

Société
Santé et Mieux-être en français
du Nouveau-Brunswick

GUIDE DE NAVIGATION
DU
SYSTÈME DE SANTÉ
AU NOUVEAU-BRUNSWICK

04 INTRODUCTION

06 STRUCTURE DU SYSTÈME DE SANTÉ

08 ASSURANCE-MALADIE DU NOUVEAU-BRUNSWICK

16 SOINS DE SANTÉ — RÉFUGIÉS

17 ASSURANCE MALADIE PRIVÉE

18 RÉGIME MÉDICAMENTS DU NOUVEAU-BRUNSWICK

19 PLAN DE MÉDICAMENTS SUR ORDONNANCE DU NOUVEAU-BRUNSWICK

20 SITUATIONS D'URGENCE

24 ACCÈS AUX SERVICES DE SANTÉ

36 SANTÉ MENTALE

39 SERVICES DE TRAITEMENT DES DÉPENDANCES

41 PERSONNES AYANT UN HANDICAP

42 AVOIR UN ENFANT

48 VACCINS ET IMMUNISATION

51 RELATIONS INTIMES

70 COORDONNÉES

La Société Santé et Mieux-être en français du Nouveau-Brunswick (SSMEFNB) souhaite remercier sincèrement tous les partenaires et collaborateurs qui ont contribué de près ou de loin à la réalisation de ce Guide :

- Alter Acadie ;
- Ambulance Nouveau-Brunswick ;
- Association canadienne pour la santé mentale – division du N.-B. ;
- Association francophone des aînées et aînés du Nouveau-Brunswick ;
- Centre d'accueil et d'accompagnement francophone des immigrants du Sud-Est du Nouveau-Brunswick ;
- Centre de formation médicale du Nouveau-Brunswick ;
- Collège communautaire du Nouveau-Brunswick ;
- École de psychologie de l'Université de Moncton ;
- Ministère de la Santé du Nouveau-Brunswick ;
- Mouvement Acadien des Communautés en Santé du Nouveau-Brunswick ;
- Regroupement féministe du Nouveau-Brunswick ;
- Réseau de santé Horizon ;
- Réseau de santé Vitalité ;
- Réseau en immigration francophone du Nouveau-Brunswick.

La SSMEFNB tient également à remercier le Réseau Santé - Nouvelle-Écosse, qui nous a permis de reprendre le concept du Guide santé pour les nouveaux arrivants.

INTRODUCTION

Si vous êtes une personne francophone nouvellement arrivée dans notre province ou si vous êtes confrontée à un souci de santé, voici un guide pour vous aider à mieux comprendre le système de santé et les services disponibles au Nouveau-Brunswick. Vous trouverez, dans les pages qui suivent, des renseignements de base pour accéder aux soins et services de santé les plus appropriés selon vos besoins. L'information n'est pas exhaustive, mais elle donne un bon aperçu des différents services de santé offerts dans la province.

Les numéros de téléphone, les adresses courriel et les liens vers les sites Web mentionnés dans ce guide étaient exacts au moment de sa rédaction.

Afin de faciliter la lecture du présent texte, le masculin a été employé comme genre neutre pour désigner toutes les personnes. Lorsque possible, une écriture inclusive a été privilégiée.

Astuce : Ne laissez pas un souci de santé vous surprendre, informez-vous dès maintenant sur le fonctionnement du système de santé !



Santé et culture

Intégrer une nouvelle communauté, un nouveau pays, s'adapter à une nouvelle culture et apprendre une nouvelle langue peuvent représenter des défis de taille.

La culture a une vaste influence sur la santé. Tant les professionnel.le.s de la santé que les individus sont influencés par leurs cultures respectives. En tant que nouvel arrivant, il est nécessaire de vous familiariser avec les ressemblances et les différences entre les systèmes de santé de votre pays d'origine par rapport à celles de votre communauté d'accueil. Les perceptions culturelles changent les façons de voir la santé, les maladies et d'aborder les traitements. Le fonctionnement du système de santé change d'une culture à l'autre. Il est tout à fait compréhensible que vous vous sentiez un peu dépassé par la somme d'informations à intégrer.

Ne vous découragez pas et surtout n'hésitez pas à poser des questions qui vous permettront de vous familiariser avec le fonctionnement du système de santé du Nouveau-Brunswick et les nombreuses ressources en santé et mieux-être qui existent dans les différentes communautés de la province.

Sentez-vous bien à l'aise de communiquer vos besoins particuliers aux professionnel.le.s de la santé que vous consultez. Sachez que tout sera fait pour vous aider en fonction des ressources disponibles, des politiques de l'établissement hospitalier et dans le respect des pratiques exemplaires.

STRUCTURE DU SYSTÈME DE SANTÉ

Au Canada, tous les citoyens et les résidents permanents ont accès à des services de santé gratuits financés par les fonds publics. Le Canada compte 13 régimes d'assurance-maladie correspondant au nombre de provinces et territoires. Les gouvernements provinciaux et territoriaux gèrent les services de santé sur leur territoire.

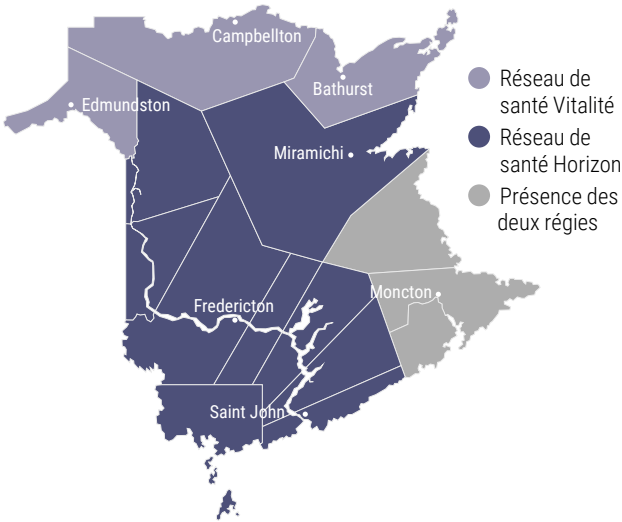
En vertu de ce système, les résidents canadiens ont un accès aux services médicaux et hospitaliers nécessaires sans avoir à débourser d'argent.

Au Nouveau-Brunswick, pour assurer une saine gestion et la prestation de toute une gamme de soins et de services de santé le gouvernement provincial a établi deux régies régionales de la santé : le Réseau de santé Vitalité et le Réseau de santé Horizon.



Langues officielles

Le français et l'anglais sont les langues officielles du Nouveau-Brunswick. Vous avez le droit de recevoir des services de santé dans l'une ou l'autre de ces langues. Vous pouvez demander des services d'interprétation dans les établissements des deux régies (Réseau de santé Vitalité et Réseau de santé Horizon) si le français ou l'anglais n'est pas votre langue maternelle.



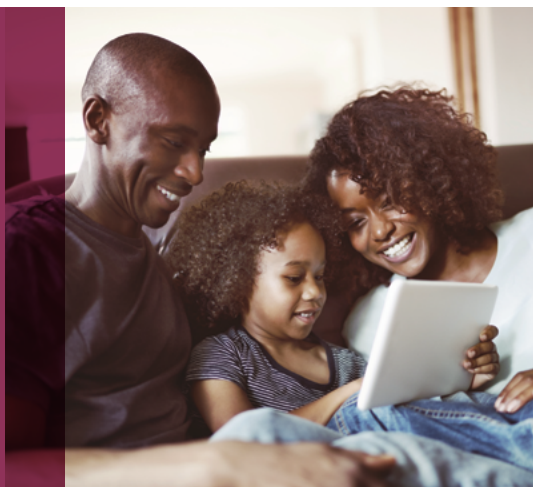
Confidentialité et protection des renseignements personnels

Les informations que vous partagez avec les professionnel.le.s de la santé sont confidentielles et protégées par la ***Loi sur l'accès et la protection en matière de renseignements personnels sur la santé***. Les informations qui vous concernent ne sont accessibles qu'aux professionnel.le.s directement concernés par vos services de santé. Tous les professionnel.le.s de la santé doivent respecter la vie privée des personnes et assurer la confidentialité des renseignements contenus dans leurs dossiers.

ASSURANCE-MALADIE DU NOUVEAU-BRUNSWICK

Il est important de vous inscrire au régime public d'assurance-maladie le plus tôt possible après votre arrivée au Nouveau-Brunswick.

Lorsque vous utilisez des services de santé publics, vous devez présenter votre carte d'assurance-maladie, que ce soit à l'hôpital, à la clinique ou chez votre fournisseur de soins de santé primaires. Il est recommandé de toujours l'avoir avec vous.



