



# SOINS DE SANTÉ AU QUÉBEC

Les résidents du Québec sont couverts par la Régie de l'assurance maladie du Québec (RAMQ). Tous les civils ont droit aux soins de santé gratuits.

## Régime d'assurance maladie du Québec (RAMQ)

### En provenance du Québec

Vous devez informer la RAMQ lorsque vous déménagez, que ce soit au Québec ou hors Québec. Votre adresse et celle de vos enfants, s'il y a lieu, doivent être maintenues à jour lorsque vous êtes couverts par le régime québécois d'assurance maladie.

Vous pouvez le faire en vous rendant au :

 [Service québécois de changement d'adresse \(SQCA\)](http://www.sqca.ca)

### En provenance d'une autre province

Tous les membres des familles de militaires provenant d'une autre province doivent s'inscrire à la RAMQ.

**Notez que** les familles de militaires peuvent adhérer à l'assurance maladie dès qu'elles sont installées au Québec.

Lorsqu'un membre des Forces canadiennes est affecté au Québec alors qu'il provient d'une autre province ou d'un territoire canadien, les membres de sa famille (conjointe ou conjoint et enfant(s)) ayant un statut leur permettant de s'établir sont exemptés du délai d'attente habituel de 3 mois. **On encourage les familles militaires à s'identifier comme telles au moment de l'inscription.**

Pour recevoir sans frais les soins médicaux couverts par la RAMQ, vous devez présenter votre carte d'assurance maladie valide chaque fois que vous avez besoin de services. Pour vous inscrire à la Régie de l'assurance maladie du Québec, vous devez suivre les étapes indiquées sur ce lien :

 <https://www.ramq.gouv.qc.ca/fr/citoyens/assurance-maladie/inscrire>

**Si les deux parents sont militaires**, communiquer avec nous pour connaître les différentes options pour valider la demande d'inscription pour les enfants.

Selectionnez les informations qui s'apparentent à votre situation. Si les deux parents sont militaires, ils peuvent inscrire le numéro RAMQ de n'importe quelle autre personne de leur entourage pour valider la demande pour les enfants. Pour toute question, téléphonez directement à la RAMQ :  **1 800 561-9749**

Préparez les documents suivants pour les renvoyer par la poste ou les déposer au CLSC de votre arrondissement dès que vous recevrez la lettre d'acceptation :

**1. L'original de l'une des pièces d'identité suivantes selon votre situation :**

- Passeport canadien valide ;
- Certificat ou acte de naissance ;
- Certificat de citoyenneté canadienne ;
- Carte de résident·e permanent·e ou tout autre document délivré par les autorités canadiennes de l'immigration attestant votre statut de résident·e permanent·e au Canada.

2. **Le document original confirmant la réinstallation**, par exemple le message d'affectation, **ou** un document **confirmant la date de libération**.
3. **Une photo** : toute personne de 14 ans et plus doit avoir une carte d'assurance maladie avec photo. Vous pouvez vous faire photographier dans les pharmacies. Prévoyez un montant avoisinant 15 \$ – 20 \$ par prise de photo en format passeport. (Facultative pour l'émission de la carte la première fois).

**Notez que** si vous êtes marié(e) et avez choisi le nom de famille de votre conjoint(e), on émettra malgré tout votre carte d'assurance maladie à votre nom de famille, tel qu'il est inscrit sur votre certificat de naissance.

La RAMQ vous fera parvenir une lettre qui mentionne la date à partir de laquelle vous êtes couvert. Vous devrez conserver cette lettre jusqu'à l'obtention de votre carte d'assurance maladie.

Le délai d'attente pour recevoir votre carte varie de 30 à 45 jours suivant l'envoi de votre formulaire d'inscription.

