



ÉQUIPE SANTÉ ONTARIO
TIMISKAMING
ONTARIO HEALTH TEAM

**Services de santé pour les
personnes qui n'ont pas
de médecin de famille ou
de membre du personnel
infirmier praticien**

Services de santé pour les personnes qui n'ont pas de médecin de famille ou de membre du personnel infirmier praticien



Table des matières

Options en matière de soins primaires	2
Soins cliniques	2
Santé sexuelle	3
Soins prénataux et néonataux	3
Dépistage du cancer	4
Vaccins	4
Santé mentale et traitement des dépendances	4
Gestion des maladies chroniques	6
Répertoires de services de soutien locaux	6
Communiquer avec nous	7

Services de santé pour les personnes qui n'ont pas de médecin de famille ou de membre du personnel infirmier praticien



Pour les urgences en santé, appelez le 911



ÉQUIPE SANTÉ ONTARIO
TIMISKAMING
ONTARIO HEALTH TEAM

Options en matière de soins primaires

Les soins de santé primaires favorisent des soins complets, coordonnés, pratiques et axés sur la personne.

Familles ayant des enfants de 0 à 5 ans

Le programme Little Monarchs, offert par le Centre de santé communautaire du Témiskaming (CSCT), fournit des soins continus aux familles ayant des enfants âgés de 0 à 5 ans, en anglais ou en français.

CSCT New Liskeard – Composez le 705 648-1465
Kirkland Lake – Composez le 705 648-1465

Membres de la communauté autochtone

La Mino M'shki-ki Indigenous Health Team propose des services cliniques, des programmes de bien-être, ainsi que des programmes traditionnels et culturels.

Lieux : New Liskeard et Kirkland Lake

New Liskeard – Composez le 705 647-7855, poste 3000

Kirkland Lake – Composez le 705 647-7855, poste 2100

Rendez-vous sur le site minomshkiki.ca.

Membres de la communauté francophone

Le Centre de santé communautaire du Témiskaming offre des soins continus en français pour les personnes de tous les âges. Rendez-vous sur le site www.csctim.on.ca/?lang=fr.

Si vous n'avez pas de médecin de famille ou de membre du personnel infirmier praticien, inscrivez-vous à **Accès Soins**. Accès Soins dirige les personnes qui n'ont pas de médecin vers un fournisseur de soins de santé familiale qui accepte de nouveaux patients dans leur communauté.

Inscrivez-vous

Composez le 811 | Inscrivez-vous en ligne sur health811.ontario.ca.

Soins cliniques

Services de pharmacie

Les pharmaciens peuvent répondre à de nombreuses préoccupations de santé et ils peuvent désormais prescrire des médicaments pour certains problèmes de santé, notamment :

- les infections et les problèmes cutanés : conjonctivite, herpès labial, infections à levures, infections urinaires, dermatite, érythème fessier, etc.;
- les piqûres d'insectes, y compris les piqûres de tiques;
- les allergies et les problèmes respiratoires;
- les problèmes de digestion et d'estomac.

Les pharmaciens peuvent également renouveler les ordonnances pour la plupart des médicaments, tels que les médicaments pour la tension artérielle, le diabète et l'asthme.

Les soins cliniques sont ceux que vous recherchez lorsque vous avez des problèmes médicaux qui nécessitent un traitement.

Clinique de soins virtuels de la région du Nord-Est (CSVRE) :

La CSVRE s'adresse aux personnes qui n'ont pas de fournisseur de soins primaires ou qui ont un accès limité à leur fournisseur de soins primaires.

Prenez un rendez-vous virtuel le jour même ou le lendemain avec un membre du personnel infirmier praticien.

Composez le 1 888 684-1999

Rendez-vous sur le site www.nevirtualcare.ca/.



Soins cliniques (suite)

Santé811

Santé811 est un service gratuit, sécurisé et confidentiel auquel toute personne vivant en Ontario peut accéder en tout temps afin de recevoir des conseils en matière de santé de la part d'un membre du personnel infirmier autorisé.

