

# VOTRE GUIDE SIMPLIFIÉ

# BESOIN DE SERVICES DE SANTÉ?

## Mes options si je suis INQUIET

- ▼ J'appelle Info-Santé ou Info-Social au 8-1-1
- ▼ J'ai des pensées suicidaires 1 866 APPELLE | 1 866 277-3553
- ▼ J'appelle mon pharmacien, pour mes médicaments ou des conseils
- ▼ J'appelle à la clinique médicale de mon médecin de famille

## J'ai besoin d'un MÉDECIN DE FAMILLE

- ▶ Je m'inscris au guichet d'accès à un médecin de famille (GAMF) [gamf.gouv.qc.ca](http://gamf.gouv.qc.ca)
- ▶ Ma demande est priorisée selon mon état
- ▶ Évaluation par une infirmière possible

## Mes options si je suis MALADE

- ▼ J'appelle Info-Santé au 8-1-1
- ▼ J'appelle mon pharmacien
- ▼ Je consulte les aides à la décision si j'ai des symptômes de grippe ou de gastro  
[http://www.cisss-at.gouv.qc.ca/la\\_sante\\_publicue/maladies\\_infectieuses/gastroenterite.html](http://www.cisss-at.gouv.qc.ca/la_sante_publicue/maladies_infectieuses/gastroenterite.html)  
[http://www.cisss-at.gouv.qc.ca/la\\_sante\\_publicue/maladies\\_infectieuses/grippe.html](http://www.cisss-at.gouv.qc.ca/la_sante_publicue/maladies_infectieuses/grippe.html)
- ▼ Je prends un rendez-vous avec mon médecin de famille (Clinique médicale ou GMF)
- ▼ Je vais à l'urgence en dernier recours ou pour une urgence médicale