



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

Santé en français a retenu les services de M<sup>me</sup> Rolande Kirouac, de Spadrole.

**SPADROLE**

Graphisme et mise en page de M<sup>me</sup> Raïssa Bado

**Raïssa Bado**  
GRAPHIC DESIGN & MULTIMEDIA

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



Société Santé  
en français

Par l'entremise de

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

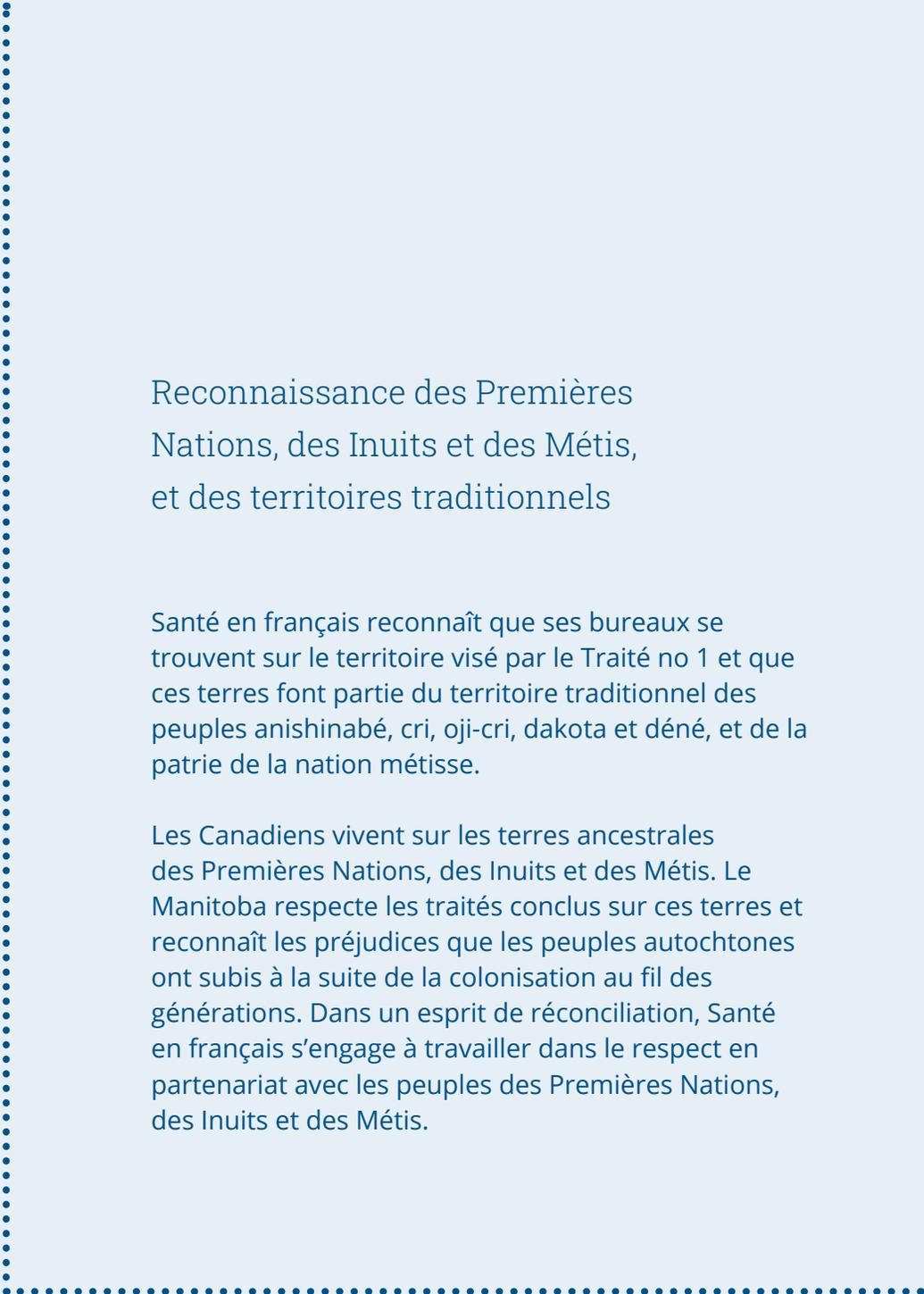
Dernière mise à jour : Février 2025

Crédit photo couverture : résidence des infirmières de l'hôpital Saint-Boniface - Jessica Losorata

# 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 .....	28
8.6) Soins de santé aux jeunes femmes de 12 à 22 ans – Teen Klinik.....	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
11.1) Lignes d'assistance 24/7 en cas de crise de santé mentale .....	33
11.2) Services de counseling .....	35
11.3) Ressources communautaires .....	37
12. Prévention de la violence familiale .....	38
13. Soutien aux familles et aux jeunes .....	39
13.1 Ressources des services à l'enfant et à la famille désignées bilingues .....	40
14. Soutiens aux personnes en situation d'handicap .....	41
14.1 Services aux enfants en situation d'handicap .....	41
14.2 Services aux adultes en situation d'handicap .....	41
14.3 Organismes bilingues avec mandat provincial .....	42
14.4 Organismes bilingues avec mandat régional .....	43
15. Soutien aux aînés .....	45
15.1) Soins à domicile .....	45
15.2) Logement et soins de longue durée .....	46
15.3) Soins palliatifs .....	46
16. Programme d'accès linguistique .....	47
16.1) Politique sur les services en français adoptée en mai 2017 .....	47
16.2) Demande de services d'interprétation .....	47
17. Droits des patients .....	48
18. Loi sur les renseignements médicaux personnels (LRMP) .....	49
19. Aide médicale à mourir .....	50
20. Droits des personnes LGBTI .....	50
21. Soins dentaires .....	51
22. Soin des yeux .....	52
23. Santé et sécurité des travailleurs .....	53
Annexe A : Offices régionaux de la santé (ORS) .....	55
Annexe B : Tableau synthèse des points d'accès pour la santé mentale .....	58
Annexe C : Liens internet vers les ressources communautaire dans votre région .....	59
Annexe C : Services en cas de crise (24/24 h ; 7/7 j).....	60
Annexe C : Ressources communautaires d'auto-assistance/lignes téléphoniques.....	61
Annexe C : Services privés de conseils psychosociaux.....	61
Annexe C : Services de lutte contre les dépendances .....	62

A decorative dotted line in a dark blue color forms an L-shape on the left side of the page, starting from the top and extending down to the bottom, then turning 90 degrees to the right and extending across the width of the page.

