



GUIDE DE NAVIGATION DU RÉSEAU DE LA SANTÉ ET DES SERVICES SOCIAUX DU MANITOBA



Santé en français a retenu les services de M^{me} Rolande Kirouac, de Spadrole.

SPADROLE

Graphisme et mise en page de M^{me} Raïssa Bado

Raïssa Bado
DES ADRESSES ET DES IDÉES

Ce guide a été conçu dans le cadre du projet national intitulé Renforcer les capacités pour un accueil en santé des personnes immigrantes francophones, financé par Immigration, Réfugiés et Citoyenneté Canada par l'entremise de la société Santé en français pour la période de 2020 à 2025.

Les opinions exprimées dans le présent guide, ou dans la documentation et l'information répertoriées, ne reflètent pas nécessairement celles d'Immigration, Réfugiés et Citoyenneté Canada ou du gouvernement du Manitoba.

Financé par



Immigration, Réfugiés
et Citoyenneté Canada

Immigration, Refugees
and Citizenship Canada



Santé
immigration
francophone

Par l'entremise de



Société Santé
en français

Santé en français a élaboré cet outil avec l'appui du groupe sectoriel Santé et services sociaux du Réseau en immigration francophone du Manitoba.



Version : mars 2024

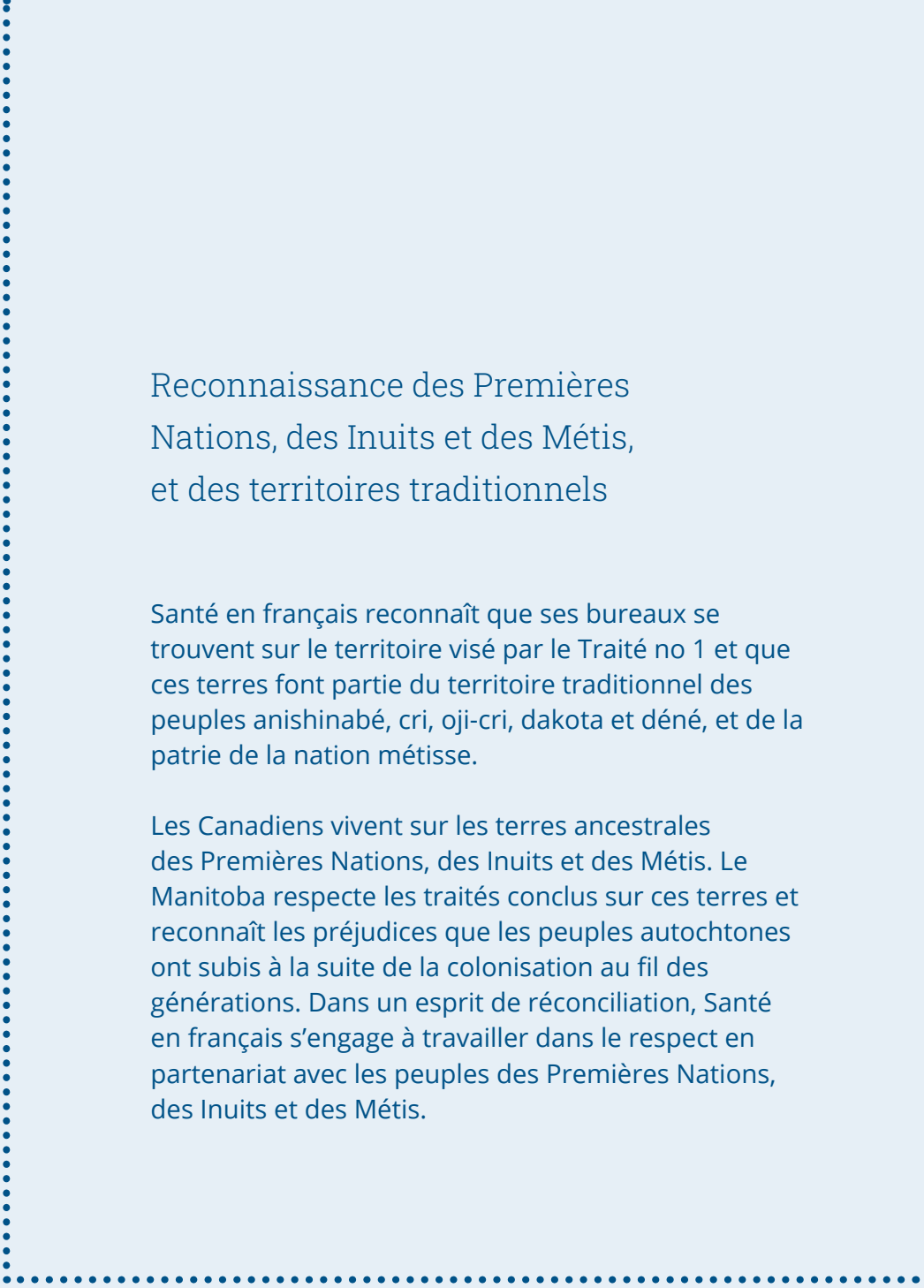
Dernière mise à jour : mars 2024

Crédit photo : Jessica Losorata (Wikimedia Commons)

Table des matières

Reconnaissance des Premières Nations, des Inuits et des Métis, et des territoires traditionnels	5
Introduction	7
1. Santé Manitoba : un survol du réseau public de la santé	9
2. Comment obtenir votre carte d'assurance-maladie de Santé Manitoba.....	10
2.1) L'assurance-maladie de Santé Manitoba	11
2.2) Régime privé d'assurance-maladie au Canada	12
2.3) Le régime d'assurance-médicaments du Manitoba	12
3. Immigration, Réfugiés et Citoyenneté Canada.....	13
3.1) Programme fédéral de santé intérimaire (PFSI)	13
3.2) Examens médicaux – Immigration (EMI)	14
3.3) Soins de santé pour réfugiés parrainés.....	15
4. Recherche d'un médecin de famille	16
5. Health Links - Info Santé : une ressource pour vous orienter	17
6. Absence du Manitoba.....	18
7. Soins de santé	19
7.1) Où aller pour recevoir des soins de santé.....	19
7.2) Délais d'attente	19
7.3) Où aller selon votre besoin en matière de santé	20
7.4) Clinique sans rendez-vous.....	21
7.5) Centre de soins d'urgence mineure ou service d'urgence	22
7.6) À quoi vous attendre lors d'une consultation médicale	23
7.7) Offices régionaux de la santé (ORS)	23
7.8) Ambulance.....	23
7.9) Recherche de services en français : deux ressources de nos organismes de la francophonie manitobaine.....	24
8. Grossesse et soins prénatals	25
8.1) Mesures à prendre	25
8.2) Naissance à l'extérieur du Canada	26
8.3) Accouchement	26
8.4) Choix relatif à la grossesse et à l'avortement	27
8.5) Bébé en santé	29

8.6) Soins de santé aux jeunes femmes de 12 à 22 ans – Teen Clinic	29
8.7) Allocation prénatale	30
8.8) Soutien prénatal supplémentaire offert par les services de santé publique.....	30
8.9) Où dois-je aller avec un enfant malade ou blessé? (KidCareMB)	30
8.10) Pratiques parentales saines	30
9. Vaccins	31
10. Santé publique	32
11. Santé mentale	33
12. Prévention de la violence familiale	35
13. Soutien aux familles et aux jeunes	36
14. Soutiens aux personnes handicapées	37
15. Soutien aux aînés	38
15.1) Soins à domicile	38
15.2) Logement et soins de longue durée	39
15.3) Soins palliatifs	39
16. Programme d'accès linguistique	40
16.1) Politique sur les services en français adoptée en mai 2017	40
16.2) Demande de services d'interprétation	40
17. Droits des patients	41
18. Loi sur les renseignements médicaux personnels (LRMP)	42
19. Aide médicale à mourir	43
20. Droits des personnes LGBTI	43
21. Soins dentaires	44
22. Soin des yeux	45
23. Santé et sécurité des travailleurs	46
Annexe A	48
Offices régionaux de la santé (ORS).....	48
Annexe B	50
Tableau synthèse des points d'accès.....	50
Annex C	51
Conseils psychosociaux, services en cas de crise et auto-assistance en santé mentale	51
Services en cas de crise (24/24 h ; 7/7 j)	53
Ressources communautaires d'auto-assistance/lignes téléphoniques	54
Services privés de conseils psychosociaux	54
Services de lutte contre les dépendances.....	55



Reconnaissance des Premières Nations, des Inuits et des Métis, et des territoires traditionnels

Santé en français reconnaît que ses bureaux se trouvent sur le territoire visé par le Traité no 1 et que ces terres font partie du territoire traditionnel des peuples anishinabé, cri, oji-cri, dakota et déné, et de la patrie de la nation métisse.

Les Canadiens vivent sur les terres ancestrales des Premières Nations, des Inuits et des Métis. Le Manitoba respecte les traités conclus sur ces terres et reconnaît les préjudices que les peuples autochtones ont subis à la suite de la colonisation au fil des générations. Dans un esprit de réconciliation, Santé en français s'engage à travailler dans le respect en partenariat avec les peuples des Premières Nations, des Inuits et des Métis.



Introduction

L'élaboration du présent guide visait à faciliter le cheminement des gens dans le réseau manitobain de la santé. Il se veut un outil pratique permettant aux personnes francophones de s'orienter rapidement dans le réseau de la santé. Les nouveaux arrivants, les voyageurs ou les résidents de longue date aux prises avec un nouveau problème de santé ont souvent beaucoup de questions à poser et un grand besoin d'aide pour trouver les bonnes ressources dans le réseau.