Admissibilité à l'assurance-maladie du Nouveau-Brunswick

Pour être admissible à l'assurance-maladie du Nouveau-Brunswick, vous devez :

- être citoyen canadien ou avoir légalement le droit de rester au Canada ;
- établir votre résidence permanente et principale au Nouveau-Brunswick ;
- être un étudiant international qui satisfait aux critères d'admissibilité.

Les personnes suivantes ne sont pas admissibles :

- les touristes et les personnes en visite dans la province ;
- les personnes de passage ;
- les étudiants d'autres provinces.

Inscription à l'assurance-maladie du Nouveau-Brunswick

Il est important de demander la carte d'assurance-maladie le plus tôt possible après votre arrivée dans la province. Un formulaire distinct doit être rempli par chaque personne âgée de plus de 19 ans.

Le formulaire de demande d'inscription est disponible dans les bureaux de Service Nouveau-Brunswick ou sur le site du gouvernement du Nouveau-Brunswick ***www.gnb.ca* | *Santé* |** Mots-clés : **Demande ou formulaire de demande d'assurance maladie en ligne.**



Étudiants internationaux

Pour bénéficier de la couverture du régime d'assurance-maladie du Nouveau-Brunswick, il faut :

- être étudiant de premier cycle, de cycles supérieurs ou de programmes de certificat ou de diplôme ;
- avoir un document d'Immigration et citoyenneté Canada valide ;
- fréquenter à temps plein un établissement d'enseignement agréé reconnu pendant une année d'études complète.

Un étudiant qui suit l'équivalent de trois cours ou plus dans un semestre est un étudiant à temps plein. Aux fins de l'assurance-maladie, une année d'études complète s'étale, au minimum, du mois de septembre au mois d'avril.

Les étudiants sont encouragés à discuter avec leur établissement d'enseignement pour plus de détails sur la couverture offerte et les différents critères qui s'appliquent.

Renseignements : ***www.gnb.ca***
Mots-clés : **Santé | Assurance-maladie.**

Service Nouveau-Brunswick (SNB)

SNB est le fournisseur de services de première ligne du gouvernement du Nouveau-Brunswick. Pour une liste des bureaux de Service Nouveau-Brunswick : *www.snb.ca.*

Appelez TéléServices pour en savoir plus sur les services offerts par le gouvernement du Nouveau-Brunswick.

En Amérique du Nord
1 888 762-8600
(ligne sans frais)

Hors Amérique du Nord
1 506 684-7901

Couverture offerte par l'assurance-maladie du Nouveau-Brunswick

L'assurance-maladie du Nouveau-Brunswick paie les services médicaux suivants :

- la majorité des services médicaux dispensés par un fournisseur de soins de santé primaires (il peut s'agir d'un médecin de famille, d'une infirmière praticienne ou d'autres membres de leur équipe de soins) dans leur cabinet ou dans un hôpital agréé ;
- certaines interventions chirurgicales dentaires précises effectuées par un dentiste, lorsque le service est nécessaire médicalement et dispensé dans un hôpital agréé.

Les extractions et les services dentaires ne sont pas des services couverts, même s'ils sont effectués dans un hôpital. Toutefois, dans certains cas, l'anesthésie pour les services dentaires peut être un service couvert.

Les produits et services suivants ne sont pas couverts par l'assurance-maladie du Nouveau-Brunswick :

- médicaments sur ordonnance ;
- services d'ambulance (seuls les transferts d'un hôpital à un autre sont couverts) ;
- soins dentaires réguliers ;
- soins des yeux (aucune protection à l'égard des lunettes, verres de contact ainsi que les examens généraux de la vue) ;
- services paramédicaux dispensés par les chiropraticiens, infirmières particulières, massothérapeutes, naturopathes, opticiens, optométristes, orthodontistes, ostéopraticiens, pharmaciens, physiothérapeutes, podologues et psychologues ;
- appareils auditifs ;
- circoncision d'un nouveau-né ;
- chirurgie esthétique élective ou d'autres traitements reçus à des fins esthétiques ;
- prothèse ou accessoire orthopédique, les membres artificiels ou les articles comme les déambulateurs et les béquilles et orthèses spéciales.

Cette liste n'est pas complète. Pour savoir si l'assurance-maladie paie les coûts d'un service de santé particulier, consultez votre fournisseur de soins de santé primaires ou appelez TéléServices **1 888 762-8600**.

Couverture et facturation lors de vos déplacements

Au Canada *(sauf au Québec)*
Si vous avez besoin de services médicaux assurés, présentez votre carte d'assurance-maladie du Nouveau-Brunswick valide au fournisseur de soins de santé.

Au Québec, les fournisseurs de soins de santé peuvent vous les facturer directement ou envoyer la facture à l'assurance-maladie du Nouveau-Brunswick. Si vous recevez une facture d'un fournisseur de soins de santé au Québec, veuillez la soumettre à l'assurance-maladie du Nouveau-Brunswick. Celle-ci procédera à l'examen et à l'approbation de la facture, étapes nécessaires pour que vous puissiez être remboursé.

Renseignements : ***www.gnb.ca***
Mots-clés : **Santé | Protection et factures à l'extérieur du Nouveau-Brunswick (au Canada).**

À l'extérieur du Canada
À l'extérieur du pays, l'assurance-maladie du Nouveau-Brunswick ne paie que :

- les services hospitaliers d'urgence ;
- les services médicaux d'urgence au tarif du Nouveau-Brunswick ;
- les services pour lesquels une approbation a été obtenue au préalable.

Une urgence est décrite comme un incident spécifique ayant lieu à l'extérieur du Canada et pour lequel un retard dans la prestation d'un traitement mettrait en danger la vie, comme les fractures, les points de suture, et les arrêts cardiaques.

Renseignements : ***www.gnb.ca***
Mots-clés : Santé | **Assurance-maladie - Présentation d'une réclamation relative à des services reçus à l'extérieur du pays.**

Si vous vous absentez de la province et que vous êtes résident du Nouveau-Brunswick, il est fortement suggéré de prendre une assurance privée pour couvrir les frais que l'assurance-maladie ne paie pas.

Appelez TéléServices pour en savoir plus sur ce qui est couvert par l'assurance-maladie : 1 888 762-8600.

Absences temporaires du Nouveau-Brunswick

Vacances

Pour les absences temporaires d'un mois ou plus, il est important d'aviser l'assurance-maladie du Nouveau-Brunswick afin de maintenir votre admissibilité au programme.

Les résidents permanents du Nouveau-Brunswick qui s'absentent temporairement de la province pour des vacances ou une visite sont assurés pendant leur absence, à condition d'habiter au Nouveau-Brunswick pendant au moins cinq mois *(soit 153 jours, consécutifs ou non)* au cours d'une période de 12 mois. Un prolongement allant jusqu'à 12 mois peut être accordé une fois tous les trois ans à partir de la date de retour. En cas d'absence de plus de 12 mois, les résidents du Nouveau-Brunswick doivent faire une nouvelle demande d'inscription à l'assurance-maladie du Nouveau-Brunswick à leur retour.

Voyage d'affaires

Les résidents permanents peuvent s'absenter de la province au maximum 182 jours *(consécutifs ou non)* au cours d'une période de 12 mois sans que leur assurance soit affectée et à condition qu'ils aient l'intention de revenir habiter au Nouveau-Brunswick de façon permanente.

Un prolongement allant jusqu'à 12 mois peut être accordé une fois tous les trois ans à partir de la date de retour. En cas d'absence de plus de 12 mois, les résidents du Nouveau-Brunswick doivent faire une nouvelle demande d'inscription à l'assurance-maladie du Nouveau-Brunswick.

Renseignements : ***www.gnb.ca***
Mots-clés : **Santé | Absence du Nouveau-Brunswick.**

Renouvellement ou remplacement de la carte d'assurance-maladie

Lorsque votre carte arrive à échéance, elle est renouvelée automatiquement pour une période de cinq ans et postée à l'adresse inscrite dans le dossier de l'assurance-maladie. Si vous changez d'adresse, veuillez téléphoner à Service Nouveau-Brunswick au **1 888 762-8600.** Tout résident du Nouveau-Brunswick qui possède une carte d'assurance-maladie valide peut la faire remplacer s'il l'a perdue ou si elle a été volée ou endommagée en payant des frais.

Renseignements : ***www.gnb.ca***
Mots-clés : **Santé | Assurance-maladie.**



Gracieuseté du ministère de la Santé du Nouveau-Brunswick

En Amérique du Nord
1 888 762-8600
(ligne sans frais)

Hors Amérique du Nord
1 506 684-7901



SERVICES DE SANTÉ - RÉFUGIÉS

Le Programme fédéral de santé intérimaire offre une protection de santé temporaire et limitée pour les réfugiés, les personnes protégées, les demandeurs d'asile et les personnes à leur charge.