## 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](http://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](http://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](mailto: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](http://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](http://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](http://www.gov.mb.ca/health/mhsip/healthcoverage.fr.html)

Voici des services offerts <b>GRATUITEMENT</b>	Voici des services qui ne sont <b>PAS GRATUITS</b>
<p>Entre autres :</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• L'hospitalisation</li><li>• La consultation d'un prestataire de soins (médecin, infirmière, etc.)</li><li>• Les radiographies et analyses en laboratoire, comme les analyses de sang ou d'urine, prescrites par un médecin ou une infirmière praticienne</li><li>• La plupart des interventions chirurgicales et des traitements fournis par des médecins spécialistes</li><li>• La vaccination de routine</li><li>• Les examens de la vue tous les deux ans pour les personnes de moins de 19 ans et de 65 ans et plus</li><li>• Aux plus sept rendez-vous chez le chiropraticien par année civile</li></ul>	<p>Entre autres :</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Les services d'ambulance en cas d'urgence</li><li>• Les soins dentaires</li><li>• Les examens de la vue (personnes de 19 à 64 ans)</li><li>• Les médicaments d'ordonnance</li><li>• Les notes du médecin ou examens de la condition physique d'un conducteur, des conseils privés</li><li>• Les traitements de physiothérapie</li><li>• Les traitements de massothérapie</li><li>• Les traitements d'ostéopathie</li><li>• La vaccination des voyageurs</li><li>• Les interventions de chirurgie esthétique</li></ul> 

## 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](http://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](http://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](http://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](http://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](http://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](http://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](http://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](http://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](http://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](http://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/](http://www.assiniboineclinic.com/immigration/)
- Bison Family Medical Clinic (en anglais seulement) : [bisonfamilymedical.com/ime/](http://bisonfamilymedical.com/ime/)
- Southend Medical Clinic (en anglais seulement) : [www.southendmedicalclinic.com/canadian-medical-exam/](http://www.southendmedicalclinic.com/canadian-medical-exam/)
- Sterling Lyon Medical (en anglais seulement) : [www.sterlinglyonmedical.com/](http://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](http://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](mailto: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](https://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](https://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/](http://centredesante.mb.ca/info-sante/)



[misericordia.mb.ca/programs/centre-provincial-de-communication-en-matiere-de-sante/health-links-info-sante-fr/](http://misericordia.mb.ca/programs/centre-provincial-de-communication-en-matiere-de-sante/health-links-info-sante-fr/)

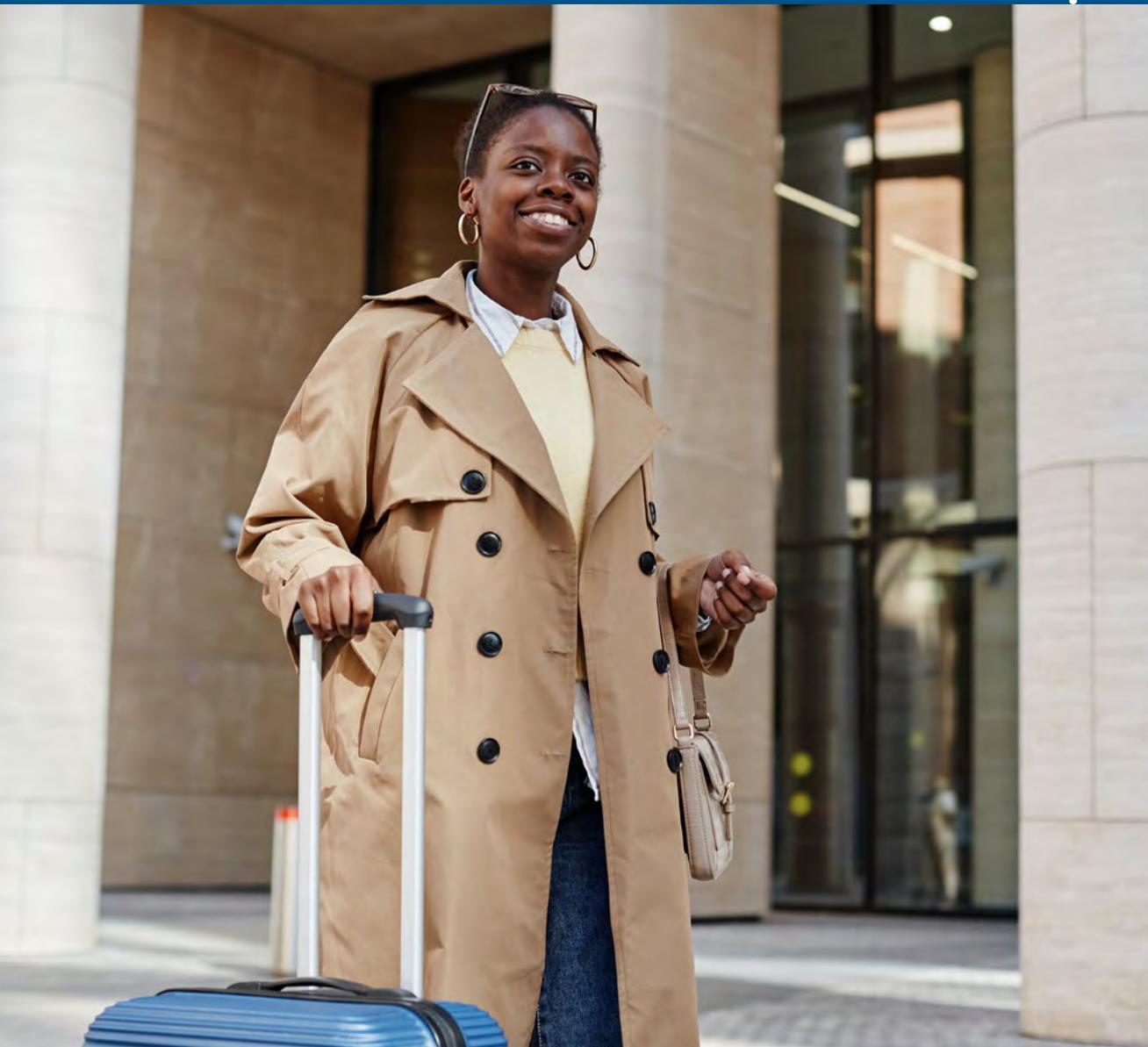
## 6

# 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.html](http://www.gov.mb.ca/health/mhsip/leavingtemporarily.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/](https://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.