Compte tenu de sa mission d'améliorer l'accès à des services de santé et des services sociaux d'excellente qualité en français, Santé en français a collaboré avec le Réseau en immigration francophone (RIF) du Manitoba pour élaborer le présent guide avec en tête les objectifs* suivants :

- Aider les gens à comprendre le réseau manitobain de la santé.
- Faire connaître les principales coordonnées et les voies d'accès, et renseigner sur la façon d'accéder aux services publics et à certains services privés.

Au Canada, lorsqu'il est question de santé, vous jouissez des droits suivants :

- Choisir votre propre médecin.
- Connaître le nom des personnes qui prennent soin de vous et leurs données d'identification.
- Fournir un consentement éclairé à tout traitement ou soin proposé, et recevoir un traitement médical sans obligation d'obtenir la permission de votre conjoint.
- Poser des questions et consulter votre propre dossier médical.
- Vous faire accompagner aux rendez-vous et examens.
- Recevoir des services dans votre propre langue et en des termes que vous pouvez comprendre.
- Accepter ou refuser un traitement et obtenir un deuxième avis.
- Recevoir des soins de qualité acceptable de façon confidentielle et dans le respect de votre intimité.
- Vous faire traiter avec respect.
- Recevoir des soins, quel que soit votre âge, votre race, votre religion, votre sexe ou votre orientation sexuelle.

En conclusion, le Guide de navigation du réseau de la santé et des services sociaux du Manitoba recense des renseignements accessibles au public, tirés du domaine public, et publiés à l'intention de la population générale par différents paliers de gouvernement et différents prestataires de soins, et que nous avons jugé bon de regrouper dans un même document pour atteindre les objectifs susmentionnés*.



1

Santé Manitoba : un survol du réseau public de la santé

Le ministère de la Santé offre une tonne de renseignements, afin d'aider les gens à comprendre le réseau de santé du Manitoba, et y trouver ce dont ils ont besoin. Nous vous invitons à consulter le site Web de Santé Manitoba pour vous informer et mieux comprendre le réseau de la santé, son fonctionnement et ses services. Vous y trouverez également des fiches d'information sur la santé.

www.gov.mb.ca/health/index.fr.html

Pour une description générale et globale du réseau manitobain de la santé, vous pouvez consulter la page intitulée **Comprendre le système de soins de santé du Manitoba** :

www.gov.mb.ca/health/system.fr.html

Vous pouvez également formuler vos demandes générales par téléphone ou par courriel :

Tél. : 204 945-3744

Sans frais : 1 866 626-4862 (Amérique du Nord)

Courriel : mgi@gov.mb.ca



2

Comment obtenir votre carte d'assurance-maladie de Santé Manitoba

Le coût des soins de santé et services médicaux essentiels est couvert par nos impôts par le biais du régime d'assurance-maladie du Manitoba. Pour y avoir accès, vous devez posséder une carte de santé du Manitoba ou un certificat d'inscription.

Pour plus d'information sur votre admissibilité, l'inscription ou la modification de vos renseignements, etc., veuillez consulter la page suivante :

www.gov.mb.ca/health/mhsip/index.fr.html

Selon votre statut, le formulaire d'inscription comprend un lien vers un outil d'aide vous permettant de déterminer les documents à fournir :

www.gov.mb.ca/health/mhsip/document-helper.fr.html

Cet outil guide les nouveaux arrivants dans la sélection des documents dont ils auront besoin.

On y énumère notamment les documents qu'on pourrait exiger pour prouver votre résidence au Manitoba.

Santé Manitoba

Direction des bénéficiaires assurés

Téléphone : **204 786-7101** (service vocal)

Sans frais : **1 800 392-1207**

Télécopieur : **204 783-2171**

Courriel : **insuredben@gov.mb.ca**

Adresse :

300, rue Carlton

Winnipeg (Manitoba) R3B 3M9

Horaire : **lundi - vendredi de 8 h 30 à 16 h 30**

Ligne d'accès pour les sourds (ATS) : **204 774-8618**

Ligne d'accès pour les sourds (ATS) dans le cas des résidents de la province à l'extérieur de Winnipeg : Appelez le Service de relais du Manitoba (**711 ou 1 800 855-0511**) pour accéder au numéro ci-dessus.

2.1) L'assurance-maladie de Santé Manitoba

Si vous résidez au Manitoba, en condition de votre statut au Canada et de la durée de votre résidence au Manitoba, vous avez droit à une couverture d'assurance-maladie et au paiement des services médicaux. Consultez le site Web ci-dessous pour connaître les services médicaux couverts, les services de santé non couverts et d'autres renseignements utiles :

www.gov.mb.ca/health/mhsip/healthcoverage.fr.html

Voici des services offerts GRATUITEMENT	Voici des services qui ne sont PAS GRATUITS
Entre autres : • L'hospitalisation • La consultation d'un prestataire de soins (médecin, infirmière, etc.) • Les radiographies et analyses en laboratoire, comme les analyses de sang ou d'urine, prescrites par un médecin ou une infirmière praticienne • La plupart des interventions chirurgicales et des traitements fournis par des médecins spécialistes • La vaccination de routine • Les examens de la vue tous les deux ans pour les personnes de moins de 19 ans et de 65 ans et plus • Aux plus sept rendez-vous chez le chiropraticien par année civile	Entre autres : • Les services d'ambulance en cas d'urgence • Les soins dentaires • Les examens de la vue (personnes de 19 à 64 ans) • Les médicaments d'ordonnance • Les notes du médecin ou examens de la condition physique d'un conducteur, des conseils privés • Les traitements de physiothérapie • Les traitements de massothérapie • Les traitements d'ostéopathie • La vaccination des voyageurs • Les interventions de chirurgie esthétique

2.2) Régime privé d'assurance-maladie au Canada

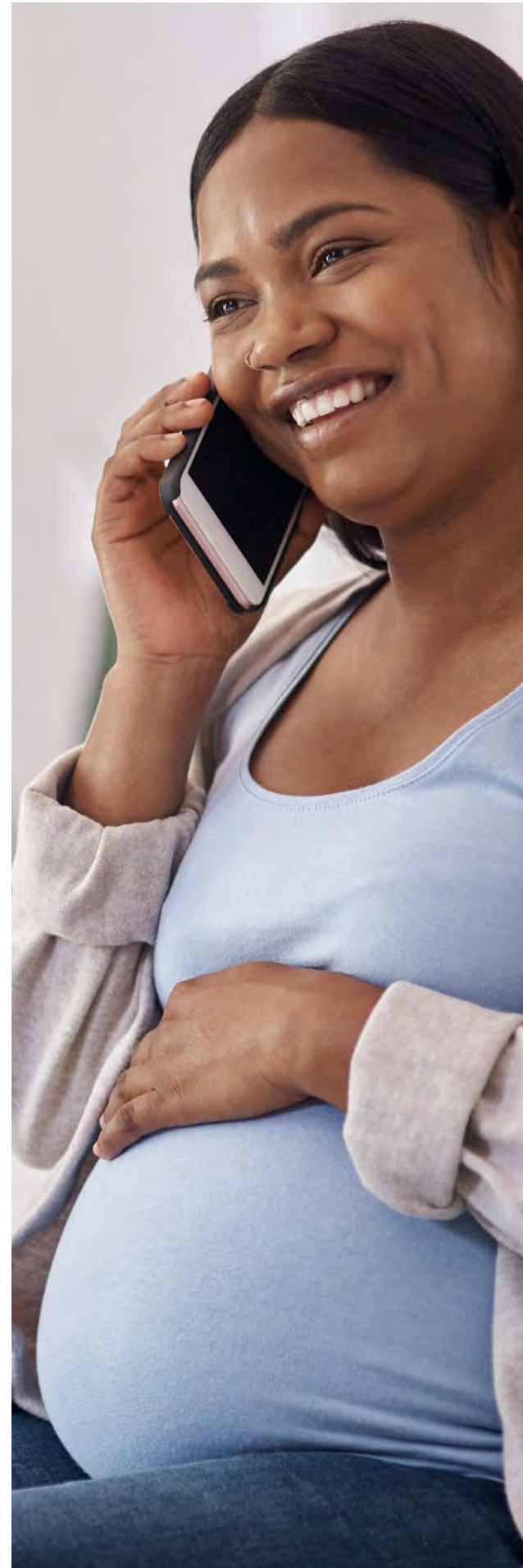
Au Canada, le régime public d'assurance-maladie ne couvre pas tous les produits ni tous les services de santé. Vous pourriez obtenir des soins de santé par l'intermédiaire d'autres programmes d'assurance-maladie, soit des régimes privés. Ces frais pourraient être couverts par un régime d'assurance-maladie auquel l'employeur ou vous-même avez souscrit.

www.canada.ca/fr/immigration-refugies-citoyennete/services/nouveaux-immigrants/nouvelle-vie-canada/soins-sante/types-assurance.html

2.3) Le régime d'assurance-médicaments du Manitoba

Le régime d'assurance-médicaments est un programme d'aide à l'achat de médicaments qui s'adresse aux Manitobains admissibles dont les médicaments d'ordonnance ne sont pas couverts par un programme fédéral ou par un autre programme provincial. Pour plus d'information, consultez la section intitulée À propos du régime d'assurances-médicaments du Manitoba :

www.gov.mb.ca/health/pharmacare/index.fr.html



3

Immigration, Réfugiés et Citoyenneté Canada

Le lien du site Web du ministère canadien de l'Immigration, des Réfugiés et de la Citoyenneté comporte des liens permettant d'accéder aux renseignements sur la demande d'immigration, les examens médicaux, les changements d'adresse, la vérification du casier judiciaire, l'aide relative à votre demande, une demande de règlement, etc.

www.canada.ca/fr/immigration-refugies-citoyennete/services/demande.html

Pour obtenir de l'aide d'ordre général ou trouver le numéro de téléphone des programmes du gouvernement du Canada, vous pouvez composer le numéro suivant :

Téléphone : **1 800 O Canada**
(1 800 622-6232)