Si vous devez vous rendre dans un établissement de santé et de services sociaux avant la réception de votre carte, votre lettre ne vous permettra pas d'avoir accès aux services gratuitement. Toutefois, deux possibilités s'offrent à vous pour éviter des frais :

1. Si vous arrivez d'une autre province canadienne, les services médicaux pourraient être couverts par l'assurance maladie de votre province de résidence précédente.
2. Certains médecins refusent la carte d'assurance maladie d'une autre province pour des soins en clinique. Vous recevrez donc une facture que vous n'aurez pas à payer. Vous devrez toutefois effectuer une demande de paiement à la RAMQ afin que celle-ci acquitte ces frais.

Dans ce cas, vous devrez leur faire parvenir une copie de cette facture et de votre lettre confirmant votre adhésion au régime.





## Trouver un médecin de famille

La situation actuelle des services de santé au Québec fait qu'il est difficile pour tout le monde de se trouver un médecin de famille et d'avoir rapidement accès aux médecins spécialistes.

Il est recommandé de s'inscrire au Guichet d'accès à un médecin de famille (GAMF) pour trouver un médecin de famille au Québec. Toutes les personnes à la recherche d'un médecin sont ainsi regroupées dans la même base de données par région. Chaque inscription est évaluée et priorisée selon les critères de vulnérabilité établis par la RAMQ.

La priorité accordée à votre demande dépend de votre état de santé et de la disponibilité des effectifs médicaux et non pas de la date de réception de votre inscription.

Inscrivez-vous au Guichet d'accès à un médecin de famille (GAMF) en ligne dès la réception de votre carte d'assurance maladie pour accélérer votre recherche de médecin :

 [gamf.gouv.qc.ca](http://gamf.gouv.qc.ca)

Si vous avez déjà un médecin de famille dans une autre région du Québec, vous devez appeler au Guichet d'accès pour la clientèle orpheline (GACO) et demander un autre médecin au Saguenay. Vous conserverez votre médecin de famille actuel en attendant d'avoir un nouveau médecin :

📞 **418 669-1049 ou 1 844 867-5332**

## CONSULTATIONS MÉDICALES

La plupart des familles du Saguenay sans médecin de famille doivent se rendre à l'urgence de l'un des trois hôpitaux de la région, dans l'une des cliniques privées, à la clinique sans rendez-vous ou encore avoir recours aux services de médecine en ligne.

### Urgence de l'hôpital

#### Hôpital de La Baie

1000, rue Dr Desgagné  
La Baie (Québec)  
G7B 2Y6

📞 418 544-3381

#### Hôpital de Chicoutimi

305, rue Saint-Vallier  
Chicoutimi (Québec)  
G7H 5H6

📞 418 541-1000

#### Hôpital de Jonquière

2230, rue de l'Hôpital  
Jonquière (Québec)  
G7X 7X2

📞 418 695-7700

- Ouvert 24 h/24 h, 7 jours/7 ;
- Prévoir un délai d'attente ;
- Vous pouvez consulter le taux d'occupation et le temps d'attente ici :  
 <https://www.indexsante.ca/urgences/#Saguenay-Lac-Saint-Jean>

### Info-Santé 811

Ce service de consultations téléphonique est gratuit, confidentiel et offre 24 heures par jour 365 jours par année. Voici les trois options pour des besoins différents.

## **Option 1 : Info-Santé pour des conseils en santé**

Une infirmière évalue l'état de santé et donne des recommandations pour des soins à la maison ou pour trouver le service qui répondra le mieux au besoin. Les appels pour les enfants de 0 à 17 ans peuvent être traités plus rapidement grâce à la ligne prioritaire, ce qui permet d'obtenir un rendez-vous avec un médecin.

## **Option 2 : Info-Social pour des conseils psychosociaux**

Un professionnel en intervention psychosociale offre des conseils pour un problème psychosocial ou en santé mentale.

## **Option 3 : Guichet d'accès à la première ligne (GAP téléphonique) -**

### **POUR OBTENIR UN RENDEZ-VOUS**

Cette ligne est **réservée aux personnes sans médecin de famille**. Une infirmière donne des recommandations pour des soins à la maison et, au besoin, oriente vers le professionnel de la santé le mieux adapté (pharmacien, infirmière, médecin, etc.).