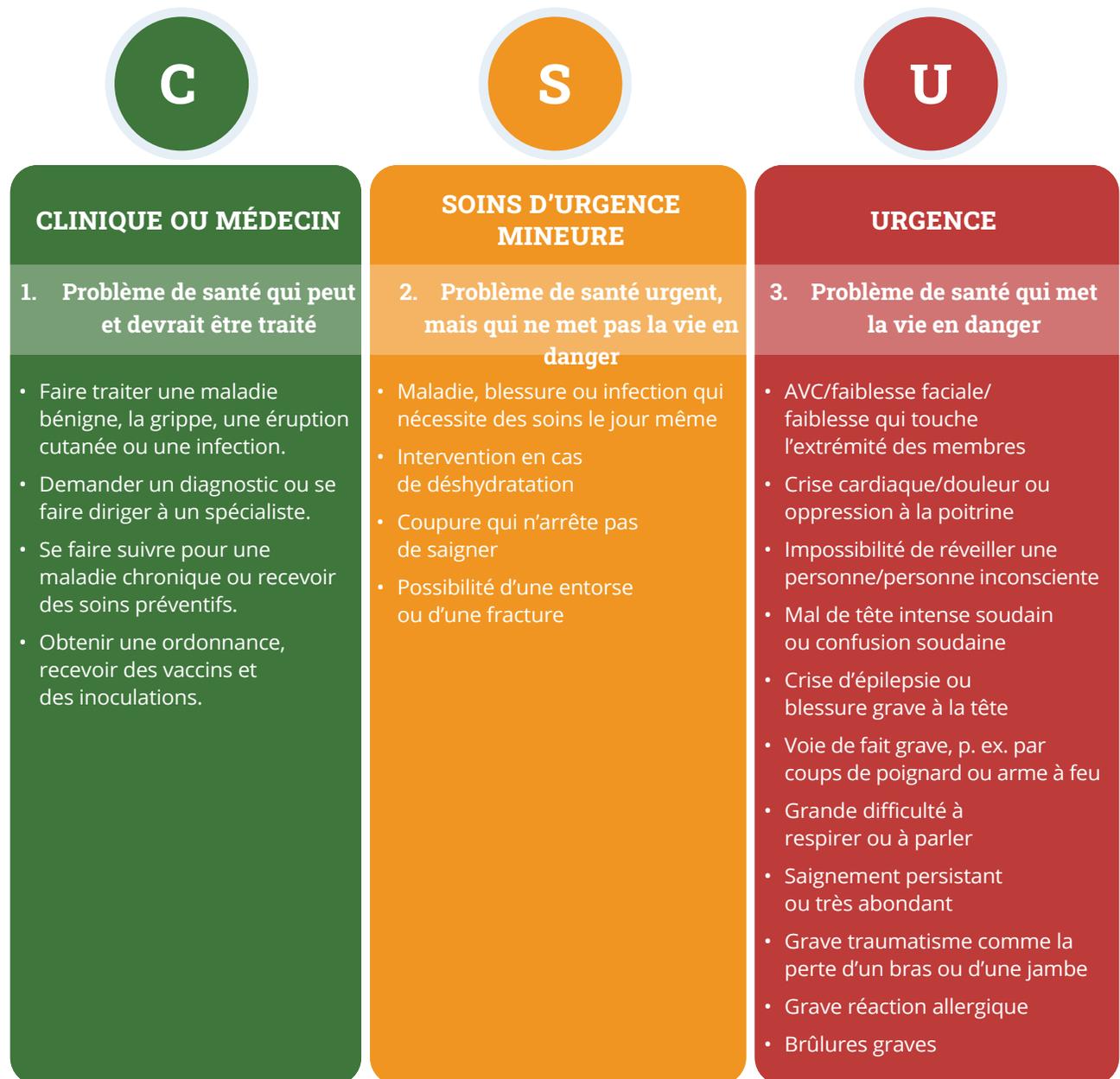
Téléphone : 204 788-8200 (Winnipeg)  
Téléphone : 1-888 315-9257 (sans frais)

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/](https://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/](http://wrha.mb.ca/fr/temps-dattente/cliniques-sans-rendez-vous/)

Vous pouvez consulter [medimap.ca](http://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](http://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](http://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/](http://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/](https://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](http://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/](http://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/](http://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/](http://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](http://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/](http://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](http://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/](http://klinik.mb.ca/health-care/specialized-services/unplanned-pregnancy-counselling/)

Nine Circles Community Health Centre : [ninecircles.ca/programs-services/clinic-services/](http://ninecircles.ca/programs-services/clinic-services/)

Women's Health Clinic : [womenshealthclinic.org/](http://womenshealthclinic.org/)

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.hsम्म.ca](http://www.hsम्म.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](http://www.gov.mb.ca/healthychild/healthybaby/list_winnipeg_fr.pdf)

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

2-622 avenue Taché  
Winnipeg (Manitoba) R3H 2B4  
Courriel : [info@lafpfm.ca](mailto:info@lafpfm.ca)

Téléphone : 204-237-9666 ext. 216  
[www.lafpfm.ca/programme-0-12-ans](http://www.lafpfm.ca/programme-0-12-ans)

## 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/](http://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](http://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](http://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/](http://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/](http://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](http://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](http://www.gov.mb.ca/health/publichealth/offices.fr.html)



## 11

# 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.

Ces services sont fournis par l'intermédiaire des offices régionaux de la santé et par des organismes d'entraide et de soutien aux familles, entre autres.