Trouvez des services gratuits près de chez vous :
ircc.canada.ca/francais/nouveaux/services/index.asp

3.1) Programme fédéral de santé intérimaire (PFSI)

Le Programme fédéral de santé intérimaire (PFSI) offre une protection limitée et temporaire en matière de soins de santé à certains groupes de personnes qui se trouvent au Canada et ne sont pas couverts par un régime d'assurance-maladie provincial, territorial ou privé. Ce peut être, entre autres, des réfugiés, des personnes protégées ou des demandeurs d'asile.

www.canada.ca/fr/immigration-refugies-citoyennete/services/refugies/aide-partir-canada/soins-sante/programme-federal-sante-interimaire.html

Tout n'est pas couvert par le PFSI. Pour de plus amples renseignements sur les avantages offerts par Immigration, Réfugiés et Citoyenneté Canada, vous pouvez consulter le site suivant :

ifhp.medaviebc.ca/fr/tableaux-des-avantages

3.2) Examens médicaux – Immigration (EMI)

Il se peut que vous deviez subir un examen médical pour venir au Canada, en vue de vérifier si vous n'êtes pas interdit de territoire pour des motifs sanitaires. (www.canada.ca/fr/immigration-refugies-citoyennete/services/immigrer-canada/interdiction-territoire/motifs/motifs-sanitaires.html)

Apprenez-en davantage sur les examens médicaux pour les cas suivants :

- Résidents permanents
www.canada.ca/fr/immigration-refugies-citoyennete/services/demande/medical-police/examens-medicaux/exigences-residents-permanents.html
- Résidents temporaires (visiteurs, étudiants et travailleurs)
www.canada.ca/fr/immigration-refugies-citoyennete/services/demande/medical-police/examens-medicaux/exigences-residents-temporaires.html

Ces examens (www.canada.ca/fr/immigration-refugies-citoyennete/services/demande/medical-police/examens-medicaux.html) comprennent un examen physique, une radiographie des poumons et des analyses de sang, et doivent être effectués ou prescrits par un **médecin désigné**.

- Les enfants de moins de 12 ans n'ont pas besoin d'analyses sanguines ni de radiographies des poumons.
- Réservez votre rendez-vous pour ces examens en contactant directement un médecin désigné.

Voici les liens qui vous permettront de trouver des médecins désignés et de connaître les coûts associés à un examen.

- Assiniboine Medical Clinic (en anglais seulement) : www.assiniboineclinic.com/immigration/
- Bison Family Medical Clinic (en anglais seulement) : bisonfamilymedical.com/ime/
- Southend Medical Clinic (en anglais seulement) : www.southendmedicalclinic.com/canadian-medical-exam/
- Sterling Lyon Medical (en anglais seulement) : www.sterlinglyonmedical.com/

Vous pouvez également consulter une liste des médecins désignés dans votre pays à l'adresse suivante :

secure.cic.gc.ca/PanelPhysicianMedecinDesigne/fr/Accueil

3.3) Soins de santé pour réfugiés parrainés

La clinique *Bridge Care* offre une première évaluation de l'état de santé dans le cadre d'un rendez-vous d'admission qui permet aux réfugiés parrainés par le gouvernement de dévoiler leurs problèmes de santé et de profiter d'un suivi de leur condition physique par le médecin ou l'infirmière praticienne.

C'est une mesure de soutien qui les aide à prendre en charge ou à résoudre leurs problèmes de santé.

Des services de santé sont fournis dans une clinique de soins primaires, par un personnel formé pour comprendre les besoins de la population réfugiée et répondre à ces besoins.

Cette clinique n'effectue pas d'examens médicaux aux fins de l'immigration (EMI).

Téléphone : 204 940-4384

Courriel : bridgecare@wrha.mb.ca

Adresse :

425, av. Elgin

Winnipeg (Manitoba) R3A 1P2



4 Recherche d'un médecin de famille

La recherche d'un médecin de famille ou d'une infirmière praticienne peut prendre de deux à trois mois, et même plus longtemps. Le programme intitulé Trouver un médecin a été conçu pour vous aider, vous et votre famille, à trouver un centre de médecine familiale, c'est-à-dire un prestataire principal et permanent de soins primaires vers lequel vous tourner en cas de besoins en matière de santé.

Appelez :

Téléphone : 204 786-7111 (Winnipeg)

Téléphone : 1 866 690-8260 (sans frais)

OU Inscrivez-vous en ligne :

forms.gov.mb.ca/family-doctor-finder/index.fr.html

Conseils :

- Au besoin, demandez un interprète pour communiquer dans la langue de votre choix.
- Si vous avez un nouveau-né, il est important de le mentionner, afin que votre demande soit prioritaire.
- Il importe également de disposer des services d'un médecin de famille pour les examens de routine. Ce dernier connaîtra vos antécédents médicaux et sera ainsi mieux préparé à diagnostiquer et à traiter des problèmes de santé.

Pour de plus amples renseignements sur le programme Trouver un médecin, consultez le site de Santé Manitoba :

www.gov.mb.ca/health/familydoctorfinder/index.fr.html

5

Health Links - Info Santé : une ressource pour vous orienter

Le service Health Links - Info Santé est un service téléphonique accessible 24 heures sur 24 et 7 jours sur 7. Les préposés évaluent le problème de santé de la personne qui appelle, et l'informe sur les ressources qui existent au chapitre de la santé. Ce service est bilingue (français ou anglais).

Vous devez parfois attendre avant de pouvoir parler à une infirmière ou un infirmier autorisé spécialisé. Ce délai d'attente varie selon le nombre d'appels en cours, l'heure de la journée et l'existence de situations d'urgence sanitaires dans la province.

Health Link - Info Santé peut vous aider dans les cas suivants :

- Déterminer le type de soins médicaux dont vous avez besoin.
- Vous aiguiller vers l'établissement de santé le plus approprié à vos besoins (urgence, soins d'urgence mineure, clinique ou médecin).
- Vous expliquer comment traiter une légère blessure à domicile.
- Vous conseiller en matière de prévention des maladies et des blessures.
- Vous donner des renseignements sur des sujets relatifs à la santé publique (p. ex., virus du Nil occidental).

Les personnes qui appellent peuvent profiter des services d'un interprète par téléphone dans plus de 200 langues.

Téléphone : 204 788-8200 (Winnipeg)



Téléphone : 1 888 315-9257 (sans frais)

Pour de plus amples renseignements, veuillez consulter les sites Web suivants :

centredesante.mb.ca/info-sante/



misericordia.mb.ca/programs/centre-provincial-de-communication-en-matiere-de-sante/health-links-info-sante-fr/

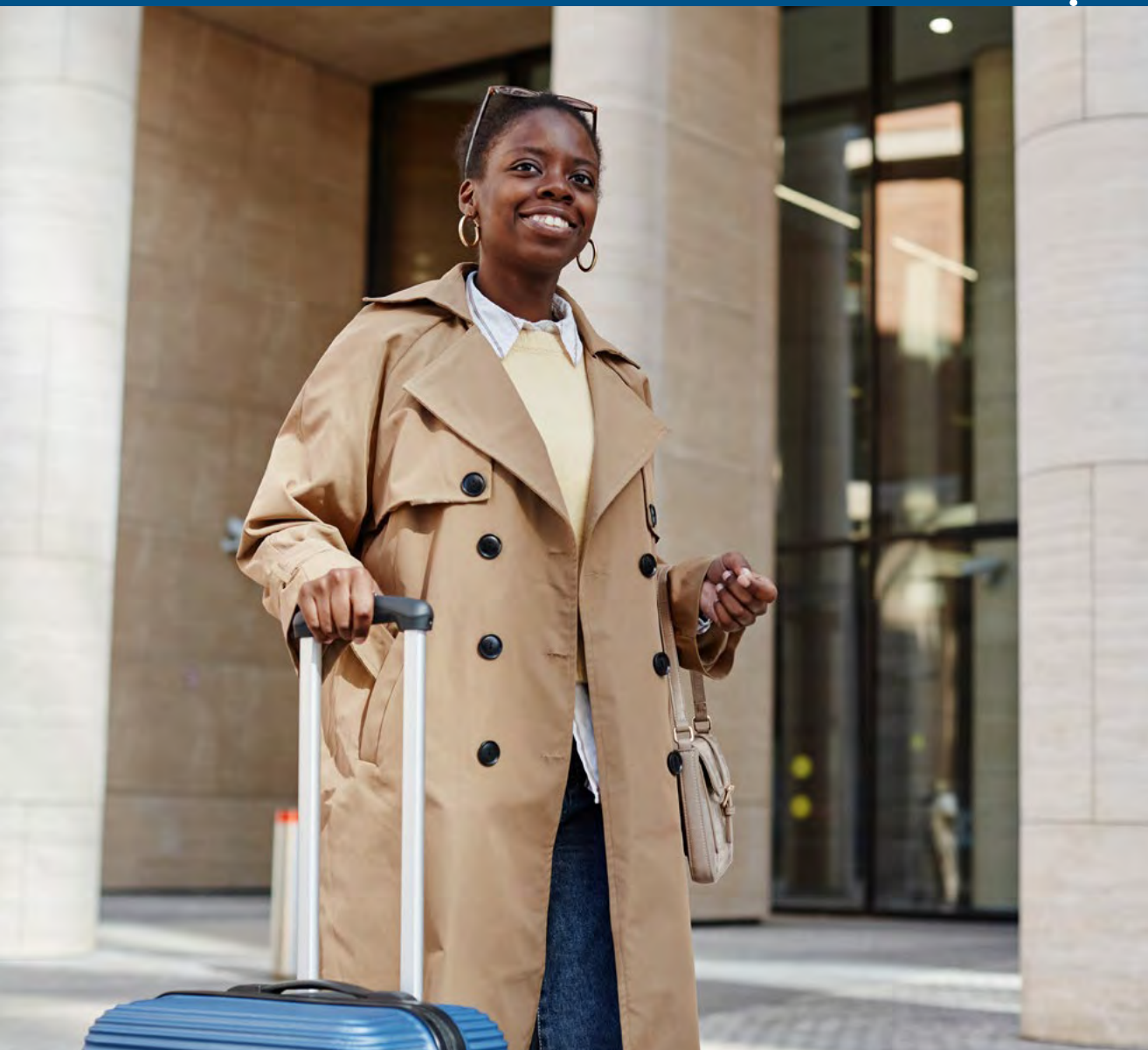
6

Absence du Manitoba

Si vous vous absentez du Manitoba pendant 90 jours ou plus au cours d'une période de 12 mois, vous devez signaler cette absence à Santé Manitoba, afin de conserver votre couverture d'assurance-maladie.