Renseignements :
Immigration, Réfugiés et Citoyenneté Canada
www.cic.gc.ca

ASSURANCE-MALADIE PRIVÉE

Pour les services de santé non couverts par l'assurance-maladie du Nouveau-Brunswick, il est fortement recommandé de prendre une assurance privée supplémentaire. L'assurance privée peut couvrir les dépenses comme :

- les médicaments sur ordonnance ;
- les soins dentaires ;
- les soins des yeux ;
- les services de soins paramédicaux ;
- les services ambulanciers.

Informez-vous auprès de votre employeur ou de votre établissement postsecondaire (si vous êtes étudiant), car ils offrent peut-être une assurance-maladie privée pour couvrir ces dépenses.

Pour trouver une compagnie d'assurance :

Association canadienne des compagnies d'assurances de personnes au ***www.accap.ca***

RÉGIME MÉDICAMENTS DU NOUVEAU-BRUNSWICK

Le Régime médicaments du Nouveau-Brunswick, fournit une assurance médicaments aux résidents de la province qui ne disposent d'aucune protection et qui détiennent une carte d'assurance-maladie valide du Nouveau-Brunswick. Ce régime vous permet de couvrir le coût de vos médicaments sur ordonnance en fonction de votre capacité de payer. Les soins dentaires et de la vue ne sont pas couverts par ce régime.

Pour rejoindre le régime, vous devez payer des primes chaque mois et une partie des coûts. Cette part est calculée selon le revenu annuel de votre famille.

Renseignements : ***www.gnb.ca***
Mots-clés : **Santé | Régime médicaments du Nouveau-Brunswick.**

1 800 332-3692
(numéro sans frais au N.-B.)
info@nbdrugs-medicamentsnb.ca



PLAN DE MÉDICAMENTS SUR ORDONNANCE DU NOUVEAU-BRUNSWICK

Le Plan de médicaments sur ordonnance du Nouveau-Brunswick fournit gratuitement certains médicaments sur ordonnance aux résidents admissibles. Voici la liste des groupes qui peuvent bénéficier du plan :

- Personnes aînées ;
- Résidents de foyers de soins ;
- Personnes qui demeurent dans un établissement résidentiel pour adultes *(foyers de soins spéciaux agréés)* ;
- Clients du ministère du Développement social ;
- Enfants pris en charge par le ministère du Développement social et enfants ayant des besoins spéciaux ;
- Programme pour la fibrose kystique ;
- Programme pour la sclérose en plaques ;
- Programme de greffe d'organes ;
- Programme pour l'insuffisance en hormones de croissance humaine ;
- Programme pour le VIH/SIDA.

Renseignements : ***www.gnb.ca***
Mots-clés : **Santé | Plan de médicaments sur ordonnance du Nouveau-Brunswick.**

1 800 332-3692
(numéro sans frais au N.-B.)
info@nbdrugs-medicamentsnb.ca



SITUATIONS D'URGENCE

911

Si votre état de santé *(ou celui de la personne qui nécessite des soins)* vous empêche de vous déplacer, vous devez appeler les services médicaux d'urgence en composant le **911** sur votre téléphone (*accessibles gratuitement 24 heures par jour, sept jours par semaine).* Une personne vous aidera à déterminer le service dont vous avez besoin.



Gracieuseté d'Ambulance Nouveau-Brunswick

Services d'ambulance

En cas d'urgence nécessitant une ambulance, composez le **911.** Ambulance Nouveau-Brunswick est le seul fournisseur des services d'ambulance terrestre et aérienne, et de répartition dans la province.

Chaque personne transportée en ambulance est responsable d'assumer les coûts de son transport. Le régime d'assurance-maladie ne couvre pas ce service.

Renseignements : ***www.ambulancenb.ca***

Service d'urgence hospitalier

Si vous ou une personne de votre entourage avez besoin de soins médicaux immédiats pour une maladie ou une blessure grave, rendez-vous au service d'urgence de l'hôpital le plus proche.

L'urgence est une unité de soins immédiats qui est ouverte en permanence. Si vous devez aller à l'urgence, sachez que le temps d'attente est impossible à prévoir. Il dépend surtout de la gravité de votre état et de celui des autres personnes. À votre arrivée, l'infirmière au triage vous examinera pour évaluer votre état de santé et déterminer le niveau de gravité.

L'urgence… en cas d'urgence seulement

Si votre problème de santé n'est pas réellement urgent, il est déconseillé de vous rendre à l'urgence d'un hôpital. Vous éviterez ainsi un déplacement inutile ou un temps d'attente prolongé.

Vous ne savez pas si vous devez aller à l'urgence, appelez Télé-Soins au **811**. Du personnel infirmier vous posera des questions, vous donnera des conseils et vous aidera à trouver les bons services.

D'autres options s'offrent à vous.
Explorez-les en parcourant les pages suivantes.

Télé-Soins 811

Appelez Télé-Soins **811** si vous avez des questions sur la santé, les blessures ou les maladies. Vous pourrez parler à une infirmière bilingue. Ce service est 24 heures sur 24, sept jours sur sept. Il est gratuit. L'infirmière pourra vous aider à trouver les meilleures ressources selon vos symptômes ou votre état de santé.

Service 211

En composant le **211**, les résidents du Nouveau-Brunswick peuvent obtenir de l'information sur un large éventail de programmes et de services communautaires.

Renseignements : ***nb.211.ca***
Mot-clé : **Recherche.**



Numéros utiles

Télé-Soins ***811***	**Urgence/ambulance** ***911***
Service ***211***	**Centre antipoison** ***911***

Trousse d'urgence

La Croix-Rouge canadienne vous recommande de conserver une trousse d'urgence à votre domicile et de garder à portée de la main suffisamment de provisions pour subvenir aux besoins de votre famille pendant au moins 72 heures.

Pour des recommandations utiles en cas d'urgence ou pour vous procurer une trousse d'urgence : ***www.croixrouge.ca***

Urgences dues au froid

Il arrive parfois que les nouveaux arrivants sous-estiment les rigueurs de l'hiver. Il importe de savoir comment prévenir les urgences résultant de l'exposition au froid, de reconnaître les signes d'une trop longue exposition au froid et de savoir comment apporter de l'aide au besoin.

Consultez le site de la Croix-Rouge pour vous sensibiliser à la question et profiter pleinement de l'hiver : ***www.croixrouge.ca***

ACCÈS AUX SERVICES DE SANTÉ

Votre premier point de contact : votre fournisseur de soins de santé primaires. Il peut s'agir d'un médecin de famille, d'une infirmière praticienne ou d'autres membres de leur équipe de soins. Certains médecins de famille et infirmières praticiennes collaborent étroitement au sein d'une équipe.

POUR OBTENIR UN FOURNISSEUR DE SOINS DE SANTÉ PRIMAIRES : Dès votre arrivée au Nouveau-Brunswick, inscrivez-vous sur **Lien Santé NB** au ***1 833 354-2300*** ou ***LienSanteNBHealthLink.ca***.

Voici les exigences d'admissibilité au programme Lien Santé NB (LSNB) :

- Les services de Lien Santé NB s'adressent aux personnes qui n'ont pas de fournisseur de soins de santé primaires (médecin ou infirmière praticienne) ;
- La personne doit être résidente du Nouveau-Brunswick et détenir une carte d'assurance-maladie valide du Nouveau-Brunswick ;
- La personne doit vérifier la date d'expiration de sa carte d'assurance-maladie du Nouveau-Brunswick pour s'assurer qu'elle n'est pas expirée.



Si votre médecin ou infirmière praticienne n'est pas disponible, un autre membre de leur équipe pourrait vous recevoir en consultation. Si vous n'avez pas encore de fournisseur de soins de santé primaires ou que vous ne pouvez pas le voir rapidement, voici d'autres options.

- **TÉLÉ-SOINS 811 :** Si vous ne parvenez pas à joindre votre fournisseur de soins de santé primaires ou si vous n'en avez pas encore, et que vous pensez avoir besoin de soins, composez le 811 à tout moment, de jour comme de nuit. Des personnes seront là pour vous aider à comprendre votre situation et à trouver les services disponibles près de chez vous.

VÉRIFIEZ VOS SYMPTÔMES : Vous pouvez utiliser l'outil de vérification des symptômes pour déterminer rapidement si des soins sont nécessaires, voir les options disponibles et obtenir des renseignements sur les premiers soins.

Utilisez l'outil de vérification des symptômes pour savoir :

- la gravité de vos symptômes ;
- si une visite médicale à un fournisseur de soins, à l'hôpital, ou un transport en ambulance, etc., est nécessaire ;
- les options d'accès à des soins ;
- les mesures à prendre pour soulager vos symptômes à la maison.