## 11.1) Lignes d'assistance 24/7 en cas de crise de santé mentale

Les services en cas de crise qui suivent sont **gratuits et disponibles 24 heures sur 24, 7 jours sur 7**.

Composez le numéro de la ligne d'assistance en cas de crise de Klinic Community Health – 204 786-8686 ou sans frais 1 888 322-3019 (disponible en anglais seulement).

Vous pouvez aussi communiquer avec le Centre d'intervention en cas de crise et les Services mobiles en cas de crise (adultes) : 204 940-1781 (Winnipeg, en anglais).

Pour les Services mobiles en cas de crise chez les adolescents, composez : 204 949-4777 ou 1 888 383-2776 (en anglais).

## Pensées et comportements suicidaires

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**

9-8-8 (téléphone et message texte -  
accessible en français)

**Ligne de soutien et de  
prévention du suicide**

1 877 435-7170 (au Manitoba)

Consultez le site Web et cliquez sur votre choix de langue au haut de la page, à droite.  
[reasontolive.ca](http://reasontolive.ca)

### Dépendances

**Ligne d'information provinciale sur  
les dépendances**

1 855 662-6605 (Appelez ou textez -  
en anglais seulement)

**Ligne d'aide aux  
joueurs compulsifs**

1 800 463-1554 (en anglais seulement)

### Enfants, adolescents et jeunes adultes

**Jeunesse, j'écoute**

Appelez 1 800 668-6868 **OU** textez PARLER au 686868 (accessible en français).

### Agriculteurs et collectivités rurales et du Nord du Manitoba

**Manitoba Farm, Rural & Northern Support Services**

Sans frais : 1 866 367-3276 (en anglais seulement)

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

[supportline.ca](http://supportline.ca)

### Autochtones

**Ligne d'écoute d'espoir pour le mieux-être**

1 855 242-3310 ou clavardez en ligne : [espoirpourlemieuxetre.ca](http://espoirpourlemieuxetre.ca)  
(accessible en français).

## 11.2) Services de counseling

Le counseling est une forme d'intervention psychologique et sociale réalisée par différents professionnels de la santé mentale et de la relation d'aide qui interviennent pour soutenir les personnes face à des difficultés personnelles et professionnelles. Ces services peuvent être offerts par des instances publiques et privées.

### Services sans rendez-vous

Conseils gratuits sans rendez-vous au centre de santé communautaire Klinik Community Health à Winnipeg (en anglais seulement).

#### Adresse

**167, rue Sherbrooke**

**Winnipeg (Manitoba) R3C 2B7**

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

**204 784-4067**

**[klinik.mb.ca](http://klinik.mb.ca)**

### Services en français et bilingues

Pluri-elles (Manitoba) offre du counseling individuel et des groupes de soutien. Cela s'adresse aux femmes, aux enfants, aux familles, ainsi qu'aux femmes qui vivent une relation empreinte de violence. Les services sont gratuits et sont offerts durant les heures de bureau.

#### Coordonnées

**420, rue Des Meurons, unité 114, Winnipeg (Manitoba) R2H 2N9**

**204 233-1735 ou 1 800 207-5874**

**[www.pluri-elles.mb.ca/entraide-et-counseling/](http://www.pluri-elles.mb.ca/entraide-et-counseling/)**



Le Centre de santé communautaire Youville offre un programme de counseling gratuit aux hommes, femmes et jeunes (+14 ans) durant les heures de bureau.

**Coordonnées**

**845, rue Dakota, bureau 6**

**Winnipeg (Manitoba) R2M 5M3**

**204 255-4840**

**[youville.ca/centre-sant%c3%a9-communautaire/programme-de-counseling](http://youville.ca/centre-sant%c3%a9-communautaire/programme-de-counseling)**

Sara Riel fournit aux personnes souffrant de problèmes de santé mentale et de toxicomanie un environnement sûr, inclusif et engageant où les besoins autodéterminés sont valorisés et où tous sont aidés à atteindre leur objectif.

Leur programme gratuit de conseils en santé mentale aide les personnes à atteindre leur objectif de rétablissement.

**Coordonnées**

**101 – 66, avenue Moore Avenue**

**Winnipeg (Manitoba) R2M 2C4**

**204 237-7165**

**[sarariel.ca/fr](http://sarariel.ca/fr)**

Sara Riel offre également un service téléphonique dédié aux Manitobains et aux Manitobaines qui sont aux prises avec des troubles de santé mentale et vise à offrir un soutien par des pairs avant une situation de crise.

**Ligne de réconfort Seneca**

**204 942-9276 ou sans frais 1 833 718-4678**

**Service offert 24 heures sur 24, 7 jours sur 7**

Le Centre Renaissance offre des services de counseling en français et en anglais, en mettant l'accent sur la communauté francophone de la ville de Winnipeg et de la région sanitaire du sud du Manitoba. Les frais varient selon le service, vos assurances et votre revenu (échelle mobile disponible).

Coordonnées

**844, rue Autumnwood**

**Winnipeg (Manitoba) R2J 1C1**

**204 256-6750**

**[centrerenaissance.ca/fr/](http://centrerenaissance.ca/fr/)**

Des services de consultation et de thérapie sont offerts au [Centre de renouveau Aulneau](#). Les programmes comprennent des séances individuelles de consultation à long terme et à court terme pour les enfants et les parents, les travaux de dyade pour les parents et les jeunes enfants, les séances de consultation pour les familles ou les groupes et les ateliers sur l'art d'être parent. Les frais varient selon le revenu (échelle mobile disponible).

Coordonnées

**228, av. Hamel**

**Winnipeg (Manitoba)**

**204 987-7090**

**[aulneau.com/fr/about-us](http://aulneau.com/fr/about-us)**

### 11.3) Ressources communautaires

Votre office régional de la santé et votre professionnel de la santé peuvent vous guider vers les services de santé mentale.