Consultez le site suivant pour en apprendre davantage à ce sujet :

www.gov.mb.ca/health/mhsip/leavingtemporarily.fr.html



7

Soins de santé

7.1) Où aller pour recevoir des soins de santé

Renseignez-vous pour trouver plus rapidement les soins de santé appropriés pour adultes ou enfants à Winnipeg ou dans les régions rurales et du nord du Manitoba.

Soins de santé appropriés partout au Manitoba – Où dois-je aller?

soinscommunsmb.ca/soins-aux-patients/ou-dois-je-aller/

Si vous avez des questions à formuler ou si vous avez besoin d'aide, vous pouvez composer le numéro d'Health Links - Info Santé, 24 heures sur 24, 7 jours sur 7.

Téléphone : **204 788-8200 (Winnipeg)**

Téléphone : **1-888 315-9257 (sans frais)**

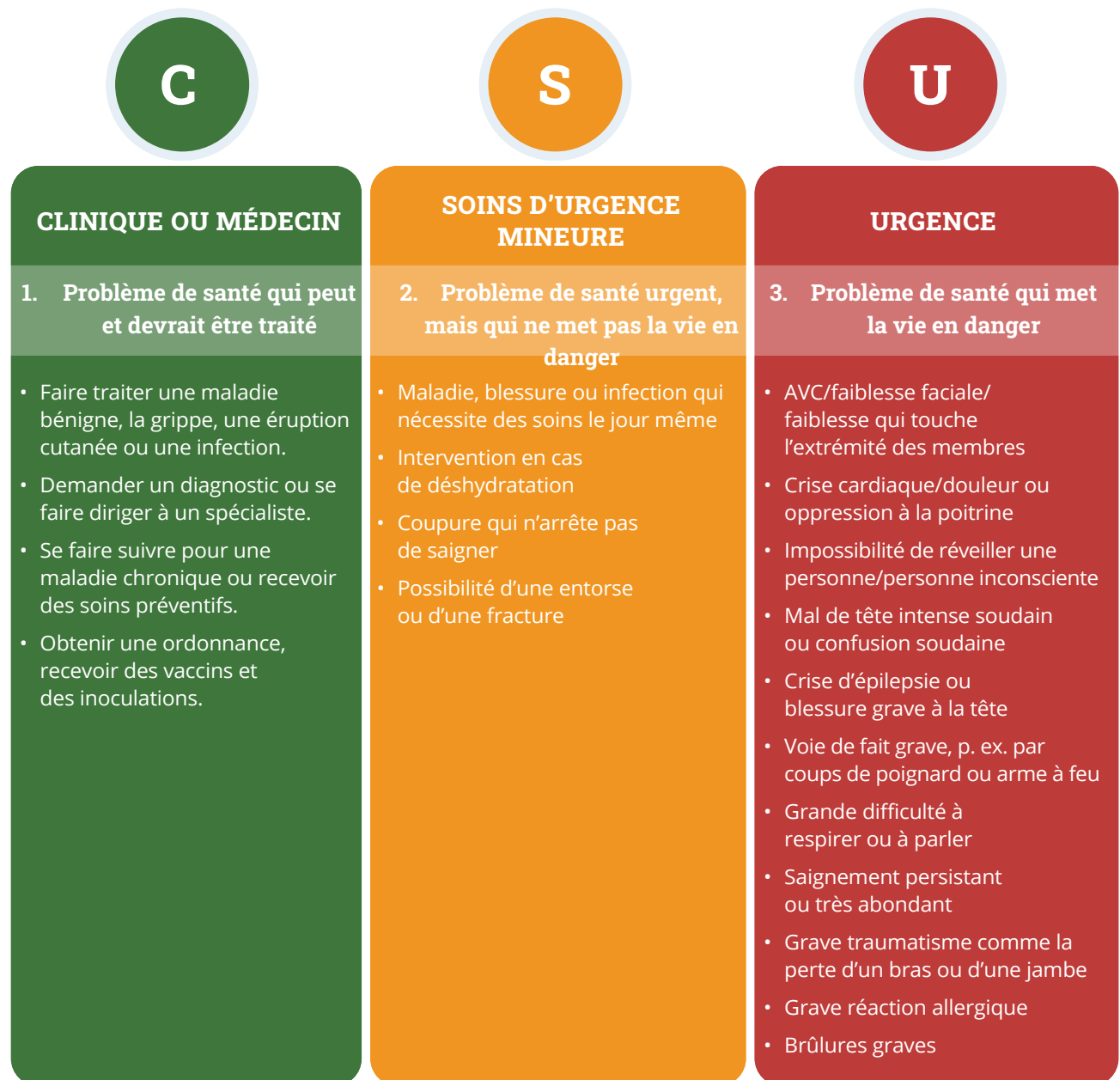
7.2) Délais d'attente

Le site suivant permet de se renseigner sur le délai d'attente dans les cliniques, les centres de soins d'urgence mineure et les services d'urgence.

wrha.mb.ca/fr/temps-dattente/



7.3) Où aller selon votre besoin en matière de santé



Si vous ne savez pas exactement où aller pour recevoir des soins, composez le numéro d'Health Links – Info Santé, 24 heures sur 24, 7 jours sur 7.

Téléphone : 204 788-8200 (à Winnipeg)

1 888 315-9257 (sans frais)

En cas d'urgence, composez le 9-1-1.

7.4) Clinique sans rendez-vous

Une clinique sans rendez-vous ou un médecin de famille est l'endroit où la plupart de vos problèmes de santé peuvent et doivent être résolus. Les horaires varient et certaines cliniques sont ouvertes le soir et la fin de semaine.

Conseil :

Essayez toujours de consulter d'abord une clinique, un médecin ou une infirmière praticienne pour des problèmes non urgents ou urgents.

Vous n'avez pas besoin de rendez-vous pour consulter un fournisseur de soins dans une clinique sans rendez-vous, mais l'accès dépend du taux d'occupation de la clinique, laquelle fonctionne selon le principe du premier arrivé, premier servi. Ce sont des médecins et des infirmières qui offrent les services dans une clinique. Ils prodiguent des soins de santé, prescrivent des médicaments ou vous orientent vers un spécialiste (cardiologue, néphrologue, etc.). La référence est gratuite. Apportez votre carte d'assurance-maladie de Santé Manitoba.

wrha.mb.ca/fr/temps-dattente/cliniques-sans-rendez-vous/

Vous pouvez consulter medimap.ca pour connaître le délai d'attente dans les cliniques sans rendez-vous (en anglais seulement) :

medimap.ca/clinics/walk-in-clinics/mb/winnipeg





7.5) Centre de soins d'urgence mineure ou service d'urgence

Les services médicaux d'urgence procurent des soins préhospitaliers aux personnes malades ou blessées. Ces services sont un élément important du réseau de la santé. Les soins préhospitaliers comprennent l'examen médical, le traitement et les services de transport sûrs et en temps opportun offerts aux habitants et aux collectivités du Manitoba.

Pour en apprendre davantage sur les services médicaux d'urgence au Manitoba, vous pouvez consulter le site Web suivant :

www.gov.mb.ca/health/ems/index.fr.html

Les centres de soins d'urgence mineure sont ouverts 24 heures sur 24, 7 jours sur 7 pour traiter des problèmes urgents, mais qui ne mettent pas la vie en danger. On les trouve généralement dans des hôpitaux.

Pour en apprendre davantage sur les soins d'urgence mineure et connaître leur délai d'attente, veuillez consulter le site Web suivant :

wrha.mb.ca/fr/temps-dattente/soins-durgence-mineure/

Votre consultation à un service d'urgence ou un centre de soins d'urgence mineure, et l'hospitalisation au besoin (y compris pour l'accouchement) sont gratuites et couvertes par Santé Manitoba. Apportez votre carte d'assurance-maladie de Santé Manitoba.

7.6) À quoi vous attendre lors d'une consultation médicale

Une consultation au service d'urgence peut être une expérience bouleversante. Pour savoir à quoi vous attendre, ou pour aider votre enfant lors d'une consultation au service d'urgence, veuillez consulter la ressource ci-dessous qui peut vous renseigner sur ce qui suit :

- L'inscription
- Le triage
- La salle d'attente
- L'évaluation
- L'admission ou le congé

soinscommunsmb.ca/soins-aux-patients/savoir-a-quoi-vous-attendre/

En cas d'urgence, composez le 9-1-1.

7.7) Offices régionaux de la santé (ORS)

Les ORS offrent ses services aux résidents d'une région. Ils multiplient les possibilités dans le domaine de la santé en vue d'offrir une gamme complète de programmes et de services. Les ORS procurent également des services de soutien en matière de santé et d'aiguillage vers des spécialistes.

Pour connaître le nom de l'Office régional de la santé (ORS) de la région où vous habitez, consultez le site Web suivant :

www.gov.mb.ca/health/rha/finder.fr.html

Vous trouverez le nom des régions correspondant aux ORS à **l'annexe A**

7.8) Ambulance

Les services d'ambulance en cas d'urgence ne sont pas gratuits au Manitoba. On envoie une ambulance à toute personne qui en a besoin, mais celle-ci devra par la suite payer le montant de la facture qu'on lui enverra après la prestation du service.