Composez le 811 (ATS : 1 866 797-0007)

Rendez-vous sur le site [Ontario.ca/sante811](https://ontario.ca/sante811).

Tia Santé

Tia Santé est une solution gratuite pour les soins primaires non urgents en Ontario. Il est possible de prendre rendez-vous en ligne des fournisseurs de soins de santé formant un réseau, y compris des membres du personnel infirmier praticien.

Rendez-vous sur le site tiasante.com.

Santé sexuelle

Les soins de santé sexuelle contribuent à votre bien-être, et ce, au moyen de l'information, de la prévention, d'examens et de traitements liés à la sexualité et à la reproduction.

Clinique de santé sexuelle

Santé publique du Nord-Est propose des renseignements sur la contraception, le traitement et le dépistage des infections sexuellement transmissibles, le dépistage anonyme du VIH, la contraception d'urgence (plan B), la contraception abordable, les tests de grossesse et le counseling en la matière, le counseling en matière d'interruption de grossesse, les tests Pap et le soutien en matière de relations saines.

Composez le 1 877 442-1212.

Rendez-vous sur le site <https://www.timiskaminghu.com/427/clinique-sante-sexuelle>.

Soins prénataux et néonataux

Les soins prénataux et néonataux sont des soins destinés aux personnes enceintes ou qui s'occupent de nouveau-nés.

Si vous êtes enceinte et que vous n'avez pas de médecin de famille ou de membre du personnel infirmier praticien, vous pouvez obtenir des soins pendant votre grossesse sans aiguillage; pour obtenir davantage de renseignements, rendez-vous sur le site www.temiskaming-hospital.com/labour-delivery. Vous pouvez également vous adresser vous-même aux Sages-femmes Temiskaming en appelant le 705 647-6664. Les sages-femmes peuvent vous accompagner de la grossesse jusqu'à six semaines après l'accouchement.

Bébés en santé, enfant en santé

Ce service offre du soutien en matière de parentalité et de grossesse, des visites de suivi pour les enfants de six ans et moins pour vérifier leur croissance et leur vaccination, une évaluation et du soutien concernant l'allaitement et le bien-être post-partum. Bébés en santé, enfants en santé propose également des visites à domicile mixtes et accepte les patients qui se présentent dans le cadre d'une démarche personnelle.

Composez le 1 877 442-1212.

Rendez-vous sur le site www.timiskaminghu.com/90586/rendezvous-en-ligne.



Dépistage du cancer

Le dépistage du cancer est un test proposé aux personnes qui répondent à des critères précis et qui permet de détecter un cancer à un stade précoce.

Dépistage du cancer du col de l'utérus

Santé publique du Nord-Est propose un dépistage du cancer du col de l'utérus.
Composez le 1 877 442-1212.

Dépistage du cancer du sein

(Programme ontarien de dépistage du cancer du sein [PODCS])

Si vous avez entre 40 et 74 ans, vous pouvez effectuer vous-même une demande de service en appelant aux endroits suivants :

Hôpital Temiskaming – Composez le 705 647-1088, poste 2129.

Santé Rivière Blanche – Site de Kirkland Lake – Composez le 705 567-5251, poste 3242.

Dépistage du cancer du côlon

Si vous avez entre 50 et 74 ans, vous pouvez appeler le 811 (ATS : 1 866 797-0007) pour recevoir un test immunochimique fécal (TIF) par la poste.

Si vous avez des questions sur le dépistage du cancer, notamment sur les tests auxquels vous êtes admissibles, vous pouvez appeler le Programme régional de cancérologie du Nord-Est, au 1 877 228-1822.

Vous pouvez également consulter le site **Mon QICancer** pour en savoir plus sur le dépistage du cancer : www.mycanceriq.ca.