Les bureaux de l'Association canadienne pour la santé mentale dans tout le Manitoba offrent une variété de services. Consultez le site Web (en anglais seulement) et cliquez sur votre région pour connaître les services qui sont disponibles près de chez vous :

[Home - CMHA Manitoba and Winnipeg \(cmhaacrossmb.ca\)](http://cmhaacrossmb.ca)

**Reportez-vous à [l'annexe C](#) pour un récapitulatif des points d'accès pour la santé mentale.**

## 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](http://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](mailto:admin@chezrachel.ca)

[chezrachel.ca](http://chezrachel.ca)

Pluri-elles (Manitoba) est un organisme francophone qui sensibilise, éduque et informe la communauté au sujet de la violence sous toutes ses formes.

Coordonnées

**420, rue Des Meurons, unité 114, Winnipeg (Manitoba) R2H 2N9**

**204 233-1735 ou 1 800 207-5874**

[www.pluri-elles.mb.ca/prevention-violences](http://www.pluri-elles.mb.ca/prevention-violences)

## 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

**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](http://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.



## 13.1) Ressources des services à l'enfant et à la famille désignées bilingues

### Régie générale des services à l'enfant et à la famille

La Régie générale des services à l'enfant et à la famille est une des régies des services à l'enfant et à la famille au Manitoba. Son rôle principal est de superviser et soutenir ses offices mandatés qui prodiguent des services de protection de l'enfance. Elle apporte son aide aux offices pour renforcer les capacités et continuellement améliorer les services offerts aux enfants, aux jeunes ainsi qu'aux familles dans toute la province.

180, rue King, bureau 301

Winnipeg (Manitoba) R3B 3G8

Sans frais : 1 866 803-2814

Téléphone : 204 984-9360

[generalauthority.ca/about-us/](http://generalauthority.ca/about-us/) (majoritairement en anglais)

### Child and Family All Nations Coordinated Response Network (ANCR)

ANCR fournit une gamme de services d'urgence et de non-urgence, de protection et de prévention pour soutenir les familles. Elle promeut et soutient la sécurité et le bien-être des enfants et des familles en fournissant des services d'accueil des enfants et des familles adaptés à la culture et fondés sur les points forts. Elle est généralement le premier point de contact avec le système de services à l'enfance et à la famille.

835, avenue Portage

Winnipeg (Manitoba) R3G 0N6

Téléphone : 204 944-4200

Sans frais : 1 888 945-ANCR (2627)

[www.ancr.ca/](http://www.ancr.ca/) (en anglais seulement)

## 14 Soutiens aux personnes en situation d'handicap

### 14.1) Services aux enfants en situation d'handicap

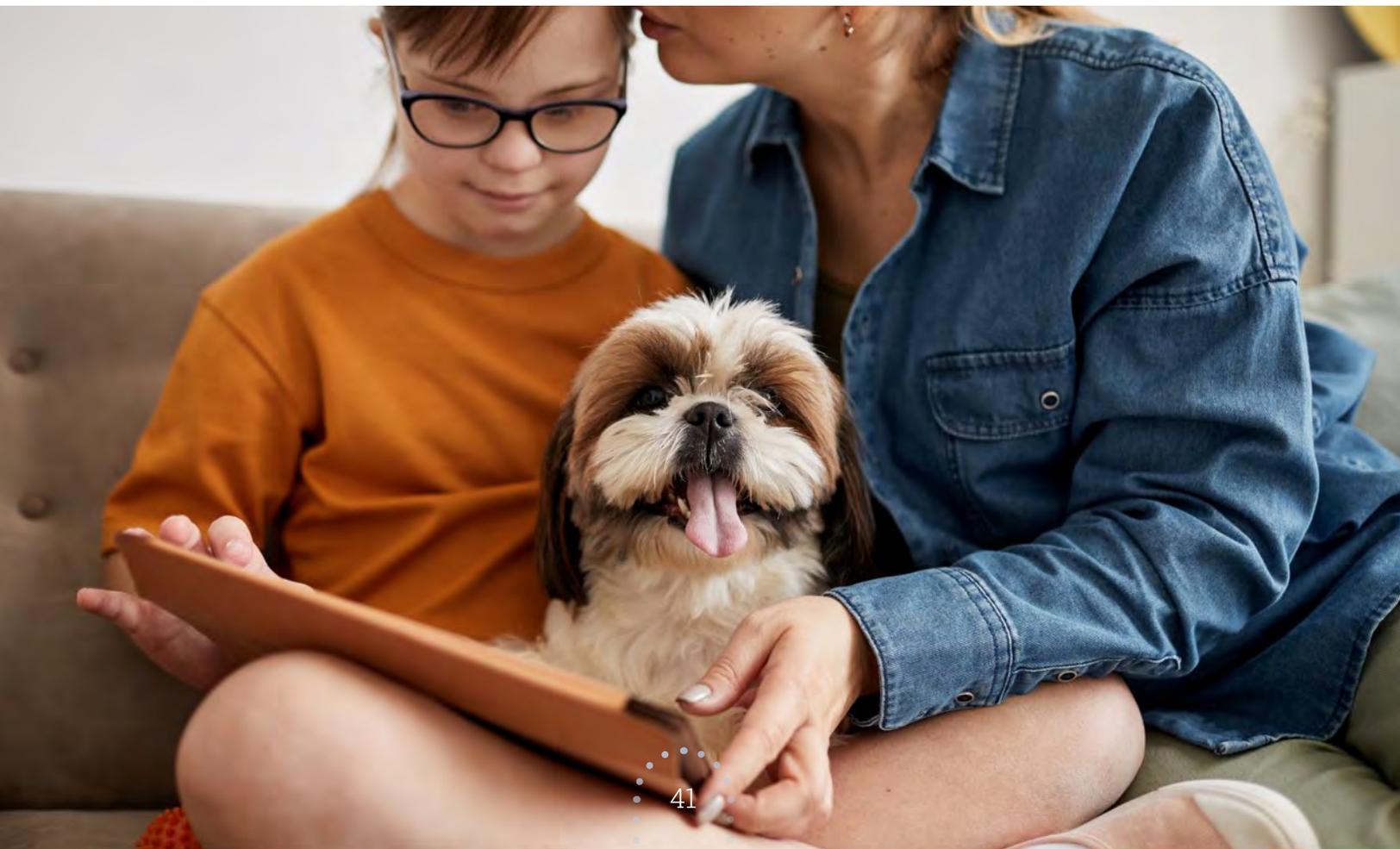
Le gouvernement du Manitoba offre un programme de soutien aux enfants en situation d'handicap. Ce programme appuie les familles qui élèvent un enfant (ou des enfants) ayant des troubles du développement ou physiques, afin de répondre aux besoins additionnels qu'elles pourraient avoir. Pour plus d'information, consultez le site suivant :