On peut payer cette facture à la Ville de Winnipeg ou, en région rurale, à un bureau régional. On peut s'informer au sujet du paiement auprès de Santé Manitoba une fois le service fourni.

Si vous avez besoin d'une ambulance, veuillez composer le 9-1-1.



7.9) Recherche de services en français : deux ressources de nos organismes de la francophonie manitobaine

7.9.1) L'annuaire des services en français de la Société de la francophonie manitobaine

L'annuaire des services en français de la Société de la francophonie manitobaine est un répertoire qui regroupe par catégories divers organismes, commerces ou professionnels en mesure d'offrir des services en français. On y trouve une catégorie intitulée Santé et services sociaux qui énumère plus de 350 ressources.

annuaire.sfm.mb.ca/annuaire/

7.9.2) L'annuaire de Santé en français

Santé en français offre une carte de géolocalisation des services sociaux et des services de santé offerts en français au Manitoba.

Vous y trouverez différentes catégories de prestataires de services :

- Cliniques et centres de santé communautaire
- Foyers de soins de longue durée
- Hôpitaux
- Résidences pour personnes âgées autonomes
- Services de soutien ou de conseils psychosociaux
- Services d'urgence en santé mentale
- Services et programme

santeenfrancais.com/annuaire/

8 Grossesse et soins prénatals

Au Canada, chaque personne a le droit de faire des choix concernant sa santé sexuelle et reproductive.

Les lois protègent le droit de chacune à faire ses propres choix à l'égard de ce qui suit :

- devenir enceinte ou non;
- interrompre une grossesse (avortement) ou non.

Pendant la grossesse, vous recevrez gratuitement les soins médicaux requis si vous avez une carte d'assurance-maladie de Santé Manitoba. Il est fortement recommandé de consulter un médecin ou une sage-femme durant une grossesse. Apportez votre carte de santé Manitoba.

8.1) Mesures à prendre

Voici quelques étapes à suivre si vous devenez enceinte :

- En informer votre professionnel de santé dès que possible.
- Respecter fidèlement les rendez-vous, afin de vivre votre grossesse en bonne santé.
- Consulter immédiatement un médecin en cas de saignements vaginaux.
- Si vous n'avez pas de médecin personnel, composez le numéro de « Trouver un médecin », soit le 204 786-7111. ([Reportez-vous à la quatrième section de ce Guide](#)) Vous devrez mentionner que vous êtes enceinte.

Le site Web de l'Hôpital Saint-Boniface regroupe des ressources concernant la grossesse et les soins prénatals :

stbonifacehospital.ca/fr/soins-aux-patients/programmes-cliniques/femme-et-enfant/grossesse/



8.2) Naissance à l'extérieur du Canada

L'enfant ne sera pas automatiquement citoyen canadien s'il est adopté ou s'il est né à l'extérieur du Canada.

Un enfant est **probablement** citoyen canadien si au moins **un de ses parents** ou parents biologiques est soit...

- né au Canada;
- devenu citoyen canadien naturalisé **avant** la naissance de l'enfant.

Pour le savoir avec certitude, vous devez présenter une demande de certificat de citoyenneté pour votre enfant. Pour de plus amples renseignements à ce sujet, consultez le site Web d'Immigration, Réfugiés et Citoyenneté Canada :

ircc.canada.ca/francais/centre-aide/reponse.asp?qnum=365&top=#naturalization

8.3) Accouchement

Voici quelques renseignements relatifs à l'accouchement :

- Il est possible d'accoucher à l'hôpital, à un centre de naissance ou à domicile. La plupart des accouchements se font à l'hôpital.
- Le séjour à l'hôpital après l'accouchement est habituellement de 1 à 3 jours.
- Vous avez le choix entre un médecin ou une sage-femme.
- Vous avez le droit de vous faire accompagner de deux personnes de « soutien » à l'hôpital.
- Des infirmières et médecins de l'hôpital peuvent répondre à vos questions sur les médicaments, et vous venir en aide sur le plan médical.
- Le médecin ou la sage-femme procèdent à un suivi médical systématique après l'accouchement.

Si vous optez pour une sage-femme, vous devez en faire la demande. Pour plus d'information à ce sujet, vous pouvez composer le 204 947-2422, poste 307 ou consulter le site Web.

<https://www.gov.mb.ca/health/primarycare/access/midwifery.fr.html>

Les infirmières de la santé publique effectuent une visite à domicile la première semaine après l'accouchement, afin de procéder à ce qui suit :

- Peser le bébé.
- Aider à l'allaitement.
- Répondre à toutes vos inquiétudes concernant vous-même ou votre bébé.
- Offrir un soutien constant (p. ex., donner de l'information sur la dépression post-partum, etc.)

Vous trouverez un complément d'information sur le site Web de l'Hôpital Saint-Boniface, à propos de ce qui suit :

- Les femmes et les enfants
- La grossesse
- L'accouchement
- Les nouveau-nés
- La santé des femmes

stbonifacehospital.ca/fr/soins-aux-patients/programmes-cliniques/femme-et-enfant/grossesse/

8.4) Choix relatif à la grossesse et à l'avortement

Il existe diverses méthodes de régulation des naissances ou de contraception pour éviter une grossesse. Certaines sont gratuites ou ne coûtent pas très cher. D'autres nécessitent une ordonnance et ne sont pas gratuites. Les femmes ont le choix de poursuivre ou non une grossesse. Au Canada, une interruption de grossesse (ou avortement) est possible durant les 20 premières semaines de gestation, et couverte par le régime d'assurance-maladie du Manitoba.

Les soins de santé reproductive, les analyses de dépistage des infections sexuellement transmissibles et l'information sont dispensés par les prestataires suivants :

- Les médecins, les cliniques et le personnel infirmier de santé publique
- Le *Nine Circles Community Health Centre* spécialisé dans les soins aux personnes infectées au VIH (en anglais seulement), à Winnipeg

Adresse

705, rue Broadway
Winnipeg (Manitoba) R3G 0X2

Téléphone

204 940-6000

- Services de santé publique (en anglais seulement), en région rurale;

Adresse :

800, av. Rosser, pièce A5
Brandon (Manitoba) R7A 6N5

Téléphone

204 578-2513

www.gov.mb.ca/health/publichealth/offices.fr.html

Klinik Community Health est un établissement pro-choix. À cette clinique, les conseils psychosociaux en cas de grossesse non planifiée sont offerts par une infirmière spécialisée en santé de la reproduction. Celle-ci peut vous guider et vous conseiller sur la multitude de décisions qu'il vous faudra prendre.

Les infirmières peuvent vous aider à déterminer où vous en êtes dans votre grossesse, et vous expliquer les options qui s'offrent à vous. Si vous choisissez d'interrompre la grossesse, elles pourront également vous aider à vous y préparer, et vous diriger à d'autres services au besoin.



La *Women's Health Clinic* est une clinique de santé communautaire féministe et inclusive qui offre plusieurs services et du soutien.

Les services ne sont offerts qu'en anglais.

Pour plus d'information, vous pouvez consulter le site Web des prestataires de soins suivants :

Klinik Community Health : klinik.mb.ca/health-care/specialized-services/unplanned-pregnancy-counselling/

Nine Circles Community Health Centre : ninecircles.ca/programs-services/clinic-services/

Women's Health Clinic : womenshealthclinic.org/

8.5) Bébé en santé

Les programmes *Un départ en santé* et *Bébé en santé* proposés aux femmes enceintes et aux parents sont offerts gratuitement à divers endroits de Winnipeg.

Téléphone : 204 949-5350

Site Web : www.hsmm.ca

Il existe également une liste de sites et d'organismes qui offrent des programmes relatifs à la santé des enfants (en anglais seulement) :

www.gov.mb.ca/healthychild/healthybaby/list_winnipeg_fr.pdf

Bébé en santé (en français) :

La Fédération des parents de la francophonie manitobaine (FPFM) offre plusieurs programmes pour les enfants de 0 à 12 ans.

Adresse:

2-622 avenue Taché

Winnipeg (Manitoba) R3H 2B4

Courriel : info@lafpfm.ca

Téléphone : 204-237-9666 ext. 216

www.lafpfm.ca/programme-0-12-ans

8.6) Soins de santé aux jeunes femmes de 12 à 22 ans – Teen Clinic

Teen Clinic fournit des services (en anglais seulement) de soins primaires aux jeunes femmes âgées de 12 à 22 ans. Il s'agit d'un milieu sûr et bienveillant où personne ne vous jugera en raison de votre âge, de votre sexe, de votre apparence ou de votre orientation sexuelle.

Les services sont confidentiels, ce qui signifie que vous n'aurez affaire qu'à vos prestataires de soins. Vous n'aurez pas besoin du consentement d'un parent ou tuteur pour aller les consulter et, si vous le souhaitez, vous pourrez vous faire accompagner d'un ami, d'un parent ou d'un tuteur.

Les heures d'ouverture de Teen Klinik sont le lundi soir de 16 h à 20 h. On accepte également un nombre limité de consultations sans rendez-vous selon le principe du premier arrivé, premier servi.

Pour prendre rendez-vous, veuillez composer le **204 784-4090**.
klinik.mb.ca/health-care/drop-in-services/teen-klinik/

8.7) Allocation prénatale

En participant au programme d'avantages sociaux visant à favoriser la santé des bébés, vous pourrez recevoir des prestations supplémentaires qui vous aideront à rester en bonne santé durant votre grossesse et à recevoir de la formation à ce chapitre.

www.gov.mb.ca/healthychild/healthybaby/mpb.fr.html

8.8) Soutien prénatal supplémentaire offert par les services de santé publique

L'orientation vers une infirmière de santé publique pour l'obtention d'un soutien supplémentaire est également gratuitement offerte par Santé Manitoba.

