVSQ)

Prenez rendez-vous dans l'une des cliniques médicales sans rendez-vous.

RVSQ.gouv.qc.ca

Services d'aide psychosociale



Info-Social

Pour discuter avec un professionnel concernant une situation difficile

- Anxiété
- Violence conjugale
- Problème de consommation (alcool et drogue)
- Idées suicidaires
- Problèmes familiaux

Disponible 24 h/24
811, option 2

CLSC

Obtenez des services psychosociaux pour des problèmes qui persistent

- Détresse
- Crises d'anxiété fréquentes
- Difficulté à surmonter votre quotidien
- Idées suicidaires



Numérisez ici pour accéder à la page web du CLSC

ciusssmq.ca/clsc

Autres ressources

Signalement DPJ

1 800 567-8520

Pour signaler un enfant ou une famille en difficulté

Jeunesse et Familles / Tel-Jeunes

1 800 263-2266 (téléphone - 7 h à 2 h)

1 514 600-1002 (texto - 8 h à 22 h 30)

www.teljeunes.com/Accueil

Centre de prévention du suicide

1 866 APPELLE (277-3553)

www.suicide.ca

Autres ressources / Interligne

ÉcoÉcoute active et réalités LGBT
Téléphone, clavardage, texto, courriel
www.interligne.com

Ligne Aide Maltraitance Adultes Aînés

1 888 489-2287

www.lignemaltraitance.ca

Ligne Parents

1 800 361- 5085

Parent Québec

Pour parler de tout à tout moment
www.ligneparents.ca/LigneParents

SOS Violence conjugale

1 800 363-9010

www.sosviolenceconjugale.ca/fr

Ligne d'écoute espoir

Pour tous les peuples autochtones du Canada
1 855 242-3310

Info-aide violence sexuelle

1 888 933-9007

www.infoaideviolencesexuelle.ca

Dépendance et toxicomanie

Drogues : aide et référence
1 800 265-2626
www.aidedrogue.ca

Anorexie et Boulimie Québec

1 800 630-0907

anebquebec.com

Service InfoDiabète

1 800 361-3504

www.diabete.qc.ca

Votre vie est en danger ou vous avez besoin de soins immédiats?

Il est important de se rendre à l'urgence si vous présentez les signes et symptômes suivants :

- Douleur à la poitrine
- Difficulté respiratoire
- Forte douleur abdominale
- Symptômes neurologiques (AVC, convulsions, somnolence anormale, confusion)
- Traumatismes tels qu'une fracture ou une commotion cérébrale importante

Bébé de 3 mois et moins avec une température rectale égale ou supérieure à 38 degrés



Urgence

Rendez-vous à l'hôpital le plus près de votre domicile ou

téléphonez
au 911.

Centre Antipoison du Québec 1 800 453-5060



Plus d'information sur où consulter
ciusssmq.ca/ouconsulter