Vaccins

Les vaccins protègent l'organisme contre diverses maladies, telles que la grippe, la rougeole et la varicelle. Certains vaccins sont obligatoires pour fréquenter un lieu de travail ou l'école et pour voyager.

Si vous n'avez pas de médecin de famille ou de membre du personnel infirmier praticien, sachez qu'il est possible d'obtenir la plupart des vaccins dans les pharmacies locales et auprès de Santé publique du Nord-Est.

Si vous avez des questions sur les vaccins pour vos enfants ou pendant votre grossesse, vous pouvez prendre rendez-vous avec une professionnelle ou un professionnel de la santé dans un espace sûr et sans jugement. Rendez-vous sur le site www.sickkids.ca/en/care-services/support-services/immunization-infoline/ (en anglais seulement).

Santé mentale et traitement des dépendances

La santé mentale est notre bien-être émotionnel, psychologique et social. La dépendance est le fait de se trouver sous l'emprise d'une substance ou d'un comportement qui peut avoir des conséquences néfastes, comme l'alcool ou le jeu.

Service de santé mentale et de traitement des dépendances accessible sans rendez-vous ou par téléphone

La filiale de Cochrane-Timiskaming de l'Association canadienne pour la santé mentale (ACSM-CT) à Kirkland Lake et à New Liskeard offre des services de santé mentale et de traitement des dépendances sans rendez-vous du lundi au vendredi, de 8 h 30 à 16 h 30 (fermée de 12 h à 13 h). Aucun rendez-vous ni aiguillage n'est nécessaire. Il suffit de se rendre sur place ou d'appeler pour parler immédiatement à une intervenante ou un intervenant en santé mentale et en traitement des dépendances.

- Kirkland Lake – Composez le 705 567-9596
- New Liskeard – Composez le 705 647-4444



Santé mentale et traitement des dépendances (suite)

Clinique d'accès rapide au traitement médical de la toxicomanie (RAAM)

L'ACSM-CT offre une clinique RAAM où les gens peuvent obtenir de l'aide pour une dépendance à une substance ou un trouble lié à la consommation de substances, avec ou sans aiguillage. La clinique propose des évaluations, du counseling et, s'il y a lieu, des ordonnances de médicaments pour soulager les symptômes de sevrage. La clinique aide également les personnes à accéder aux services de soutien communautaires et de rétablissement.

Kirkland Lake – Composez le 705 567-9596

New Liskeard – Composez le 705 647-4444

Jeunesse, J'écoute

Vous pouvez envoyer un message texte au 686868 pour obtenir du soutien immédiat ou appeler le 1 800 668-6868 pour parler à une intervenante ou à un intervenant.

Pour en savoir plus sur les services ou clavarder en ligne, consultez le site www.jeunessejecoute.ca/.

ConnexOntario

Service d'information et d'aiguillage axé sur les services de santé mentale, de même que de traitement des dépendances et du jeu excessif. Le service offre une assistance par téléphone, par clavardage en ligne et par courriel 24 heures sur 24, 7 jours sur 7. Le personnel offre une écoute attentive pour déterminer les ressources dont la personne a besoin.

Composez le 1 866 531-2600.

Rendez-vous sur le site www.connexontario.ca/fr.

Ligne d'aide en cas de crise de suicide

Appelez ou envoyez un message texte au 988 pour obtenir de l'aide. Le 988 est un espace sûr où l'on peut parler 24 heures sur 24, tous les jours de l'année.

Rendez-vous sur le site www.988.ca/fr.

Programme Psychothérapie structurée Ontario

Si vous avez plus de 18 ans, vous pouvez vous-même faire demander pour bénéficier de soutien gratuit dans le cadre du programme Psychothérapie structurée Ontario (PSO).

Rendez-vous sur le site

<https://neosp.ca/french/index.html>.

TelemedMD

Ce service offre du soutien en matière de santé mentale et de traitement des dépendances.