Contactez le bureau de la santé publique de votre région :

www.gov.mb.ca/health/publichealth/offices.fr.html

8.9) Où dois-je aller avec un enfant malade ou blessé? (KidCareMB)

Au Manitoba, les parents et les responsables d'enfant qui cherchent à obtenir des soins médicaux pour un enfant ont plusieurs possibilités.

soinscommunsmb.ca/soins-aux-patients/ou-dois-je-aller/enfant-malade-ou-blesse/

8.10) Pratiques parentales saines

L'Office régional de la santé de Winnipeg offre un site Web sur les pratiques parentales saines. Consultez la page suivante pour plus d'information :

healthyparentingwinnipeg.ca/fr/

9

Vaccins

Si vous avez un dossier de vaccination d'un autre pays ou d'une autre province, appelez le bureau de santé publique, afin qu'on mette à jour votre dossier de vaccination de Santé Manitoba :

- Contactez le bureau de santé publique de votre localité où on ajoutera votre dossier de vaccination (y compris celui d'une autre province ou d'un autre pays) au registre manitobain.



Pour les enfants :

- Il existe un calendrier de vaccination systématique des enfants au Manitoba.
- (Les vaccins recommandés sont gratuits.)
- Les parents peuvent choisir de faire vacciner ou non leurs enfants.
- Les enfants de moins de 5 ans reçoivent généralement leurs vaccins dans des cabinets de médecins ou des cliniques.
- Les enfants d'âge scolaire se voient proposer des vaccins dans les écoles avec le consentement d'un parent ou d'un tuteur.

Prévention des maladies infectieuses

Adresse :

300, rue Carlton, 4e étage
Winnipeg (MB) R3B 3M9
CANADA

Health Links - Info Santé

Téléphone : 204 788-8200 (à Winnipeg)

Téléphone : 1 888 315-9257 (sans frais)

10 Santé publique

Les services manitobains de santé publique ont pour rôle de diriger et coordonner des programmes et services de santé publique de façon intégrée. Ils mettent l'accent sur la prévention des maladies et la lutte contre les maladies, ainsi que sur la promotion de la santé.

Ces services s'appliquent aux domaines suivants :

- Santé sexuelle
 - Prévention et prise en charge des maladies transmissibles
 - Santé sexuelle et réduction des méfaits
- Dépistage et traitement de la tuberculose
 - Vaccination
 - Prévention et prise de charge de la tuberculose
- Santé environnementale
 - Salubrité de l'environnement
- Maternité, enfance et nouveau-nés
 - Rôle parental et développement de la petite enfance
 - Enfants et adolescents en santé
 - Vaccination
- Promotion de l'équité en matière de santé
- Promotion d'une bonne alimentation
- Promotion de l'activité physique
- Réduction de l'usage du tabac

Pour obtenir de plus amples renseignements sur la santé et des fiches d'information :

www.gov.mb.ca/health/publichealth/index.fr.html

Pour connaître l'emplacement physique des bureaux de santé publique :

www.gov.mb.ca/health/publichealth/offices.fr.html

11

Santé mentale

En cas de crise :

Composez le numéro de la ligne d'assistance en cas de crise de Klinic Community Health – 1 888 322-3019. Ce service est GRATUIT et offert 24 heures sur 24, 7 jours sur 7.

De nombreuses personnes sont aux prises avec des pensées ou des comportements suicidaires, mais cela ne signifie pas qu'elles doivent passer à l'acte. Aucune préoccupation n'est trop petite; aucun problème n'est trop grand. Le suicide n'est pas la solution et vous n'êtes pas seuls.

Ligne d'assistance en cas de crise suicidaire (**téléphone et message texte : 9-8-8 (accessible en français)**)

Ligne d'assistance et de prévention du suicide au Manitoba :
1 877 435-7170

Consultez le site Web et cliquez sur votre choix de langue au haut de la page, à droite.

reasantolive.ca/

L'Association canadienne pour la santé mentale offre des ressources en santé mentale au Manitoba :

mbwpg.cmha.ca/resources/mental-health-resource-guide-for-winnipeg/



Conseils gratuits sans rendez-vous au centre de santé communautaire Klinik Community Health à Winnipeg.

• Adresse

• 167, rue Sherbrooke
• Winnipeg (Manitoba)
• R3C 2B7

Appelez à l'avance pour connaître les heures d'ouverture :

204 784-4067

klinik.mb.ca

**Reportez-vous à l'annexe C
– Conseils psychosociaux,
services en cas de crise et
auto-assistance.**

12 Prévention de la violence familiale

Au Canada, les gens ont le droit de faire des choix relatifs à leur relation de couple.

Les lois protègent les personnes, lesquelles ont le droit de...

- divorcer ou mettre fin à une relation;
- appliquer la tolérance zéro en cas de violence familiale.

Si vous êtes victime de violence familiale, ou que vous connaissez quelqu'un qui pourrait l'être, veuillez...

**composer le 1 877 977-0007 ou
envoyer un message texte (204 792-5302 ou 204 805-6682).**

Si vous êtes en danger immédiat, composez le 9-1-1.

Vous pouvez consulter le programme de prévention de la violence familiale de la province :

www.gov.mb.ca/msw/fvpp/index.fr.html

Chez Rachel est un organisme francophone qui aide les femmes et leurs enfants à se libérer de la violence domestique, la détresse et le danger. L'organisme offre des services de soutien, de logement et de counselling.

Téléphone : **204-925-2550**

(Service d'aide de 8h30 à 16h30, du lundi au vendredi)

1-800-668-3836 (sans frais)

Courriel : **admin@chezrachel.ca**

chezrachel.ca

13

Soutien aux familles et aux jeunes

Au Manitoba, le ministère des Familles est responsable d'offrir plusieurs services de soutien aux familles et aux jeunes. En voici quelques exemples :

- Adoption
- Services à l'enfant et à la famille
- Protection des enfants
- Placement en foyer nourricier
- Registres concernant les mauvais traitements
- Ensemble des troubles causés par l'alcoolisation fœtale
- La ressource en ligne Zone des parents du Manitoba (www.manitobaparentzone.ca/index.fr.html)

Si vous pensez qu'un enfant subit des mauvais traitements ou qu'on le néglige, communiquez avec les services à l'enfant et à la famille au 1 866 345-9241.

En cas d'urgence, composez le 9-1-1.

Consultez la page suivante pour plus d'information :

www.gov.mb.ca/fs/support-families-youth/index.fr.html

Le ministère des Familles est aussi responsable des services de protection des enfants, du soutien du revenu et de l'emploi et autres services à la population.



14 Soutiens aux personnes handicapées

Le gouvernement du Manitoba offre un programme de soutien aux enfants handicapés. Ce programme appuie les familles qui élèvent un enfant (ou des enfants) ayant une déficience développementale ou physique, afin de répondre aux besoins additionnels qu'elles pourraient avoir. Pour plus d'information, consultez le site suivant :

www.gov.mb.ca/fs/cds/index.fr.html

On recommande aux personnes handicapées d'entrer en relation avec Manitoba Possible. Manitoba Possible est un organisme sans but lucratif qui élimine les obstacles à une participation pleine et entière à la société. La collaboration et l'innovation lui permettent d'offrir une gamme diversifiée de programmes et de services aux enfants, aux jeunes et aux adultes handicapés, et ce, à trois endroits de Winnipeg et sept bureaux régionaux à travers le Manitoba.

www.manitobapossible.ca/newcomer-navigation-and-support-unit



15 Soutien aux aînés

Le gouvernement met à la disposition des personnes aînées un Guide pour les aînés du Manitoba. Ce guide provincial est accessible en français et contient des renseignements utiles pour différents types de services, notamment sur les soins de santé et le logement.

mb.211.ca/wp-content/uploads/46242-CE-MB-Seniors-Guide-Manitoba-FR-web-v2.pdf

15.1) Soins à domicile

Le programme de soins à domicile vise à aider les personnes à demeurer chez elles, en maintenant leur autonomie le plus longtemps possible et en évitant ou retardant la nécessité d'emménager dans un établissement de soins de longue durée.

Le programme a pour mandat de fournir des services de santé communautaire efficaces, fiables et adaptés aux besoins de la personne, de façon à soutenir son autonomie dans la collectivité, à établir des formules de soins appropriés avec les bénéficiaires et leur famille, et d'organiser l'admission dans un établissement de soins de longue durée quand la personne ne peut plus vivre dans la collectivité.

Pour être admissible, la personne doit respecter les critères suivants :

- Résider au Manitoba.
- Être couverte par l'assurance-maladie de Santé, Aînés, Soins de longue durée.
- Avoir besoin de ce qui suit :
 - des services de santé ou d'aide pour les activités de la vie quotidienne;
 - des services lui permettant de continuer de vivre chez elle sans risque;
 - plus d'aide que ce qui est offert par les ressources et les soutiens communautaires existants.

Comment accéder au programme de soins à domicile?

Consultez Votre guide des services de soins à domicile au Manitoba :

gov.mb.ca/health/homecare/guide.fr.pdf

OU

Appellez votre office régional de la santé :
Reportez-vous à l'annexe A

15.2) Logement et soins de longue durée

Lorsqu'une personne ne peut plus fonctionner de façon autonome dans la collectivité avec les services qui lui sont offerts, il est peut-être temps pour elle de se tourner vers les soins de longue durée.

Les soins de longue durée comprennent les logements avec services de soutien et les foyers de soins de longue durée. L'admissibilité à ces établissements est déterminée par une évaluation qui tient compte du type de soins et de soutiens requis par la personne.

Pour en apprendre davantage sur les Options de logement et la planification des soins, consultez le site suivant :

www.gov.mb.ca/seniors/resources/housing-options-and-care-planning.fr.html

15.3) Soins palliatifs

Les soins palliatifs ou de fin de vie permettent d'améliorer la qualité de vie et de fin de vie du patient, et de faciliter les choses pour sa famille.

