

OÙ CONSULTER POUR MA SANTÉ



PROBLÈME DE SANTÉ PHYSIQUE

J'ai besoin de conseils ou de voir un(e) professionnel(le) de la santé

J'appelle :

- Ma pharmacie
- Au 811, option 1
- Le bureau de mon médecin ou de mon infirmière praticienne spécialisée (IPS)
→ Si je n'ai pas de médecin ou d'IPS, j'appelle au 811, option 3

Pour savoir où consulter, je peux aussi aller au gap.soinsvirtuels.gouv.qc.ca

PROBLÈME SOCIAL, PSYCHOLOGIQUE OU DE SANTÉ MENTALE

J'ai besoin d'accompagnement ou de parler à un(e) intervenant(e)

J'appelle :

- Au 811, option 2
- Au CLSC
→ Pour avoir le numéro de téléphone du CLSC le plus près de chez moi : santeestrie.qc.ca/clsc

J'ai des idées suicidaires

- J'appelle au 1 866 APPELLE (1 866 277-3553) ou
- Je visite suicide.ca

URGENCE

J'appelle au 911 ou je me présente à l'urgence si :

- Ma vie est en danger ou
- J'ai besoin de soins rapidement

Par exemple :

- J'ai de la difficulté à respirer
- Je suis très essoufflé(e)
- J'ai l'impression d'étouffer
- J'ai une forte douleur à la poitrine ou au ventre
- J'ai tout à coup très mal à la tête
- J'ai une brûlure ou une blessure grave
- J'ai perdu la sensation d'un côté du corps
- Etc.



santeestrie.qc.ca/consulter-pour-ma-sante

Centre intégré universitaire de santé et de services sociaux de l'Estrie – Centre hospitalier universitaire de Sherbrooke