 <https://gap.soinsvirtuels.gouv.qc.ca/fr>

## **Guichet d'accès à la première ligne (GAP numérique)**

### **POUR OBTENIR UN RENDEZ-VOUS**

Ce service en ligne disponible en tout temps permet d'être dirigé vers le service adéquat selon les besoins identifiés. **Voici les 3 services offerts :**

1. Évaluation des besoins de santé – questionnaire en ligne sur l'état de santé pour recevoir un appel d'une infirmière qui recommandera des soins ou vous dirigera vers un professionnel de la santé et vous donnera un rendez-vous si nécessaire.
2. Prise de rendez-vous en ligne pour prélèvements, vaccination et bien plus.
3. Information sur les problèmes de santé, avant de penser à la consultation.

## Rendez-vous Santé Québec

Que vous ayez un médecin de famille ou non, vous pouvez utiliser Rendez-vous santé Québec, un service gouvernemental gratuit permettant la prise de rendez-vous en ligne avec un médecin de famille. **Le seul critère d'admissibilité est de détenir une carte d'assurance maladie du Québec.** Pour prendre rendez-vous, visitez le site web suivant :

 [www.rvsq.gouv.qc.ca](http://www.rvsq.gouv.qc.ca)

## Cliniques sans rendez-vous

### CLSC de Chicoutimi

80, rue Racine Est  
Chicoutimi (Québec) G7H 1P6

 418 543-2221 (Option 6 puis, 9) poste 3711

- Ouvert de 8 h à 16 h 30, du lundi au vendredi ;
- Se présenter sur place dès 8 h pour rencontrer une infirmière, qui pourra vous fixer un rendez-vous avec un médecin dans l'après-midi, au besoin.



# Télémedecine

## Maple

Ce service de télémedecine est offert gratuitement aux familles des militaires, en s'inscrivant à l'aide de votre numéro de carte UneFC.

Pour plus de renseignements :

 [Soutien médical virtuel pour les familles des militaires](#)

Vous pourrez ensuite utiliser la plateforme pour obtenir une consultation médicale en ligne avec un médecin canadien : <https://app.getmaple.ca/login>

Ce service est également offert aux **vétérans** libérés pour des raisons médicales et aux **membres de leurs familles**. Pour vous inscrire :

 <https://www.getmaple.ca/fr/famillesdesveterans/#form>

 [Pour plus de renseignement](#)

## Cliniques privées

Veuillez noter que vous devrez débourser des frais d'ouverture de dossier et de consultation pour avoir accès aux services rendus dans ces cliniques privées.

Pour plus d'informations, consultez notre :

 [Liste des cliniques privées de la région](#)

## Autres services

### Pharmacie

Si vous, ou un membre de votre famille avez besoin d'une consultation pour des raisons de vaccination, infection mineure, pansement, ajustement de médicaments pour une maladie chronique et bien plus. Plusieurs pharmacies de la région peuvent vous aider. Contactez-nous pour connaître les détails et les pharmacies offrant ces types de services.

## **Aire Ouverte de Jonquière**

Offre de différents services adaptés à la réalité des jeunes de 12 à 25 ans. Les services sont gratuits et très variés.

Vous pouvez obtenir de l'aide relativement à l'anxiété, aux troubles alimentaires, à un moyen de contraception, aux différentes dépendances, et même l'aide à la recherche d'emploi.

Ouvert de jour et de soir, avec ou sans rendez-vous.

2433, rue St-Dominique  
Jonquière, G7X 6L1

 418 290-0733

 <https://aireouverte.santesaglac.gouv.qc.ca>

## **Agir Tôt**

Le programme Agir tôt s'adresse aux enfants âgés de 0 à 5 ans et à leur famille. Il vise à repérer le plus rapidement possible les indices de difficultés dans le développement d'un enfant afin de l'orienter rapidement vers les services adéquats.