Les soins palliatifs correspondent à ce qui suit :

- Ce sont des soins d'une qualité exceptionnelle visant à soulager la souffrance.
- Ils apportent beaucoup d'aide sur le plan physique et pratique.
- Les aspects psychologique, social et spirituel sont également pris en compte.

Les soins palliatifs ou de fin de vie s'adressent aux personnes et aux familles touchées par une maladie potentiellement mortelle, quel que soit l'âge du patient. Ils peuvent soit compléter et améliorer le traitement d'une maladie, soit constituer l'unique intervention qui leur soit accessible.

Vous trouverez plus d'information à ce sujet sur la page suivante du site de Santé Manitoba :

www.gov.mb.ca/health/palliative_care.fr.html

16 Programme d'accès linguistique

16.1) Politique sur les services en français adoptée en mai 2017

La Politique sur les services en français du gouvernement du Manitoba reconnaît le fait que la francophonie manitobaine constitue un élément de l'une des caractéristiques fondamentales du Canada. Cette politique a pour objectif de permettre à cette collectivité et aux établissements qui la desservent de recevoir des services gouvernementaux comparables dans la langue des lois du Manitoba.

www.gov.mb.ca/fls-slf/pdf/fls_policy_fr20170908.pdf

Informez-vous sur la façon d'accéder aux services de santé en français à Winnipeg :

wrha.mb.ca/files/les-soins-voulus-en-francais.pdf

16.2) Demande de services d'interprétation

Le service d'interprétation du secteur de la santé fait appel aux services d'interprètes formés et agréés, et est en mesure de fournir des services dans 36 langues. Il est possible d'obtenir un service d'interprète 24 heures sur 24, 7 jours sur 7, en personne, à distance (vidéoconférence, conférence téléphonique) ou par téléphone.

Le service d'interprètes du programme d'accès linguistique est gratuit. Veuillez informer votre prestataire de soins de votre désir d'avoir un interprète.

Pour de plus amples renseignements, veuillez consulter le site suivant :

soinscommunsmb.ca/soins-aux-patients/services-dinterpretation-du-programme-dacces-linguistique/

17 Droits des patients



Pour trouver un défenseur des droits des patients dans votre région sanitaire, consultez le site suivant :

soinscommunsmb.ca/soins-aux-patients/relations-avec-patients/

Des interprètes sont à votre disposition pour vous aider.

Le Bureau des relations avec les patients donne la possibilité aux patients et aux membres de leur famille d'exprimer leurs préoccupations au sujet de leur expérience en ce qui a trait aux soins reçus, et de donner leur avis, afin de contribuer à améliorer la prestation des soins.

Si votre préoccupation concerne un membre de votre famille ou un proche, il se peut que nous ayons besoin d'en savoir plus sur ce patient, et qu'il doive nous donner l'autorisation légale d'enquêter sur ses soins. Ce type de conversation devrait débuter avec l'équipe soignante là où les soins ont été ou sont prodigués.

18

Loi sur les renseignements médicaux personnels (LRMP)

Quels sont mes droits en vertu de la LRMP?

La LRMP vous accorde deux droits principaux : le droit d'accéder à vos propres renseignements personnels sur la santé et le droit de vous attendre à ce que la confidentialité de ces renseignements soit protégée.

Le droit d'accès comprend le droit de consulter vos renseignements personnels sur la santé, d'en obtenir un exemplaire et d'en demander la correction. Vous pouvez également désigner une autre personne, comme un membre de votre famille, pour accéder à ces renseignements en votre nom.

Le droit à la confidentialité comprend le droit de savoir pourquoi on a recueilli des renseignements qui vous concernent, et le droit à ce que ces renseignements restent confidentiels et soient conservés en sécurité par les administrateurs qui les ont recueillis, « ATTENDU QUE les renseignements médicaux sont personnels et de nature délicate et que leur confidentialité doit être préservée afin que les particuliers ne craignent pas de demander des soins de santé ni de divulguer des renseignements de nature délicate aux professionnels de la santé ».

Pour de plus amples renseignements, consultez le site Web suivant :

www.gov.mb.ca/health/phia/index.fr.html



19 Aide médicale à mourir

L'aide médicale à mourir est fournie seulement aux patients admissibles. Pour veiller à offrir ce service de façon sécuritaire, on applique des mesures de protection des patients vulnérables, ainsi que de mesures de soutien aidant tous les patients à prendre une décision éclairée.

soinscommunsmb.ca/services/maid/

20 Droits des personnes LGBTI

Au Canada, les gens ont le droit de faire des choix relatifs à leur santé sexuelle et reproductive.

Les lois protègent le droit des personnes à...

- avoir des relations et se marier avec des partenaires de même sexe;
- s'identifier comme gai, lesbienne, bisexuel, transgenre ou toute autre identité de genre.

En l'an 2000, le Parlement du Canada a adopté le projet de loi C-23 qui donne aux couples de même sexe les mêmes avantages sociaux et fiscaux que les couples hétérosexuels dans une union de fait.

www.canada.ca/fr/patrimoine-canadien/services/droits-personnes-lgbti.html

La Commission des droits de la personne du Manitoba est un organisme indépendant du gouvernement du Manitoba. La Commission a pour responsabilité d'appliquer les dispositions du Code des droits de la personne, soit la loi provinciale qui protège les particuliers ainsi que les groupes du Manitoba contre la discrimination.

manitobahumanrights.ca/index.fr.html

21 Soins dentaires

Les soins dentaires ne sont pas couverts par la carte d'assurance-maladie de Santé Manitoba.

Vous pouvez accéder à des ressources en matière de soins dentaires, gratuites ou à faible coût, en contactant les organismes suivants :

Smile plus Children's Dental Program (en anglais seulement) :
wrha.mb.ca/oral-health/smile-plus/

Le programme de dentisterie de l'Université du Manitoba (en anglais seulement) :
umanitoba.ca/dentistry/general-clinic

Health Links- Info Santé

204 788-8200 (à Winnipeg)

1 888 315-9257 (sans frais)

L'Office régional de la santé de Winnipeg a une liste des endroits où obtenir des soins dentaires (en anglais seulement) :

wrha.mb.ca/wp-content/site-documents/prog/oralhealth/files/WhereToGo-QuickRef.pdf

On peut trouver des professionnels en pratique privée sur le site Web de la Manitoba Dental Association :

Téléphone : 204 988-5300

Renseignez-vous sur la couverture des soins dentaires qui vous convient sur le site du Gouvernement du Canada :

www.canada.ca/fr/services/prestations/dentaire.html



22 Soin des yeux

Les examens de la vue sont gratuits et couverts par Santé Manitoba tous les deux ans pour les personnes de moins de 19 ans et de plus de 65 ans. Les personnes de 19 à 64 ans doivent payer l'examen de la vue réalisé par un ophtalmologue ou un optométriste. Les prix varient selon l'optométriste.

Les services offerts par un ophtalmologue ou un optométriste sont couverts par Santé Manitoba pour les personnes de tout âge atteintes d'une maladie des yeux. Il vous faut une demande de consultation par un prestataire de soins pour consulter un ophtalmologue.

Le coût des verres correcteurs (lunettes ou lentilles cornéennes) n'est pas couvert par Santé Manitoba.

La Manitoba Association of Optometrists peut vous aider à trouver un optométriste près de chez vous (en anglais seulement).

www.optometrists.mb.ca/find-an-optometrist



23 Santé et sécurité des travailleurs

La Loi sur la sécurité et l'hygiène du travail et ses règlements d'application ont pour objet de protéger la sécurité et la santé des travailleurs au Manitoba. Quel que soit le secteur dans lequel vous travaillez, les ressources de Safe Work Manitoba vous aideront à comprendre vos droits et responsabilités et vous fourniront les renseignements dont vous avez besoin pour vous protéger. Certaines ressources sont accessibles en plusieurs langues.

www.safemanitoba.com

Les travailleurs de tous les milieux de travail du Manitoba qui subissent une blessure ou sont atteints d'une maladie attribuable à l'emploi ont droit à des prestations de la WCB, à l'exception de ceux des milieux exclus par règlement.

Signalez une blessure infligée au travail :

www.wcb.mb.ca

Il est important de signaler immédiatement à votre employeur toute blessure, et tout quasi-accident ou incident survenu sur votre lieu de travail. Documentez tous les détails (lieu, météo, heure, date, témoins, tâche, utilisation de l'équipement, conditions environnementales, etc.). Toutes les blessures qui nécessitent des soins médicaux ou qui vous obligent à vous absenter du travail doivent être signalées à la Commission des accidents du travail.

Lorsque vous consultez un médecin, mentionnez que le rendez-vous est dû à un incident de travail. Si vous ne le faites pas à temps, vous risquez de manquer de soutien financier pour votre rétablissement. N'oubliez pas que les symptômes peuvent ne se manifester que plus tard.