Renseignements : ***www.gnb.ca | Santé***
Mots-clés : **Vérificateur de symptômes.**

SOINS VIRTUELS : Si vous n'avez pas de fournisseur de soins de santé primaires, le personnel infirmier praticien peut vous aider avec vos problèmes de santé généraux. Si vous avez déjà un fournisseur, mais que vous ne pouvez pas le voir rapidement, le personnel peut évaluer et traiter de nombreuses maladies et infections courantes non urgentes ainsi que des problèmes de santé généraux. Services en ligne (téléphone, clavardage, vidéo), de 8 h à 20 h, sept jours sur sept.

Renseignements : ***www.gnb.ca***

Mots-clés : **Santé et mieux-être | Accès aux soins de santé | Soins virtuels.**

CLINIQUES SANS RENDEZ-VOUS : Les cliniques sans rendez-vous offrent des soins pour des problèmes de santé qui ne sont pas urgents. Ces cliniques aident ceux qui n'ont pas de fournisseur de soins de santé primaires ou qui ne peuvent pas voir leur fournisseur rapidement.

Renseignements : Société médicale du Nouveau-Brunswick ***www.smnb.ca***
Mots-clés : **Cliniques sans rendez-vous.**

CENTRES DE SANTÉ : Il existe, dans certaines communautés du Nouveau-Brunswick, des centres de santé où vous pouvez consulter un fournisseur de soins de santé primaires et recevoir certains soins de base. Pour avoir accès aux services offerts dans ces centres de santé, il faut prendre rendez-vous par téléphone.

Vous trouverez la liste des centres de santé et les coordonnées sur les sites des réseaux de santé Vitalité (***www.vitalitenb.ca***) et Horizon (***www.horizonnb.ca***)
Mots-clés : **Centres de santé.**

PHARMACIES : On peut y recevoir une prescription pour traiter des affections mineures, comme le feu sauvage, la conjonctivite, le reflux gastro-œsophagien, le zona et plus encore. On y offre aussi des vaccins.

Renseignements : Association des pharmaciens du Nouveau-Brunswick (APNB) ***www.nbpharma.ca***
Mots-clés : **Annuaire des pharmacies du Nouveau-Brunswick.**

MaSantéNB

MaSantéNB est un site Web et une application mobile donnant un accès sécurisé à vos renseignements personnels sur la santé et à des services connexes. Vous pouvez télécharger l'application et vous inscrire à : ***MaSante.GNB.ca.***

Avez-vous une urgence ? Appelez le ***911*** ou rendez-vous au service des urgences.

Rendez-vous manqué



Le respect du temps de vos rendez-vous médicaux est très important. Si vous devez annuler ou reporter un rendez-vous, avisez votre fournisseur de soins de santé au minimum 24 heures à l'avance.

De plus en plus de fournisseurs de soins de santé facturent maintenant des frais lorsque les gens ne se présentent pas à leur rendez-vous.

Médecin spécialiste

Pour une première consultation avec un médecin spécialiste, vous devez d'abord consulter un fournisseur de soins de santé primaires. Celui-ci évaluera votre état de santé et vous dirigera vers un médecin spécialiste s'il le juge nécessaire.

Sachez que vous pouvez obtenir un rendez-vous chez le dentiste ou l'optométriste sans être recommandé par votre fournisseur de soins de santé primaires.



Dentiste

En général, il est facile de trouver un dentiste qui accepte de la nouvelle clientèle. N'oubliez pas que les soins dentaires ne sont pas couverts par l'assurance-maladie du Nouveau-Brunswick. Vous pouvez souscrire une assurance complémentaire pour couvrir les dépenses liées aux soins dentaires. Renseignez-vous auprès de votre assureur ou de votre employeur pour connaître les soins dentaires pour lesquels vous êtes assurés.

La visite chez le dentiste ne nécessite aucune référence d'un fournisseur de soins de santé primaires. Pour trouver un dentiste, consultez le site de la Société dentaire du Nouveau-Brunswick : *www.nbdental.com/fr*

De beaux sourires et une bonne vision

De beaux sourires et une bonne vision est un programme de soins dentaires et de la vision du Nouveau-Brunswick. Il est pour les enfants de 18 ans et moins de familles à faible revenu. Il aide à couvrir certains soins dentaires et de la vue.

- **Soins dentaires :** Le programme de soins dentaires peut couvrir les services de base, notamment les examens réguliers, les radiographies et l'extraction de dents, y compris certains traitements préventifs tels que le scellant et les traitements au fluorure.
- **Soins de la vue :** Le programme des soins de la vue peut couvrir les services de base, comme l'examen complet annuel, les lentilles et les montures.

Pour obtenir les détails sur l'admissibilité et sur la couverture de ce régime, consultez : ***www.gnb.ca***
Mots-clés : **Développement social | De beaux sourires et une bonne vision.**

Régime canadien de soins dentaires

Ce programme fédéral permet de rendre les soins dentaires plus abordables. Pour obtenir plus de détails, consultez le site du gouvernement du Canada : ***www.canada.ca***
Mots-clés : **Régime canadien de soins dentaires.**



Optométriste

L'optométriste est le ou la professionnelle de la santé de première ligne lorsqu'il s'agit de la santé des yeux et de la vision. L'optométriste procède aux examens de la vue pour détecter des troubles de la vision et il prescrit la correction visuelle nécessaire. Il procède aussi à des examens pour évaluer la santé des yeux. Pour certaines maladies des yeux, l'optométriste travaillera en collaboration avec l'ophtalmologiste, un médecin spécialiste et chirurgien des yeux.

La visite chez l'optométriste ne nécessite aucune référence d'un fournisseur de soins de santé primaires. Pour trouver un optométriste, consultez le site de l'Association des optométristes du Nouveau-Brunswick : ***www.nbao.ca.***

Ophtalmologiste

L'ophtalmologiste est un médecin spécialiste agréé de la vue et des soins oculaires, qui pratique des interventions chirurgicales et médicales, de même que le diagnostic, le traitement et la prévention des maladies oculaires les plus graves comme la dégénérescence maculaire, la rétinopathie diabétique et le glaucome.

Pour consulter un ophtalmologiste, vous devez être recommandé par un optométriste ou un fournisseur de soins de santé primaires.



Opticien

Grâce à sa formation spécialisée en optique, l'opticien est capable de recommander et d'ajuster les montures de la clientèle et de la conseiller dans ses choix en fonction de ses besoins. Il peut vendre des lunettes et des lentilles cornéennes selon l'ordonnance émise par l'optométriste ou l'ophtalmologiste. L'opticien n'évalue pas, ne diagnostique pas ou ne traite pas de problèmes de la vue.

Pharmacien

Les pharmaciens du Nouveau-Brunswick peuvent évaluer vos symptômes et vous prescrire des médicaments pour soigner divers problèmes de santé, souvent appelés affections bénignes. Ils le font pour les résidents admissibles du Nouveau-Brunswick et sans frais de service. Les pharmaciens peuvent également administrer certains vaccins financés par la province aux personnes admissibles du Nouveau-Brunswick. Il est recommandé de vérifier auprès de votre pharmacien local pour savoir quels services sont offerts, chaque pharmacien n'étant pas tenu d'offrir un service visant chaque affection bénigne.

Services offerts par les pharmaciens

Les pharmaciens reçoivent un financement pour évaluer certaines affections bénignes et prescrire des médicaments en conséquence, notamment pour :

- Renouvellement d'ordonnances ;
- Acné (légère) - être âgé d'au moins 12 ans et de moins de 30 ans en cas d'apparition récente de l'acné ;
- Feu sauvage (herpès labial) - être âgé de 12 ans ou plus et avoir déjà reçu un diagnostic de feu sauvage ;
- Conjonctivite - être âgé de 1 an ou plus ;
- Dermatite allergique de contact - être âgé de 2 ans ou plus ;
- Gestion de la contraception - être âgée de 12 à 50 ans ;
- Eczéma (léger à modéré) - être âgé de 2 ans ou plus ;
- Reflux gastro-œsophagien - être âgé de 18 ans ou plus ;
- Impétigo - être âgé de 2 ans ou plus ;

- Zona être âgé de 12 ans ou plus ;
- Infection urinaire - être âgé de 16 à 64 ans et avoir déjà reçu un diagnostic d'infection urinaire ;
- Piqûre d'une tique - se présenter dans les 72 heures suivant le retrait de la tique et ne présenter aucun symptôme.

Pour la liste des pharmacies de votre région ainsi que les produits et services offerts, visitez le site de l'Association des pharmaciens du Nouveau-Brunswick : ***www.nbpharma.ca/fr***



Ensemble sans fumée - Politique antitabac

Il est interdit de fumer dans tous les établissements de santé ainsi que sur l'ensemble de leurs terrains au Nouveau-Brunswick. Cette politique touche les personnes hospitalisées, les visiteurs, les employés, les médecins, les bénévoles, les stagiaires, etc.