[www.gov.mb.ca/fs/cds/index.fr.html](http://www.gov.mb.ca/fs/cds/index.fr.html)

### 14.2) Services aux adultes en situation d'handicap

Le gouvernement du Manitoba offre des programmes de soutien aux adultes en situation d'handicap. Ceux-ci comprennent des programmes d'aide à l'emploi et au revenu ainsi que des services d'intégration communautaire qui aident les adultes admissibles ayant des troubles du développement à mener des vies riches et satisfaisantes au sein de leur collectivité.

[www.gov.mb.ca/fs/pwd/index.fr.html](http://www.gov.mb.ca/fs/pwd/index.fr.html)



### 14.3) Organismes bilingues avec mandat provincial

Manitoba Possible 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 en situation d'handicap, et ce, à trois endroits de Winnipeg et dans sept bureaux régionaux à travers le Manitoba.

[www.manitobapossible.ca/newcomer-navigation-and-support-unit](http://www.manitobapossible.ca/newcomer-navigation-and-support-unit)

#### **Trois programmes pour enfants sont désignés bilingues au sein de cet organisme :**

Coordination des services à l'enfance

[manitobapossible.ca/programs/#childrens](http://manitobapossible.ca/programs/#childrens)

Centre de communication pour enfants

[manitobapossible.ca/programs/#communication](http://manitobapossible.ca/programs/#communication)

Thérapie provinciale de proximité pour les enfants

[manitobapossible.ca/programs/#potc](http://manitobapossible.ca/programs/#potc)

St. Amant soutient les Manitobains et Manitobaines qui ont des troubles du développement, des troubles du spectre de l'autisme ou une lésion cérébrale acquise.

Pour obtenir plus d'informations sur leurs programmes et les services :

[Préscolaire \(https://stamant.ca/fr/services-french/preschool-french/\)](https://stamant.ca/fr/services-french/preschool-french/)

[Enfants et jeunes \(https://stamant.ca/fr/services-french/children-youth-french/\)](https://stamant.ca/fr/services-french/children-youth-french/)

[Adultes et personnes âgées \(https://stamant.ca/fr/services-french/adult-seniors-french/\)](https://stamant.ca/fr/services-french/adult-seniors-french/)

[Ressources \(https://stamant.ca/fr/services-french/resources-french/\)](https://stamant.ca/fr/services-french/resources-french/)

## 14.4) Organismes bilingues avec mandat régional

EPIC de St. Malo défend et promeut l'inclusion dans la communauté de Saint-Malo et les régions environnantes des personnes ayant des troubles du développement. EPIC de St. Malo fournit un soutien, des opportunités et des ressources pour développer l'indépendance afin que chacun puisse vivre sa vie unique comme il l'entend. L'organisme offre un programme de jour, un programme résidentiel, une cuisine commerciale, du transport et un programme de recyclage.

<https://www.epicsmile.ca/programs/> (en anglais seulement)

L'Arche Winnipeg s'efforce de créer une vie de haute qualité pour les personnes ayant un trouble du développement tout en défendant leurs droits. Il s'appuie sur le modèle relationnel de L'Arche, qui fait tomber les barrières entre ceux qui donnent et ceux qui reçoivent un soutien. L'Arche Winnipeg compte six foyers, un appartement de soutien à la vie autonome, des programmes et l'entreprise sociale L'Arche Tova Café.

<https://www.larchewinnipeg.org/> (en anglais seulement)

Regional Occupational Services Enterprises (R.O.S.E.) offre un service de résidences, des programmes de jour, des services internes et de l'aide à l'emploi pour des adultes ayant des troubles du développement à Sainte-Rose-du-Lac et la région environnante.

**204 447-3224**

**[kmaccarthy@outlook.com](mailto:kmaccarthy@outlook.com)**

Le Service de relève communautaire offre des services de relève de qualité dans certaines parties du sud du Manitoba, en particulier à Winnipeg et dans la région de Westman, aux aidants naturels et aux personnes en situation d'handicap. Il offre aux parents et aux aidants des personnes en situation d'handicap la possibilité de prendre une pause bien méritée. Il fournit également du soutien, de la compagnie et de l'aide aux personnes en situation d'handicap, qu'elles vivent de façon autonome dans leur communauté ou avec leurs aidants.

<https://www.communityrespiteservice.ca/wp/> (en anglais seulement)

Somerset Villa est aussi connue sous le nom de Somerset Villa Thrift Store puisque cette entreprise est sa plus grande source de revenu. Elle dispense des services sociaux dans la communauté de Somerset et ses environs en matière de logement et d'emploi pour les personnes en situation d'handicap.

204 744-2167

somersetvilla329@gmail.com

Vents de Trembles à Notre-Dame-de-Lourde offre une gamme de services et de possibilités d'avoir une bonne vie, en aidant les adultes avec des troubles du développement à travailler, à se divertir et à s'impliquer pleinement au sein de leur collectivité. L'organisme offre des programmes de jour et un service de résidence en plus de gérer un atelier et un magasin.

<https://aspenwinds.ca/> (majoritairement en anglais)



## 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](http://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](http://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](http://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](http://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](http://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](http://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-daccess-linguistique/](http://soinscommunsmb.ca/soins-aux-patients/services-dinterpretation-du-programme-daccess-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/](https://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.

