



# VOTRE SANTÉ AU QUÉBEC

Bienvenue au Québec !

Durant votre séjour, vous avez droit à une **assurance maladie** qui vous permettra d'accéder à des soins de santé et des services sociaux gratuitement.

**COMMENT S'INSCRIRE ?**

Aussi, vous pouvez prendre un rendez-vous pour un **bilan de santé** pour vous et votre famille.

**POURQUOI ET COMMENT PRENDRE  
UN RENDEZ-VOUS ?**

Ce document vous guide à travers les étapes.





# ASSURANCE MALADIE

La **Régie de l'assurance maladie du Québec (RAMQ)** couvre les services médicaux pour toutes les personnes qui y sont inscrites. Voici les trois étapes du processus d'inscription.

## 1. APPELEZ À LA RAMQ AU **1 (855) 232-7267**

- Téléphonnez au 1 (855) 232-7267 pour parler à un agent : cette ligne téléphonique est réservée aux ressortissants ukrainiens
- Un agent vous demandera votre nom, prénom, date de naissance, adresse postale et numéro de téléphone
- Vous recevrez ensuite par la poste un formulaire d'inscription à l'adresse fournie

**ATTENTION : le service est en français ou en anglais seulement. Demandez de l'aide d'une personne de confiance si vous ne comprenez pas ces deux langues : elle pourra procéder à l'ouverture de votre dossier pour vous. Vous ne pouvez pas faire votre demande par internet.**

## 2. COMPLÉTEZ ET POSTEZ LE FORMULAIRE

- Une fois reçu, complétez le formulaire d'inscription : si vous avez changé d'adresse, rayez l'ancienne adresse et indiquez la nouvelle adresse à côté
- Insérez une photocopie du document délivré par les autorités canadiennes de l'immigration (et autorités québécoises pour les résidents permanents), soit :
  - permis d'études
  - permis de travail
  - fiche de visiteur
  - confirmation de résidence permanente et certificat de sélection du Québec (CSQ)
- Une fois les documents réunis, affranchissez et postez le tout dans l'enveloppe de retour pré-adressée

## 3. RECEVEZ VOTRE CARTE RAMQ

Une fois votre demande traitée, vous recevrez votre carte RAMQ par la poste.

**ATTENTION : il est très important d'informer la RAMQ de tout changement d'adresse afin de recevoir votre carte. Appelez au 1 (855) 232-7267. Si une tierce personne fait l'appel pour vous, vous devez compléter le formulaire de procuration pour l'autoriser à vous représenter : <https://www.ramq.gouv.qc.ca/fr/media/2881>.**

# BILAN DE SANTÉ



En attendant votre carte RAMQ, vous pouvez prendre un rendez-vous pour un bilan de santé pour vous et votre famille. *Attention à ne pas confondre avec le Test de diagnostic médical exigé par le gouvernement du Canada.*  
Voici en quoi consiste le bilan de santé.

## QU'EST-CE QUE C'EST ?



C'est une rencontre **gratuite** avec des professionnels de santé pour vérifier votre état de santé et vos besoins, et pour vous orienter vers les services appropriés.

Cette première rencontre **facilitera votre accès** aux services de santé et aux services sociaux durant votre séjour au Québec.

## QUI FAIT LE BILAN DE SANTÉ?



Un professionnel en **soins infirmiers** évaluera votre état de santé physique :

- Examen complet (poids, taille, tension artérielle, maladies, blessures, etc.)
- Mise à jour de la vaccination
- Prélèvements
- Renouvellement de prescriptions

Au besoin, vous pourrez être référé vers un médecin.

Les soins de santé sont offerts en français et en anglais. Si vous le souhaitez, vous pouvez demander qu'un **interprète** soit présent pendant la rencontre.

**Il est fortement recommandé de faire ce bilan de santé.**

Un professionnel en **travail social** évaluera votre bien-être :

- Soutien et ressources au Québec
- Démarches d'installation
- Questionnements, inquiétudes

## PRENEZ RAPIDEMENT UN RENDEZ-VOUS



**CONTACTEZ L'ORGANISME LE PLUS  
PROCHE DE VOTRE LIEU DE RÉSIDENCE**



### BROSSARD

Maison internationale de la Rive-Sud (MIRS)

**450-445-8777**

### DRUMMONDVILLE

INTRO Drummondville

**819-472-8333**

### GATINEAU

Accueil parrainage Outaouais (APO)

**819-777-2960**

### GRANBY

Solidarité ethnique régionale de la Yamaska (SERY) | **450-777-7213**

### JOLIETTE

Comité régional d'éducation pour le développement international Lanaudière (CRÉDIL) | **450-756-0011**

### LAVAL

Carrefour d'intercultures de Laval (CIL)

**450-686-0554**

### MONTRÉAL

Clinique de réfugiés de Montréal

**514-484-7878 #64545**

### QUÉBEC

Centre Multiethnique de Québec (CMQ)

**418-687-9771**

### RIMOUSKI

Accueil et intégration Bas-Saint-Laurent (AIBSL)

**581-824-1662**

### SHERBROOKE

Services d'aide aux néo-canadiens (SANC)

**819-566-5373**

### SAINT-HYACINTHE

Maison de la famille des Maskoutains

**450-771-4010**

### SAINT-JÉRÔME

Centre d'orientation et de formation pour favoriser les relations ethniques traditionnelles (COFFRET)

**450-565-2998**

### TROIS-RIVIÈRES

Service d'accueil des nouveaux arrivants (SANA)

**819-375-2196**

### VICTORAVILLE

Comité d'accueil international des Bois-Francs

(CAIBF) | **819-795-3814**