Les personnes hospitalisées qui sont des fumeurs se verront proposer une thérapie de remplacement de la nicotine pour les aider à surmonter les symptômes de privation de nicotine pendant leur séjour à l'hôpital. Des ressources sont aussi à la disposition des personnes hospitalisées qui désirent cesser de fumer.



Du soutien pour les personnes aînées

Le Programme de soins de longue durée offre des services pour aider les personnes aînées qui ont besoin d'aide dans leur vie de tous les jours. Cela inclut de l'aide à la maison et du soutien pour rester le plus autonome possible.

Renseignements : ***www.soutienssociauxnb.ca***
Vous pouvez aussi consulter l'Association francophone des aînées et aînés du Nouveau-Brunswick : ***www.afanb.org***

SANTÉ MENTALE

Immigrer et s'installer dans un nouveau pays, découvrir une nouvelle culture, entraîne son lot de défis à surmonter. En situation d'immigration et d'intégration, certains facteurs personnels et sociaux peuvent avoir une influence particulièrement importante sur votre état d'équilibre et votre mieux-être émotionnel : trouver un logement, décrocher un emploi, obtenir la reconnaissance de votre formation professionnelle, apprendre une nouvelle langue, apprendre à vivre éloigné de vos proches qui sont restés dans votre pays d'origine, etc.

Il est important d'aller chercher de l'aide. Plusieurs ressources sont en place au sein de la communauté pour vous aider à relever les défis. Sachez aussi qu'au Canada, de nombreux efforts sont déployés pour briser les tabous et les préjugés qui persistent au sujet de la santé mentale et des dépendances (drogues, jeux et autres).



Il est important de consulter un ou une professionnelle lorsque :

- vos émotions négatives nuisent à vos relations avec votre famille ou vos amis ;
- la santé mentale de votre enfant ou de l'un de vos proches vous préoccupe ;
- la gravité des problèmes persiste et nuit sérieusement au fonctionnement quotidien et au rendement à l'école ou au travail ;
- la détresse et le désespoir vous envahissent ;
- vous avez des idées suicidaires ;
- vous avez des préoccupations concernant votre consommation d'alcool, de substances et/ou des impacts liés aux jeux de hasard.

Si vous ou un membre de votre famille ressentez de l'anxiété, de la dépression ou un sentiment d'être dépassé par le stress, ou avez des préoccupations liées aux dépendances, il est important d'en parler. Consultez un conseiller d'un organisme d'aide à l'établissement des nouveaux arrivants ou contacter les ressources des pages suivantes, qui sont entièrement gratuites, confidentielles et disponibles 24 h par jour et sept jours par semaine.

RESSOURCES

988 - Prévention du suicide - téléphone ou texto

1 866 355-5550 - Ligne d'écoute pour problème de santé mentale et de dépendance (drogues, alcool, jeux)

1 800 668-6868 - Jeunesse, J'écoute
www.jeunessejecoute.ca
Texte et téléphone - ***686868***

INFORMATIONS

Centres de santé mentale et de traitement des dépendances du Nouveau-Brunswick

www.gnb.ca
Mots-clés : **Santé | Centres de traitement des dépendances du Nouveau-Brunswick.**

nb.211.ca - Informations pour des ressources gouvernementales et communautaires

Navigapp pour adultes et pour les jeunes. Ressource en ligne qui vise à soutenir le mieux-être mental
NB.BridgeTheGapp.ca/fr_ca

Services de soutien liés à la consommation de substances :
www.canada.ca
Mots-clés : **Santé | Vie saine | Consommation de substances.**

En cas d'urgence

Composez le **911** ou présentez-vous au service d'urgence de l'hôpital le plus près.



SERVICES DE TRAITEMENT DES **DÉPENDANCES**

Si vous faites face à des répercussions, qu'elles soient directes ou indirectes, liées à la consommation de substances ou aux jeux de hasard, il est important d'en parler et de chercher du soutien. Des services variés et spécialisés sont disponibles pour vous aider gratuitement et en toute confidentialité.

Vous pouvez en parler à votre fournisseur de soins de santé primaires, appelez Télé-Soins au ***811*** ou le Centre de traitement des dépendances de votre région.

Renseignements : ***www.gnb.ca***
Mots-clés : **Santé | Centres de traitement des dépendances du Nouveau-Brunswick.**

Centres de santé mentale et traitement des dépendances

Vous pouvez aussi vous prévaloir des services et programmes offerts dans l'un des Centres de santé mentale et de traitement des dépendances du Nouveau-Brunswick. Les services sont confidentiels et gratuits.

Vous trouverez la liste et les coordonnées des Centres de santé mentale et de traitement des dépendances sur les sites des réseaux de santé Vitalité (***www.vitalitenb.ca***) et Horizon (***www.horizonnb.ca***) ou du Nouveau-Brunswick ***www.gnb.ca*** | Mots-clés : **Santé | Centres de traitement des dépendances du Nouveau-Brunswick.**

Service de thérapie à « Une séance à la fois » ou thérapie à séance unique

La thérapie « Une séance à la fois » offre un accès rapide à des services de consultation aux personnes qui ont besoin de parler à un thérapeute concernant des problèmes de dépendance et de santé mentale.

Vous pouvez communiquer avec le Centre de santé mentale et de traitement des dépendances de votre région et demander à voir quelqu'un. Votre rendez-vous peut se faire en personne ou par téléphone. Vous pouvez bénéficier d'autres rencontres selon vos besoins.

Renseignements : ***www.gnb.ca***
Mots-clés : **Santé | Centres de traitement des dépendances du Nouveau-Brunswick.**

Psychologue

Vous pouvez aussi consulter un psychologue en pratique privée. L'assurance-maladie du Nouveau-Brunswick ne couvre pas ces consultations. Le psychologue est un expert du comportement, des émotions et de la santé mentale.

Il intervient auprès des personnes qui éprouvent de la détresse ou des difficultés psychologiques. Sa formation lui permet de comprendre le comportement humain et de connaître les meilleurs moyens d'aider les personnes à résoudre leurs difficultés psychologiques.

Renseignements : Collège des psychologues du Nouveau-Brunswick ***www.cpnb.ca***



PERSONNES AYANT UN HANDICAP

Au Nouveau-Brunswick, il existe plusieurs programmes provinciaux de santé pour les personnes ayant un handicap qu'il s'agisse du Programme de soutien aux familles pour les enfants ayant un handicap ou encore du Programme de soutien aux personnes ayant un handicap.

Renseignements : ***www.gnb.ca | Développement social***
Mots-clés : **Personnes ayant un handicap.**

AVOIR UN ENFANT

Avant la naissance du bébé

La grossesse peut être une expérience merveilleuse, mais c'est aussi une période d'incertitudes et de changements surtout dans un nouveau pays.

L'assurance-maladie du Nouveau-Brunswick couvre les frais rattachés aux soins prénataux, à l'accouchement et aux soins postnataux.

Si vous pensez être enceinte, vous pouvez d'abord passer l'un des tests de grossesse disponibles en pharmacie. Si ce test s'avère positif, communiquez sans tarder avec votre fournisseur de soins de santé primaires. Ce dernier pourra confirmer le diagnostic de grossesse et estimer la date de l'accouchement. De plus, il vous examinera et vous expliquera les modalités du suivi médical pour les prochains mois. Une consultation précoce est idéale pour adapter en temps opportun vos habitudes de vie et prendre les mesures nécessaires au bon déroulement de la grossesse.



Clinique d'obstétrique

Si vous n'avez pas de fournisseur de soins de santé primaires, vous pouvez faire appel aux services gratuits offerts à une clinique d'obstétrique de votre région en prenant rendez-vous.

La clinique d'obstétrique offre des soins et des conseils aux personnes pendant la grossesse et la période après l'accouchement. Le suivi est assuré par une équipe de professionnel.le.s (médecins accoucheurs, gynécologues, infirmières et consultantes en lactation).

On vous fournira une foule de renseignements sur la grossesse, le développement prénatal, la nutrition, l'accouchement, la maternité, l'allaitement, mais aussi sur l'enregistrement de la naissance, l'obtention d'un certificat de naissance officiel et d'un numéro d'assurance sociale pour le bébé.

Renseignements sur les cliniques ou pour prendre rendez-vous :
www.vitalitenb.ca
Mots-clés : **Grossesse ou cliniques d'obstétrique.**
www.horizonnb.ca
Mots-clés : **Cliniques d'obstétrique.**

Sage-femme

Au Nouveau-Brunswick, les services de sages-femmes ne sont pas encore disponibles partout dans la province. Renseignez-vous auprès de votre fournisseur de soins de santé primaires, de la clinique d'obstétrique de votre région ou auprès de l'Association des sages-femmes du Nouveau-Brunswick : ***www.nbmidwives.ca***.