## Loi sur les renseignements médicaux personnels (LRMP)

### Quels sont mes droits en vertu de la LRMP?

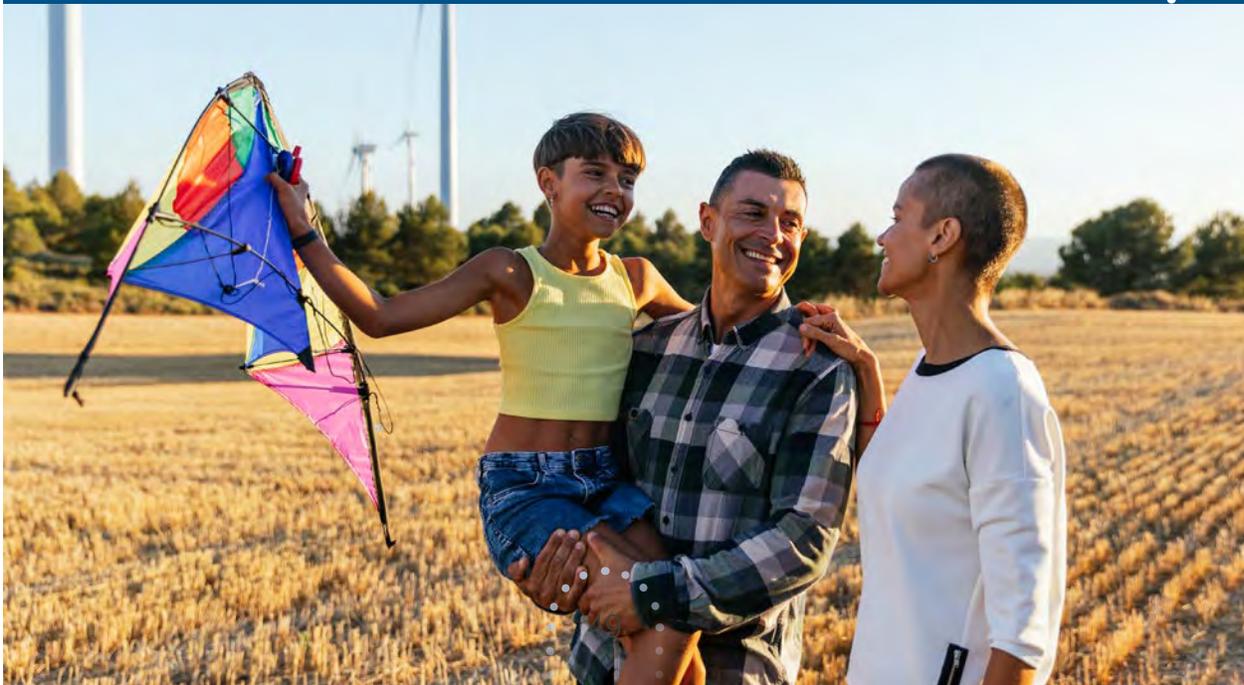
La LRMP vous accorde deux droits principaux : le droit d'accéder à vos propres renseignements personnels sur la santé et le droit de vous attendre à ce que la confidentialité de ces renseignements soit protégée.

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](http://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/](https://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](http://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](http://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/](http://wrha.mb.ca/oral-health/smile-plus/)

Le programme de dentisterie de l'Université du Manitoba (en anglais seulement) :  
[umanitoba.ca/dentistry/general-clinic](http://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](http://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](http://www.canada.ca/fr/services/prestations/dentaire.html)



## 22 Soins 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](http://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](http://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](http://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](http://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](http://www.wcb.mb.ca/fr/publications-en-francais)



## Offices régionaux de la santé (ORS)

[www.gov.mb.ca/health/rha/index.fr.html](http://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](http://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](http://northernhealthregion.com)

---

### Santé de Prairie Mountain

192, 1<sup>re</sup> 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](http://prairiemountainhealth.ca)

---

### Office régional de la santé de Winnipeg

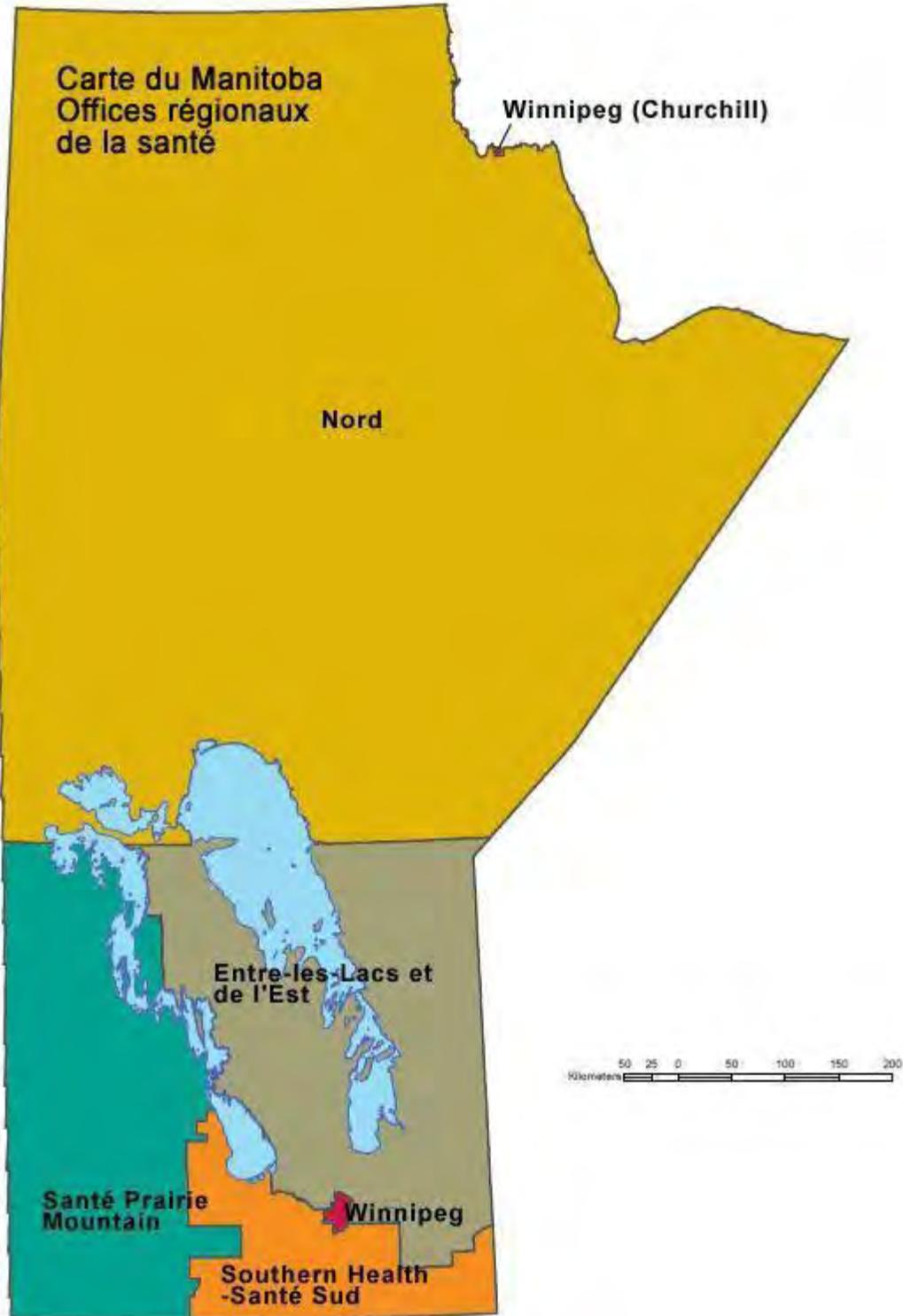
650, rue Main  
Winnipeg (Manitoba) R3B 1E2  
Téléphone : 204 926-7000  
Télécopieur : 204 926-7007  
Site Web : [wrha.mb.ca](http://wrha.mb.ca)