Pour en apprendre davantage sur vos droits en tant que travailleur, consultez le site Web de la Manitoba Federation of Labour (en anglais seulement) :

mfl.ca/employment_standards

La Commission des accidents du travail offre certains renseignements en français sur son site Web :

www.wcb.mb.ca/fr/publications-en-francais



Annexe A

Offices régionaux de la santé (ORS)

www.gov.mb.ca/health/rha/index.fr.html

Office régional de la santé d'Entre-les-Lacs et de l'Est

233A, rue Main

Selkirk (Manitoba) R1A 1S1

Téléphone : 204 785-4700 | 1 855 785-8500

Télécopieur : 204 482-4300

Site Web : ierha.ca

Office régional de la santé du Nord

C. P. 130

84, rue Church

Flin Flon (Manitoba) R8A 1M7

Téléphone : 204 687-1300

Télécopieur : 204 687-6405

Site Web (en anglais seulement) : northernhealthregion.com

Santé de Prairie Mountain

192, 1^{re} Avenue Ouest

C.P. 579

Souris (Manitoba) R0K 2C0

Téléphone : 204 483-5000

Sans frais : 1 888 682-2253

Télécopieur : 204 483-5005

Site Web (en anglais seulement) : prairiemountainhealth.ca

Office régional de la santé de Winnipeg

650, rue Main

Winnipeg (Manitoba) R3B 1E2

Téléphone : 204 926-7000

Télécopieur : 204 926-7007

Site Web : wrha.mb.ca

Southern Health-Santé Sud

180, promenade Centenaire

Southport (Manitoba) R0H 1N1

Téléphone : 204 428-2720 ou 1 800 742-6509 (au Manitoba)

Télécopieur : 204 428-2779

Site Web : southernhealth.ca/fr/

Carte du Manitoba – Offices régionaux de la santé



Annexe B

Tableau synthèse des points d'accès

Urgence médicale/Incendie/Police : 9-1-1

Service	Numéro de téléphone
Accueil francophone du Manitoba	1 204 975-4250
Annuaire des services en français (Société de la francophonie manitobaine)	1 204 233-4915
BridgeCare	1 204-940-4384
Carte d'assurance-maladie de Santé Manitoba	1 204 786-7101
Fédération des parents de la francophonie manitobaine	204 237-9666
Gouvernement du Canada	1 800 622-6232
Healthy Start et Healthy Baby (Un bon départ et Bébé en santé)	204 949-5350
Health Links - Info Santé	Winnipeg : 204 788-8200 Sans frais : 1 888 315-9257
Klinik Community Health	Ligne d'appel en cas de crise : 1 888 322-3019 C'est gratuit.
Manitoba Dental Association	204 988-5300
Santé Manitoba	1 204 945-3744
Teen Klinik	204 784-4090
Trouver un médecin	Winnipeg : 204 786-7111 Sans frais : 1 866 690-8260
Violence familiale	Message texte : 204 792-5302 Sans frais : 1 877 977-0007

Liens internet importants

Carte d'assurance-maladie de Santé Manitoba	gov.mb.ca/health/mhsip/index.fr.html
Clinique/Soins d'urgence mineure/Urgence Délais d'attente	wrha.mb.ca/fr/temps-dattente/
Où aller avec un enfant malade ou blessé? KidCare MB	soinscommunsmb.ca/soins-aux-patients/ ou-dois-je-aller/enfant-malade-ou-blesse/
Medimap	medimap.ca/clinics/walk-in-clinics/mb/ winnipeg
Trouver un médecin	forms.gov.mb.ca/family-doctor-finder/ index.fr.html

Annexe C

Conseils psychosociaux, services en cas de crise et auto-assistance en santé mentale

Les problèmes de santé mentale vont du stress et de la fatigue mentale à des troubles graves. La santé mentale est aussi importante que la santé physique et spirituelle pour notre bien-être.

Les services de santé mentale du Manitoba visent à ce qui suit :

- Promouvoir une bonne santé mentale.
- Reconnaître la maladie mentale et intervenir rapidement.
- Aider les personnes aux prises avec des troubles de santé mentale.

psychosociaux de conseils Services	Coût	Langue	Personnel	Couple	Famille	Enfant	Expertise	Information
Pluri-Elles MB Inc.	Aucun	FR	X	X	X	X	Conseils psychosociaux, ateliers, groupes de soutien, services pour réfugiés	204 233-1735
Youville	Aucun	FR/ ANGL	X	X	X	14 ans +	Conseils psychosociaux, clinique jeunesse, services pour aînés	204 255-4840
Thrive Community Support Circle	Aucun	ANGL	X	X	X	X	Groupes de soutien parental, friperie, soutien d'urgence et thérapie (deuil, perte, stress, santé mentale, dépendances)	204 772-9091
Centre de renouveau Aulneau	Selon revenu	FR/ ANGL	X	X	X	X	Thérapies alternatives (jeux, musique, art, etc.), TCC, TDC, EMDR (traumatismes); groupes pour parents	204 987-7090
Centre Renaissance Inc.	Selon revenu	FR/ ANGL	X	X	X	X	Conseils psychosociaux à court et à long terme Méditation, pleine conscience, RSPC, yoga	204 256-6750
Aurora Family Therapy Centre	Selon revenu	ANGL	X	X	X	X	Conseils psychosociaux, groupes de soutien pour le deuil Programme pour les nouveaux arrivants	204 786-9251
Family Dynamics	Selon revenu	ANGL, autres	X	X	X	X	Conseils psychosociaux/soutien à domicile pour enfants et familles Services pour réfugiés	204 947-1401
New Directions	Aucun	ANGL			X	X	Thérapie familiale; services pour nouveaux parents, familles affectées par la violence sexuelle, TSAF; services sans-rendez-vous (0 à 12 ans)	204 786-7051
MB Adolescent Treatment Centre	Aucun	ANGL			X	X	Conseils psychosociaux pour les jeunes et leur famille dans les domaines de la toxicomanie, TDAH, santé mentale	204 947-1401
Marymound	Aucun	ANGL			X	4-18 ans	Conseils psychosociaux en cas de violence sexuelle (4 à 18 ans), exploitation sexuelle (filles de 13 à 17 ans), traumatismes; centre de stabilisation	204 338-7971
Sara Riel	Aucun	FR/ ANGL	18 ans +				Conseils psychosociaux en santé mentale/gestion de cas Services à l'emploi	204 237-7165

Services en cas de crise (24/24 h ; 7/7 j)

Centre d'intervention en cas de crise

817, av. Bannatyne, Winnipeg (Manitoba)

Service mobile en cas de crise

204 940-1781 (adultes) ou 204
949-4777 (adolescents)

Manitoba Suicide Prevention & Support Line

1 877 435-7170

Klinic Crisis Line

204 786-8686

Hope for Wellness Help Line (Autochtones)

1 855 242-3310 ou clavardez en
ligne : hopeforwellness.ca

Ligne de textos en cas de crise

Texter HOME à 686868

Kids Help Phone

1 800 668-6868

Services à l'enfant et à la famille

204 944-4200 ou 1 888 945-2627



Ressources communautaires d'auto-assistance/lignes téléphoniques

AbilitiCBT (apprentissage auto-guidé gratuit sur TCC avec accès à un thérapeute pour les jeunes de 16 ans et plus)
myicbt.com/fr-CA

Centre for Clinical Interventions (auto-guidé)
cci.health.wa.gov.au/Resources

Anxiety Disorders Association of MB
204 925-0600

Mood Disorders Association of MB
(soutien par les pairs, groupes, dépression post-partum)
204 786-0987

OCD - CMHA Manitoba and Winnipeg (cmhaacrossmb.ca)
204 775-6442
cmhaacrossmb.ca/understanding-mental-illness/ocd

Peer Connections Manitoba (soutien par les pairs, groupes)
204 786-1616

Mieux-Être Canada
1 866 585-0445 (adultes) ou 1 888 668-6810 (adolescents), wellnesstogether.ca/fr

Ligne de réconfort Seneca
(soutien par les pairs 24/24 h ; 7/7 j)
204 942-9276
sarariel.ca/fr/ligne-de-reconfort-seneca

Friendly Calls Program (Croix-Rouge)
(Appels téléphoniques hebdomadaires d'un bénévole formé, en anglais ou ojibwé)
204 583-6285

Palliative Manitoba (soutien en cas de deuil) : 204 889-8525, poste 225

Association canadienne pour la santé mentale (cheminement dans les services, soutien par les pairs, groupes d'apprentissage)
204 775-6442
cmha.ca/fr

Mosaic Newcomer Family Resource Centre
204 774-7311

Services privés de conseils psychosociaux

MB Psychological Society
mps.ca

Association canadienne de Counseling et de psychothérapie
(Trouver un conseiller agréé)
www.ccpa-accp.ca/fr

International Centre for Excellence in Emotionally Focused Therapy
(recommandé pour les couples)
iceeft.com

Psychology Today
(Trouver un thérapeute)
psychologytoday.com

Services de lutte contre les dépendances

Manitoba Addictions Helpline

1 855 662-6605

mbaddictionhelp.ca

Rapid Access to Addictions Medicine

(cliniques sans rendez-vous pour adultes de 18 ans et plus en quête de soutien pour consommation de substances dangereuses)
soinscommunsmb.ca/services/sante-mentale/services-de-sante-mentale/raam/

Main Street Project (désintoxication, conseils sur place, logement de transition) :

204 982-8251 (hommes)

204 982-8222 (femmes)

mainstreetproject.ca

Fondation manitobaine de lutte contre les dépendances (AFM)

(options de traitement résidentiel ou de jour, conseils psychosociaux)

204 944-6200

afm.mb.ca

Salvation Army – Anchorage Program

(logement à court et à long terme pour les personnes aux prises avec des troubles concomitants)

204 946-9401

wpgboothcentre.ca

*Mention légale de limitation et d'exclusion de responsabilité

Santé en français n'offre pas de services de santé ni de services sociaux directement à la population. Par conséquent, Santé en français décline toute responsabilité quant à la modification des renseignements, du contenu et des hyperliens regroupés dans le présent *Guide de navigation du réseau de la santé et des services sociaux du Manitoba*.

Santé en français n'assume aucune responsabilité et ne peut être tenu responsable de quelque façon que ce soit de l'utilisation que peut faire une personne du présent *Guide de navigation du réseau de la santé et des services sociaux du Manitoba*, ni de l'utilisation que peut faire une personne des services publiés dans le présent *Guide de navigation du réseau de la santé et des services sociaux du Manitoba*.

**Guide de navigation du réseau de la santé
et des services sociaux du Manitoba**

santeenfrancais.com