Cours prénataux

Les cours prénataux sont gratuits et destinés à préparer les parents à bien vivre la période de la grossesse, de la naissance et des premiers jours de leur enfant. Ils ne sont pas obligatoires, mais ils sont fortement recommandés lors d'une première grossesse. En plus de vous aider dans votre préparation, ils vous permettront de rencontrer d'autres futurs parents et d'échanger avec eux.

Les parents peuvent maintenant s'inscrire en ligne auprès de l'Association des centres de ressources familiales du Nouveau-Brunswick : ***www.frc-crf.com***



Présence du deuxième parent tout au long de la grossesse et à l'accouchement

Les professionnel.le.s de la santé encouragent le deuxième parent à s'impliquer et à participer activement aux préparations à la naissance. Il est donc tout à fait normal de les voir accompagner la personne enceinte lors des différents rendez-vous de suivi médical, à l'échographie, aux cours prénataux et à l'accouchement.

La décision revient aux parents. Il convient de respecter les besoins et les limites de chacun, sans chercher à imposer quelque chose qui crée du ressentiment.

Allaitement

Il est important de considérer les bienfaits de l'allaitement pendant votre grossesse. L'allaitement est une pratique courante au Canada et toutes les personnes qui allaitent ont le droit de le faire en public. Le lait maternel est le meilleur aliment pour aider votre bébé à bien grandir. Si vous avez des questions, n'hésitez pas à en parler avec votre fournisseur de soins de santé primaires. Chaque famille prend ses décisions en fonction de sa réalité. Du soutien est disponible pour vous accompagner, peu importe la façon dont vous nourrissez votre bébé.

Renseignements : ***www.gnb.ca***
Mots-clés : **L'allaitement et l'Initiative Amis des bébés (IAB).**

Congé de maternité et congé pour soins des enfants

Au Nouveau-Brunswick, en vertu de la *Loi sur les normes d'emploi*, toute employée enceinte a droit à un congé de maternité. L'employeur ne peut pas congédier, suspendre ou mettre à pied une employée ou choisir de ne pas embaucher une personne en raison de sa grossesse. La durée maximale de ce congé sans salaire est de 17 semaines. Il ne doit pas débuter avant la onzième semaine de la date probable de l'accouchement.

Tous les parents, naturels ou d'adoption, ont également droit au congé pour soins des enfants dont la durée maximale est de 37 semaines sans salaire. Ce type de congé peut être partagé par les parents, toutefois peu importe la façon dont il est divisé, il ne peut dépasser un total de 37 semaines. Veuillez discuter avec votre employeur pour plus de détails.

Renseignements : ***www.gnb.ca***
Mots-clés : **Éducation postsecondaire, Formation et Travail | Normes d'emploi | Congé de maternité.**



Prestations de maternité et prestations parentales

Le gouvernement du Canada offre des prestations de maternité et des prestations parentales aux parents admissibles par l'entremise de l'assurance-emploi.

Les prestations de maternité et les prestations parentales de l'assurance-emploi offrent une aide financière aux :

- personnes qui s'absentent du travail parce qu'elles sont enceintes ou ont récemment donné naissance ;
- parents qui s'absentent du travail pour s'occuper de leur nouveau-né ou de leur enfant nouvellement adopté.

Renseignements : ***www.canada.ca***
Mots-clés : **Prestations de maternité et prestations parentales de l'assurance-emploi ou composez le 1 800 808-6352.**

VACCINS ET IMMUNISATION

La vaccination est sécuritaire et fonctionne bien. En vous faisant vacciner, vous protégez votre famille contre certaines maladies. C'est un moyen simple et efficace pour prévenir et contrôler ces maladies.

Pour les résidents du Nouveau-Brunswick, certains vaccins sont gratuits grâce au gouvernement. Ils sont donnés selon un calendrier spécial.

Ces vaccins sont donnés aux enfants, par votre fournisseur de soins de santé primaires ou par les infirmières en santé publique, et aux adolescents dans des cliniques à l'école.



Calendrier d'immunisation systématique des nourrissons et enfants

ÂGE OU ANNÉE SCOLAIRE	VACCIN
Naissance	Hépatite B
Deux mois	Hépatite B, DCaT-VPI-Hib Pneumocoque conjugué Rotavirus
Quatre mois	DCaT-VPI-Hib Pneumocoque conjugué Rotavirus
Six mois	Hépatite B, DCaT-VPI-Hib Rotavirus
12 mois	RORV Méningocoque conjugué C Pneumocoque conjugué
18 mois	DCaT-VPI-Hib , RORV
De six mois à 18 ans	Influenza (annuellement)
4 ans	dcaT-VPI
7e année scolaire	VPH + dcaT
9e année scolaire	Méningocoque conjugué ACYW-135

DCaT-VPI-Hib : *diphtérie, coqueluche acellulaire, tétanos, virus de la polio inactivé, haemophilus influenzae de type b*
RORV : *rougeole, oreillons, rubéole, varicelle*
dcaT-VPI : *diphtérie, coqueluche acellulaire, tétanos, virus de la polio inactivé*
VPH : *virus du papillome humain* (filles seulement)
dcaT : *diphtérie, coqueluche acellulaire, tétanos*

Vaccination et école

Au Nouveau-Brunswick, les enfants qui commencent l'école doivent montrer une preuve qu'ils ont reçu leurs vaccins contre certaines maladies. C'est un règlement de la *Loi sur la santé publique* et la *Loi sur l'éducation*. Le statut vaccinal de tous les enfants qui commencent l'école au Nouveau-Brunswick sera vérifié. Cela permet de s'assurer qu'ils ont reçu leurs vaccins et de donner une chance aux enfants non vaccinés de les obtenir.

Les parents ou tuteurs peuvent refuser la vaccination pour des raisons médicales ou s'ils ne sont pas d'accord. Le formulaire pour refuser est disponible à l'école ou sur le site Web du gouvernement du Nouveau-Brunswick.

Renseignements : ***www.gnb.ca***
Mots-clés : **Centres de la Santé publique.**



Vaccination et voyages

Les vaccins protègent contre certaines maladies toute la vie. Si vous voyagez à l'extérieur du Canada, il est important de vérifier les risques pour la santé dans le pays où vous allez, même si c'est votre pays d'origine.

Avant de partir, consultez votre fournisseur de soins de santé primaires ou une clinique santé-voyage, de préférence six semaines avant votre départ. Selon votre âge, votre destination et vos activités, vous pourriez avoir besoin de vaccins supplémentaires.

Renseignements : ***www.canada.ca***
Mots-clés : **Centres de vaccination du Canada | Nouveau-Brunswick.**



RELATIONS INTIMES

Santé sexuelle

Pour toute question de santé sexuelle *(contraception, grossesse, infection transmise sexuellement)*, appelez le **811**.

Une infirmière répondra à vos questions et vous dirigera vers les services appropriés, 24 heures sur 24, sept jours sur sept. Confidentiel et gratuit.

Renseignements : ***www.sexandu.ca***
Mots-clés : **Activité sexuelle.**

Infections transmises sexuellement et par le sang (ITSS)

Les ITSS se transmettent lorsqu'il y a contact des muqueuses avec du sperme, des sécrétions vaginales ou du sang infecté.

La transmission d'une ITSS lors d'activités sexuelles peut avoir lieu sans qu'il y ait pénétration, orgasme ou éjaculation. L'utilisation d'un condom est un moyen simple pour se protéger des ITSS pendant une relation sexuelle.

Avoir des relations sexuelles non protégées par le condom est la manière la plus courante de contracter une ITSS.

Mais selon l'infection, d'autres modes de transmission sont possibles. Les ITSS se transmettent principalement de quatre façons :

- lors d'un contact sexuel oral, vaginal, anal ou par contact peau à peau ;
- par le sang, lors du partage de matériel d'injection ou d'inhalation de drogues ;
- par le sang lors d'un tatouage ou d'un perçage avec du matériel contaminé ;
- de la mère infectée à son enfant pendant la grossesse, l'accouchement ou l'allaitement maternel.

Certaines ITSS peuvent être prévenues par des vaccins. Assurez-vous d'avoir votre vaccination à jour.

Pour plus d'information, consulter votre fournisseur de soins de santé primaires, Télé-Soins en composant le ***811*** ou visiter le site ***www.gnb.ca***
Mots-clés : **Santé sexuelle et bien-être.**

Test de dépistage anonyme du VIH

Le personnel infirmier en santé publique du Nouveau-Brunswick offre gratuitement le dépistage anonyme du VIH à la population du Nouveau-Brunswick. Il dirige les personnes atteintes du VIH aux ressources appropriées en vue du traitement.

Pour obtenir un test de dépistage anonyme du VIH, appelez le 1 833 603-0499.

