

Problème de santé

Dans le contexte de la pandémie, voici ce que vous devez faire si vous avez un problème de santé.

Communiquer avec Info-Santé 811

- 24 heures par jour, 7 jours par semaine
- Composer le **811** vous permet d'obtenir une évaluation et des conseils sur votre état de santé, où que vous soyez.

Si vous devez consulter un médecin

- **Vous avez des symptômes s'apparentant à ceux de la COVID-19 :**
Que vous ayez un médecin de famille ou non, communiquez avec la ligne Info-COVID 1 877 644-4545 ou 418 644-4545.
Une infirmière vous dirigera vers la ressource adéquate.
- **Pour tout autre problème de santé :**
Si vous avez un médecin de famille, prenez rendez-vous dans sa clinique médicale.
Si vous n'avez pas de médecin de famille, communiquez avec la ligne Info-COVID 1 877 644-4545 ou 418 644-4545.

En cas d'urgence

Blessure grave ou détérioration de l'état de santé

- Composez le **911** pour demander une ambulance ;
des frais vous seront facturés pour ce service ;
- Ou dirigez-vous à l'hôpital en taxi ou par un autre moyen de transport sécuritaire.

Les services d'urgence doivent être utilisés uniquement lorsque la situation :

- Comporte un danger immédiat pour vous ou un de vos proches ;
- Exige une intervention rapide.

En cas de doute, composez le **811** Info-Santé.

Situation difficile, détresse



Info-Social 811, option 2

Info-Social 811 vous offre un service de consultation psychosociale téléphonique. L'intervenant d'Info-Social peut vous conseiller et vous soutenir dans votre démarche vers un mieux-être. Il peut aussi intervenir en situation de crise ou vous orienter vers le bon service.

Info-Social est disponible en tout temps (24 heures par jour, 7 jours par semaine). **Il suffit de composer le 811 et de choisir l'option 2** pour parler à un intervenant psychosocial. Vous pouvez téléphoner pour vous-même ou une autre personne, quel que soit votre âge.

Exemples de situations où vous pouvez appeler Info-Social 811 :

- Vous êtes inquiet ou anxieux par rapport à la pandémie du coronavirus ou à ses conséquences dans votre vie ;
- Vous traversez une situation difficile : deuil, perte d'emploi, problème de santé mentale, perte d'autonomie d'un proche, toxicomanie et autres dépendances ;
- Vous êtes victime : de harcèlement, d'agression, de violence ;
- Vous avez des inquiétudes envers un proche : un enfant, un adolescent, un parent, une personne âgée ;
- Vous vivez des difficultés dans votre famille : rupture, famille recomposée, problèmes financiers, désorganisation, crise.

Vous êtes inquiet pour une personne de votre entourage ?

Soyez attentifs aux personnes âgées, aux personnes atteintes d'un trouble de santé mentale, aux personnes vivant seules dans votre entourage ou votre famille. Si vous constatez qu'elles vivent de la détresse ou que leur état de santé physique ou mentale se détériore :

- Encouragez-les à contacter Info-Santé / Info-Social **811** ;
- Ou offrez-leur de faire cette démarche en leur nom.