Si vous avez des inquiétudes concernant le développement de votre enfant ou que vous souhaitez obtenir plus d'information sur les services de ce programme, communiquez avec votre CLSC. Vous pourrez discuter de vos préoccupations avec un·e intervenant·e qui déterminera le service approprié.

 [Programme Agir tôt](#)



## Grossesse

### **Femme inscrite à la RAMQ**

En ce qui concerne l'obtention d'un médecin lors d'une grossesse, il faut téléphoner aux différentes cliniques de médecine familiale de la région afin de connaître la possibilité d'une prise en charge par un médecin qui exerce ce genre de suivi.

Vous pouvez demander la liste complète des cliniques à votre CRFM.

Téléphonez au département de la santé de la femme de l'hôpital de Chicoutimi au **418 541-1033** pour obtenir un suivi de grossesse. Ils peuvent aussi vous guider à travers toutes les étapes de la grossesse et de l'accouchement.

Au Québec, il est aussi possible d'obtenir un suivi de grossesse auprès d'une sage-femme. Pour en savoir davantage, vous pouvez téléphoner à la Maison de naissance du Fjord-au-Lac située dans l'arrondissement de Chicoutimi ou visiter le lien suivant :

 [Maison de naissance du Fjord-au-Lac](http://www.maisondenaissancefjordaulac.com)

 **418 541-1166**

## Service Ma grossesse

L'inscription au service Ma grossesse vous permet un accès gratuit, rapide et confidentiel à de l'information et à des services adaptés à vos besoins durant votre grossesse.

 <https://magrossesse.safir.ctip.ssss.gouv.qc.ca/fr>

## Femme non inscrite à la RAMQ

Les étapes pour obtenir un suivi de grossesse demeurent les mêmes que si vous étiez couverte par la RAMQ. Cependant, il faudra payer les services reçus. Pour cela, il est important de vérifier les coûts lors de votre recherche de médecin. Veuillez téléphoner au département de la santé de la femme pour obtenir plus d'information :

 418 541-1033

**Notez que** l'enfant à naître ne sera pas couvert automatiquement à sa naissance par la RAMQ. Pour qu'il soit admissible, l'un des deux parents doit être couvert par la RAMQ ou être dans l'attente d'une réponse à la suite d'une demande de résidence permanente au niveau fédéral.

## Carnet Santé Québec

Carnet santé Québec est un site Web qui vous donnera accès à vos informations de santé en ligne. Vous pouvez même consulter vos rendez-vous, les annuler et en voir l'historique.

## Vos médicaments

Accédez à la liste des médicaments inscrits à votre dossier en pharmacie.

## Vos résultats d'imagerie médicale

Ayez accès aux rapports de vos examens d'imagerie médicale : échographie, radiographie et autres.

## Vos résultats de prélèvements

Recevez les résultats de vos prises de sang, tests d'urine et autres prélèvements.

## Services médicaux payés à l'acte

Consultez la liste des services médicaux qui vous ont été rendus et qui ont été payés à l'acte à votre professionnel de la santé par la RAMQ.

 <https://carnetsante.gouv.qc.ca/portail>

## CRFM de Bagotville

Le CRFM vous accompagne dans l'ensemble de vos démarches par le biais de notre **programme Op Accès santé**. Pour toute question, n'hésitez pas à nous contacter.

**Communauté anglophone** nous avons des outils pour vous, procurez-vous le Guide HELP à votre CRFM. Il existe aussi une application web :

 <https://www.veq.ca/hp/information.php>

### • NOUS CONTACTER : .....

 418 677-7468

 1775, rue Lucien Lecompte,

 [info@crfmbagotville.com](mailto:info@crfmbagotville.com)

C.P. 280, Bât. 116

 CRFM Bagotville MFRC

Alouette (Québec)

G0V 1A0