Vous pourrez alors faire le test à l'un des points de service ci-dessous :

- Acadie-Bathurst - Centre de santé communautaire de Saint-Isidore ;
- Beauséjour - Centre de santé du Grand Moncton ;
- Nord-Ouest - Centre de santé Dr-Chanel-Dupuis ;
- Restigouche - Centre de santé de Jacquet River.

SIDA Nouveau-Brunswick offre des programmes de prévention, d'éducation et de soutien pour les personnes vivant avec le VIH/sida.
Renseignements : ***www.aidsnb.com/fr***

Violence

La violence familiale est illégale au Canada, tout comme la violence entre deux personnes sans lien.

La violence familiale se définit par toute forme de mauvais traitements ou de négligence infligée à un enfant ou à un adulte par un membre de la famille ou par quelqu'un avec qui il a une relation intime. Une personne peut être victime de plus d'une forme de violence ou de maltraitance, notamment :

- Maltraitance physique
- Maltraitance sexuelle
- Maltraitance psychologique
- Exploitation financière
- Négligence

Sachez que la loi vous encourage à ne pas tolérer et à dénoncer de telles situations. Si une personne *(peu importe le genre et le sexe)* est violentée par un membre de sa famille, elle devrait composer le ***911*** pour demander de l'aide de la police. Elle sera mise à l'abri et, en collaboration avec les services sociaux, elle sera dirigée vers les ressources appropriées.
Renseignements : ***www.legalinfonb.ca/fr***

Protection par la loi

Vous ne perdrez aucun de vos droits si vous quittez le domicile conjugal pour échapper à de mauvais traitements. Au contraire, la loi vous protège, ainsi que vos enfants. Une personne possédant le statut de résident permanent ne peut pas perdre ce statut ni être forcée à quitter le Canada parce qu'elle quitte une relation où il y a violence.

Services de soutien pour personnes victimes de violence

Il existe au Nouveau-Brunswick une gamme de ressources et de services de soutien pour les personnes victimes de violence que ce soit des lignes d'aide et d'écoute, des maisons de transition, des logements de deuxième étape, ou encore le programme d'approche en matière de prévention de la violence conjugale.

Renseignements : ***www.gnb.ca***
Mots-clés : **Égalité des femmes**
Services de soutien pour les victimes de violence ou Violence conjugale (information et services de soutien) ou 1 877 253-0266.

Agression sexuelle

Si vous venez de subir une agression sexuelle et que vous êtes en danger immédiat et que vous avez des blessures graves, appelez le 911. Si vous êtes ou avez été victime de violence sexuelle, de violence conjugale (partenaire du moment ou du passé), de maltraitance et que vous souhaitez obtenir un soutien et un éventuel examen médico-légal, rendez-vous au service d'urgence et demandez à voir l'infirmière examinatrice d'agression sexuelle (SANE). Vous n'avez pas à préciser le motif de votre visite à l'hôpital, vous n'avez qu'à demander à voir une infirmière examinatrice d'agression sexuelle ou infirmière en médecine légale (SANE).

Une infirmière SANE : Les infirmières examinatrices d'agression sexuelle et infirmières en médecine légale sont des infirmières immatriculées qui ont suivi une formation spécialisée et une préparation clinique en matière de soins médico-légaux à prodiguer aux victimes d'agression ou d'abus sexuels.

Même si une victime ne souhaite pas porter plainte, il est très important de consulter un ou une professionnelle de la santé le plus rapidement possible après les faits. Cela permettra de passer des tests de dépistages de maladies et infections sexuellement transmissibles, dont le SIDA/VIH, et de recevoir certains traitements médicaux. Si vous voulez rapporter l'agression à la police, ne vous lavez pas, ne prenez pas de bain et ne changez pas de vêtements avant votre prise en charge par le personnel médical. Il est important de conserver toutes les preuves qui peuvent encore rester sur votre corps ou vos vêtements.

Renseignements : ***www.vitalitenb.ca*** *ou* ***www.horizonnb.ca***
Mots-clés : **Programme des infirmières examinatrices des cas d'agression sexuelle (SANE)** ou

www.gnb.ca
Mots-clés : **Agression sexuelle.**



Consentement sexuel

Peu importe votre âge, l'absence de consentement à une activité sexuelle constitue une infraction criminelle.

Le consentement à toute activité sexuelle doit être libre et éclairé.

Selon la Gendarmerie royale du Canada (2018), l'âge légal du consentement au Canada est de 16 ans. Toutefois, certaines exceptions s'appliquent pour les jeunes de moins de 16 ans.

* Les jeunes de 12 et 13 ans (différence de 2 ans)

* Les jeunes de 14 et 15 ans (différence de 5 ans)

Ces exceptions sont toutefois valables dans la mesure où la personne la plus âgée n'est pas en situation d'autorité, de confiance ou de dépendance. Dès qu'une personne exprime son refus par paroles et par gestes, l'activité sexuelle doit cesser.

Avant de se livrer à une activité sexuelle, il devrait être clair que vous et votre partenaire voulez le faire, êtes à l'aise et acceptez de continuer. Arrêtez immédiatement si l'un ou l'autre décide de ne plus vouloir continuer.

Renseignements : ***www.justice.gc.ca***
Mots-clés : **L'âge de consentement aux activités sexuelles.**

DÉPISTAGE



Test Pap et programme de dépistage du cancer du col de l'utérin

La détection précoce peut également aider à diminuer ou à éviter les problèmes de santé et à freiner la propagation des ITSS entre partenaires.

Le Nouveau-Brunswick a institué il y a quelques années un programme provincial de prévention et de dépistage du cancer du col utérin gratuit. Le dépistage du cancer du col utérin au moyen du test Pap est recommandé pourles personnes de 21 à 69 ans ayant déjà eu des relations sexuelles avec un partenaire de sexe masculin ou féminin.

Le dépistage inclut aussi les personnes ménopausées et celles ayant reçu le vaccin contre le virus du papillome humain. Il existe dans la plupart des collectivités du Nouveau-Brunswick des cliniques où vous pouvez passer un test Pap. Contactez votre fournisseur de soins de santé primaires afin de discuter du dépistage du cancer du col utérin.

Renseignements : ***www.gnb.ca***
Mots-clés : **Programme de prévention et dépistage du cancer du col utérin du Nouveau-Brunswick.**

Programme de dépistage du cancer du sein du Nouveau-Brunswick

Le programme de dépistage du cancer du sein du Nouveau-Brunswick vise à détecter précocement les cancers du sein chez les personnes asymptomatiques. Il est destiné aux personnes âgées de 50 à 74 ans, avec un dépistage recommandé tous les 2-3 ans. Les personnes de 40 à 49 ans sans antécédents de cancer peuvent également accéder au dépistage après consultation avec leur fournisseur de soins de santé primaires.

Renseignements : ***www.gnb.ca***
Mots-clés : **Programme de dépistage du cancer du sein du Nouveau-Brunswick.**

Programme de dépistage du cancer du côlon du Nouveau-Brunswick

Les Néo-Brunswickois âgés de 50 et 74 ans recevront une lettre les invitant à participer au programme. Pour demander un test simple de dépistage à la maison, il suffit de répondre et de retourner le questionnaire au programme. Ceci permettra de déterminer si le test de dépistage à la maison est le meilleur test pour eux.

Renseignements : ***www.gnb.ca***
Mots-clés : **Programme de dépistage du cancer du côlon du Nouveau-Brunswick.**

CONTRACEPTION, GROSSESSE ET INTERRUPTION VOLONTAIRE DE GROSSESSE

Contraception

Différentes méthodes contraceptives s'offrent à vous et votre partenaire pour vous aider à éviter les grossesses imprévues. Vous avez peut-être déjà une bonne idée de ce que vous cherchez ou vous ne savez pas trop par où commencer ou vous n'êtes pas certain de la méthode que vous devriez choisir. Votre fournisseur de soins de santé primaires ou une infirmière praticienne peut vous guider dans le choix d'une des nombreuses méthodes de contraception. Dans plusieurs régions du Nouveau-Brunswick, il existe des cliniques de planification familiale qui offrent du counseling sur la contraception et les grossesses non planifiées. Vous pouvez accéder aux services de la clinique avec ou sans recommandation de votre fournisseur de soins de santé primaires.

Test de grossesse à domicile

Si vous tombez enceinte, il est important de le savoir le plus rapidement possible. La manière la plus rapide de le savoir est d'effectuer un test de grossesse à domicile, disponible en pharmacie sans ordonnance. Utilisez un test dont les instructions sont simples et suivez-les rigoureusement. Si le résultat est positif, prenez rendez-vous chez votre fournisseur de soins de santé primaires ou dans une clinique d'obstétrique pour qu'un ou une professionnelle de la santé confirme le résultat.