---

### 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/](http://southernhealth.ca/fr/)

## Carte du Manitoba – Offices régionaux de la santé



## Tableau synthèse des points d'accès

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

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

### Liens internet importants

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

## Tableau synthèse des points d'accès pour la santé mentale

Urgence : 9-1-1

Assistance en cas de crise suicidaire – téléphone et message text : 9-8-8

Lignes d'assistance en cas de crise	Numéro de téléphone
Klinic Crisis Line	<b>204 786-8686</b>
Sans frais: 1 888 322-3019	
Centre d'intervention en cas de crise et les Services mobiles en cas de crise (adultes)	<b>204 940-1781</b>
Services mobiles en cas de crise chez les adolescents	<b>204 949-4777</b>
Sans frais : 1 888 383-2776	
Ligne d'assistance en cas de crise suicidaire	<b>Téléphone et texte : 988</b>
Ligne de soutien et de prévention du suicide au Manitoba	<b>Sans frais : 1 877 435-7170</b>
Ligne d'information provinciale sur les dépendances	<b>Téléphone et texte : 1 855 662-6605</b>
Ligne d'aide aux joueurs compulsifs	<b>1 800 463-1554</b>
Jeunesse, j'écoute	<b>Appelez 1 800 668-6868 ou textez PARLER au 686868</b>
Manitoba Farm, Rural and Northern Support Services	<b>1 866 367-3276</b>
Ligne d'écoute d'espoir pour le mieux-être (autochtones)	<b>1 855 242-3310</b>

Services de counseling	Numéro de téléphone
Klinic Community Health (sans rendez-vous)	<b>204 784-4067</b>
Pluri-elles (Manitoba)	<b>204 233-1735 Sans frais : 1 800 207-5874</b>
Centre de santé Communautaire Youville	<b>204 255-4840</b>
Sara Riel	<b>204 237-7165</b>
Ligne de réconfort Seneca (disponible 24/7)	<b>204 942-9276 Sans frais : 1 833 718-4678</b>
Centre Renaissance	<b>204 256-6750</b>
Centre de renouveau Aulneau	<b>204 987-7090</b>

## Liens internet vers les ressources communautaire dans votre région

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

⊕ <https://www.ierha.ca/fr/programmes-et-services/sante-mentale-et-dependances/>

Office régional de la santé du Nord

⊕ <https://northernhealthregion.com/programs-and-services/mental-health/>

Santé de Prairie Mountain

⊕ <https://prairiemountainhealth.ca/programs-and-services/mental-health/>

Office régional de la santé de Winnipeg

⊕ <https://wrha.mb.ca/mental-health/>

Southern Health-Santé Sud

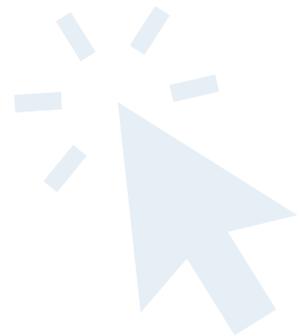
⊕ <https://southernhealth.ca/fr/themes-de-sante/sante-mentale-et-lutte-contre-les-dependances/>

Soins communs (Manitoba)

⊕ <https://soinscommunsmb.ca/services/sante-mentale/>

Association canadienne pour la santé mentale (Manitoba)

⊕ <https://www.cmhaacrossmb.ca/>



## 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](http://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](http://myicbt.com/fr-CA)

**Centre for Clinical Interventions (auto-guidé)**  
[cci.health.wa.gov.au/Resources](http://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](http://cmhaacrossmb.ca))**  
204 775-6442  
[cmhaacrossmb.ca/understanding-mental-illness/ocd](http://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](http://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](http://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](http://cmha.ca/fr)

**Mosaic Newcomer Family Resource Centre**  
204 774-7311

### Services privés de conseils psychosociaux

**MB Psychological Society**  
[mps.ca](http://mps.ca)

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

**International Centre for Excellence in Emotionally Focused Therapy**  
(recommandé pour les couples)  
[iceeft.com](http://iceeft.com)

**Psychology Today**  
(Trouver un thérapeute)  
[psychologytoday.com](http://psychologytoday.com)

## Services de lutte contre les dépendances

### **Manitoba Addictions Helpline**

1 855 662-6605

[mbaddictionhelp.ca](http://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/](http://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](http://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](http://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](http://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](http://santeenfrancais.com)**