Rendez-vous sur le site

telemedmd.ca/substance-use-care (en anglais seulement).

Service national d'intervention en cas de surdose (NORS)

Vous pouvez appeler le NORS si vous envisagez de consommer seul(e). Le NORS offre du soutien à la consommation virtuel, sûr, gratuit et confidentiel.

Il propose également des services de santé virtuels, des services de soutien par les pairs, des ressources de guérison traditionnelles et une assistance juridique. Les parents et les amis des personnes qui consomment des substances peuvent également communiquer avec le NORS pour obtenir du soutien et des ressources.

Composez le 1 888 688-6677.

Rendez-vous sur le site <https://www.nors.ca/> (en anglais seulement).

De même, l'ACSM-CT offre de nombreux **services pour soutenir les personnes qui n'ont pas de médecin de famille ou de membre du personnel infirmier praticien**. Vous pouvez obtenir plus de renseignements sur l'admissibilité en appelant l'ACSM-CT à New Liskeard, au 705 647-4444, ou à Kirkland Lake, au 705 567-9596. Rendez-vous sur le site cmhact.ca/fr/programmes-services/.



Gestion des maladies chroniques

Le diabète, la maladie pulmonaire obstructive chronique (MPOC) et l'insuffisance cardiaque sont des exemples de maladies chroniques.

Telemed MD

Ce service offre une assistance virtuelle pour la gestion des maladies chroniques.

Rendez-vous sur le site telemedmd.ca/home (en anglais seulement).

Programme d'information sur le diabète du Timiskaming

Une équipe d'éducateurs agréés en diabète, de diététistes et de membres du personnel infirmier autorisé qui offrent de l'information et du soutien aux adultes vivant avec le diabète. Les services sont offerts par téléphone ou en personne, du lundi au vendredi, de 8 h à 16 h. Aucun aiguillage n'est nécessaire.

Lieux :

Site de Kirkland Lake – 145, chemin Government Est. Composez le 705 568-2134.

Site de New Liskeard – 280, rue Armstrong Nord. Composez le 705 647-8722.

Découvrez les aliments

Un site Web bilingue qui offre des renseignements provenant de Diététistes du Canada. Vous pouvez entrer en contact avec une ou un diététiste et trouver des renseignements sur la nutrition et l'alimentation. Le site Web porte, entre autres, sur la prévention et la gestion du diabète, sur les problèmes digestifs et sur l'alimentation saine pour le cœur. Le site contient également des ressources sur l'alimentation selon un budget, la cuisine, l'achat de nourriture et la planification des menus.

Composez le 1 866 797-0000.

Rendez-vous sur le site www.unlockfood.ca/fr/.

Répertoires de services de soutien locaux

Ces répertoires contiennent de plus amples renseignements sur les services sociaux locaux et d'autres programmes communautaires.

211 Ontario

Services sociaux et soutien communautaire. Une ligne d'assistance téléphonique pour mettre les gens en contact avec des services sociaux, des programmes et des services de soutien communautaires dans un contexte non urgent.

Composez le 211.

Rendez-vous sur le site 211north.ca (en anglais seulement).

Guide de ressources pour les personnes âgées dans le Timiskaming (211 Timiskaming)

Un répertoire des services sociaux et des services de soutien communautaires adaptés aux personnes âgées dans le Timiskaming.

Rendez-vous sur le site timiskaming.211north.ca/recherche/.

Répertoire de l'Équipe Santé Ontario Timiskaming

Une plateforme interactive pour trouver des services de santé locaux dans le Timiskaming et le secteur environnant.

Rendez-vous sur le site fr.timiskamingoht.ca.



ÉQUIPE SANTÉ ONTARIO
TIMISKAMING
ONTARIO HEALTH TEAM

Communiquer avec nous!



timiskamingoht@blancheriverhealth.ca



timiskamingoht.ca

Suivez-nous!



Timiskaming Ontario Health Team /
Équipe Santé Ontario Timiskaming