Renseignements sur les cliniques ou pour prendre rendez-vous :
www.vitalitenb.ca
Mots-clés : **Grossesse ou cliniques d'obstétrique.**

www.horizonnb.ca
Mots-clés : **Cliniques d'obstétrique.**





Grossesse non planifiée

Chaque situation est unique, et votre expérience ne sera pas identique à celle d'une autre personne. Vos valeurs personnelles, vos croyances et là où vous en êtes rendue dans votre vie auront une incidence sur votre choix à savoir si vous poursuivez la grossesse ou non. Le plus important à retenir est que la décision vous revient. C'est une bonne idée de parler avec un ou une professionnelle de la santé dès que possible après avoir confirmé que vous êtes enceinte afin de comprendre les options qui s'offrent à vous.

Renseignements :

www.vitalitenb.ca
Mots-clés : **Grossesse non planifiée.**

www.horizonnb.ca
Mots-clés : **Clinique de planification familiale – Clinique d'avortement.**

Contraception d'urgence

La contraception d'urgence désigne des méthodes contraceptives utilisables pour prévenir la survenue d'une grossesse après un rapport sexuel. Il est recommandé de mettre en œuvre ces méthodes dans les cinq jours qui suivent ce rapport, mais plus elles sont appliquées tôt, plus elles sont efficaces. Au Canada, il existe deux types de méthodes de contraception d'urgence : la contraception orale d'urgence ou le dispositif intra-utérin.

Contraception orale d'urgence

Deux sortes de contraception orale d'urgence ou « pilule du lendemain » sont disponibles. Les pilules CU-LNG sont offertes sans prescription dans les pharmacies du Nouveau-Brunswick. L'efficacité des pilules CU-LNG est optimale lorsqu'elles sont prises dans les 24 heures après une relation sexuelle non protégée. Pour leur part, les pilules CU-UPA peuvent être obtenues sous ordonnance médicale seulement.

Dispositif intra-utérin

Le dispositif intra-utérin (DIU) en cuivre, lequel est inséré par un fournisseur de soins de santé primaires jusqu'à sept jours après une relation sexuelle non protégée, est la méthode de contraception d'urgence la plus efficace. Même s'il n'est offert que sous prescription, il assure une protection à long terme contre la grossesse.

Pour plus d'information sur ces options, consultez un fournisseur de soins de santé primaires ou appelez Télé-Soins en composant le *811*.

Interruption volontaire de grossesse

Avortement chirurgical

L'avortement est légal au Canada et toute personne a le droit d'y avoir recours. Les avortements chirurgicaux et médicamenteux sont pris en charge par l'assurance-maladie. Il existe trois hôpitaux au Nouveau-Brunswick qui pratiquent l'avortement chirurgical :

Le Centre hospitalier universitaire Dr-Georges-L.-Dumont (Moncton) ***506 869-2770***

L'Hôpital de Moncton (Moncton) ***844 806-9205***

L'Hôpital régional Chaleur (Bathurst) ***506 544-4150***

Avortement médical

L'avortement médical est une procédure sécuritaire qui permet aux personnes enceintes de mettre fin à une grossesse. Cette procédure est non chirurgicale. Mifegymiso, la pilule abortive, est entièrement remboursée par l'assurance-maladie du Nouveau-Brunswick. Son utilisation est autorisée par Santé Canada jusqu'à 9 semaines de grossesses. Mifegymiso met fin à 98 % des grossesses si elle est utilisée dans les 10 premières semaines de grossesses.

Pour plus de renseignements, consultez votre fournisseur de soins de santé primaires ou obtenez une consultation dans une clinique sans rendez-vous de votre communauté. Il est nécessaire d'obtenir une prescription pour la pilule abortive.



Adoption

La décision de mener une grossesse à terme pour ensuite donner l'enfant en adoption est un choix personnel fondé sur des raisons et des valeurs personnelles. Il est important d'en apprendre le plus que vous pouvez sur le processus avant de prendre cette décision. Le ministère du Développement social peut vous aider à considérer les différentes options qui s'offrent à vous et vous diriger vers les services appropriés.

Renseignements : ***www.soutienssociauxnb.ca***
Mots-clés : **Adoption.**

2SLGBTQIA+

En 2025, l'acronyme le plus couramment utilisé au Canada est 2SLGBTQIA+ (ou 2E), qui signifie bispirituel·le (Two-Spirit), lesbiennes, gais, bisexuel·les, trans, queer ou en questionnement, intersexe et asexuel ou aromantique. Le signe « + » englobe les autres identités afin de garantir l'inclusion de toutes les personnes concernées. L'ordre des lettres reflète la reconnaissance des personnes bispirituelles en priorité, en raison de leur importance au sein des communautés autochtones.

Les droits des personnes 2SLGBTQIA+ ont considérablement progressé au cours des dernières décennies. Au Nouveau-Brunswick, comme ailleurs au Canada, des lois protègent les membres de cette communauté contre la discrimination fondée sur le sexe, l'orientation sexuelle, l'identité ou l'expression de genre. Voici les principales lois en vigueur :

- *La Charte canadienne des droits et libertés*
- *La Loi canadienne sur les droits de la personne*
- *La Loi sur les droits de la personne du Nouveau-Brunswick*



Il existe plusieurs ressources et services de soutien pour les personnes 2SLGBTQIA+ au Nouveau-Brunswick et au Canada. Voici quelques organisations qui peuvent être utiles :

- Alter Acadie
- Fondation Émergence
- Egale Canada
- Acadie Love

Renseignements : ***www.horizonnb.ca***
Mots-clés : **Soins spécialisés pour personnes qui se définissent en tant que membres de minorités sexuelles ou de genre (2SLGBTQIA+)**
ou ***www.vitalitenb.ca | info@vitalitenb.ca***

COORDONNÉES

Agression sexuelle	911
Assurance-maladie du Nouveau-Brunswick	1 888 762-8600 (ligne sans frais) www.gnb.ca
Association des sages-femmes du Nouveau-Brunswick	www.nbmidwives.ca
Association des centres de ressources familiales du Nouveau-Brunswick	www.frc-crf.com
Centre antipoison	911
Centres de santé Vitalité	www.vitalitenb.ca
Centres de santé Horizon	www.horizonnb.ca
Centres de santé mentale et de traitement des dépendances du Nouveau-Brunswick	1 866 355-5550 www.gnb.ca
Cliniques sans rendez-vous	www.smnb.ca
Croix-Rouge canadienne	(888) 791-2830 www.croixrouge.ca
Dentiste	www.nbdental.com
EVISITNB	https://fr.evisitnb.ca
Gouvernement du Canada	www.canada.ca
Gouvernement du Nouveau-Brunswick	www.gnb.ca
Jeunesse, J'écoute	www.jeunessejecoute.ca 1 800 668-6868 Texto 686868

Ligne d'écoute pour problème de santé mentale et de dépendance (drogues, alcool, jeux)	1 866 355-5550
Lien Santé NB	1 833 354-2300 https://liensantenbhealthlink.ca
Urgence/ambulance	911
Optométriste	www.nbao.ca
Pharmacie	https://nbpharma.ca
Plan de médicaments sur ordonnance du Nouveau-Brunswick	1 800 332-3692 www.gnb.ca
Prévention du suicide	téléphone ou texto 988
Programmes et services communautaires	211
Psychologue	www.cpnb.ca
Régime médicaments du Nouveau-Brunswick	1 800 332-3692 www.gnb.ca
Réseau de santé Horizon	
Réseau de santé Vitalité	
Santé sexuelle	www.sexandu.ca
Service Nouveau-Brunswick	1 888 762-8600 (ligne sans frais) www.snb.ca
Services de soutien pour les victimes de violence	1 877 253-0266
Télé-Soins	811

NOTES

NUMÉROS IMPORTANTS

En cas d'urgence
911

Questions sur votre santé
811

Ressources communautaires et programmes sociaux
211

Centre antipoison
911

Prévention du suicide
988 **(téléphone ou texto)**

Ligne d'écoute pour problème de santé mentale et de dépendance
1 866 355-5550

Service Nouveau-Brunswick et Carte d'assurance malade

En Amérique du Nord
1 888 762-8600
(ligne sans frais)

Hors Amérique du Nord
1 506 684-7901

Ce document a été financé par Santé Canada. Sa mise à jour est financée par Immigration, Réfugiés et Citoyenneté Canada, dans le cadre du projet national Santé de l'immigration francophone de la Société Santé en français.
Les vues exprimées dans ce document ne reflètent pas nécessairement celles celles des partenaires financiers

Canada

Société Santé en français

Réseau-action Organisation des services

Société Santé et Mieux-être en français du Nouveau-Brunswick

506.389.8431 • raos@ssmefnb.ca

SSMEFNB.CA

Société
Santé et Mieux-être en français du Nouveau-Brunswick