

À conserver

ACCÈS santé

Votre porte d'entrée
aux services

www.cssshsm.qc.ca

www.agencesss04.qc.ca

Dépôt légal - 2007
Bibliothèque et Archives nationales du Québec
Bibliothèque et Archives Canada



Centre de santé et de services sociaux
du Haut-Saint-Maurice

Agence de la santé
et des services sociaux
de la Mauricie
et du Centre-du-Québec

Québec





Confiance réciproque

Le Centre de santé et de services sociaux du Haut-Saint-Maurice (CSSSHSM) est une institution multivocationnelle qui regroupe les trois réalités suivantes :

- Centre local de services communautaires (CLSC)
- Centre d'hébergement et de soins de longue durée (CHSLD)
- Centre hospitalier (CH)

Le CSSS du Haut-Saint-Maurice offre des services dans les installations suivantes :

- **La Tuque (siège social)**
- **Point de service de Parent**

Votre réseau local de services

Plus de 75 organismes assurent l'accès aux services de santé et aux services sociaux aux citoyens du Haut-Saint-Maurice. Ceux-ci regroupent le Centre de santé et de services sociaux du Haut-Saint-Maurice, ainsi que plusieurs organismes communautaires, partenaires économiques, le milieu de l'éducation, les médecins, pharmaciens et autres partenaires du réseau de la santé et des services sociaux.

Cette brochure présente un portrait global des ressources de votre milieu qui vous sont accessibles, selon votre situation.

**Centre de santé et de services sociaux
du Haut-Saint-Maurice**

Table des *matières*

Services infirmiers	2
Services médicaux	4
Services aux enfants, aux parents et aux familles	5
Services aux jeunes	7
Services aux aînés	8
Services de soutien à domicile	9
Services pour les personnes ayant une déficience	10
Services pour les personnes ayant une dépendance	11
Services pour les personnes en situation de crise	12
Services pour les personnes ayant un problème de santé mentale	14
Droits des usagers, plaintes et qualité	15
Autres services du milieu	17
Références pour faire du bénévolat	19
Mes références personnelles	20
Carte et coordonnées	

Services

infirmiers



Info-Santé

811

Des infirmières sont accessibles en tout temps pour évaluer votre situation, vous donner des conseils, des informations et, au besoin, vous référer à la ressource la plus apte à vous aider.

24 h / 7 jours

Services infirmiers courants

La Tuque 819 523-4581
Parent 819 667-2329

Dépistage

Dépistage du VIH (sida) ainsi que des infections transmissibles sexuellement et par le sang (ITSS).

CSSS du Haut-Saint-Maurice
819 523-4581 poste 2147

Centre de santé de Wemotaci 819 666-2241
Centre de santé Opitciwan 819 974-8822

Vérifiez les heures d'ouverture
Services gratuits et confidentiels

Cancer du sein

Programme québécois de dépistage du cancer du sein - Destiné aux femmes âgées entre 50 et 69 ans.

Information générale 819 372-3527
1 888 773-1277

Centre de dépistage désigné -

Prise de rendez-vous

CSSS du Haut-Saint-Maurice

819 523-4581 poste 2092

Centre de santé de Wemotaci 819 666-2241

Soutien aux personnes atteintes du cancer

Bouée du Nord 819 523-8108

Société canadienne du cancer 819 523-4805
1 888 939-3333

www.cancer.ca

Prélèvements

Pour une prise de sang ou tout autre prélèvement, sans rendez-vous.

CSSS du Haut-Saint-Maurice 819 523-4858

Centre de santé de Wemotaci 819 666-2241

Centre de santé Opitciwan 819 974-8822

Vaccination

Pour les vaccins contre la grippe, l'hépatite, le tétanos, les vaccins de base pour les enfants et ceux pour les voyageurs.

La Tuque 819 523-4581

Parent 819 667-2329

Centre de santé de Wemotaci 819 666-2241

Centre de santé Opitciwan 819 974-8822

N'oubliez pas d'apporter :

- les documents nécessaires
- votre carte d'assurance maladie
- votre carte d'hôpital



Services médicaux

Urgence

911

La Tuque

885, boulevard Ducharme
La Tuque

24 h / 7 jours

Visites médicales

La Tuque

819 523-4858

Parent

819 667-2329

Groupe de médecine de famille (GMF)

du Haut-Saint-Maurice 819 523-3084

Dr Daniel Angers

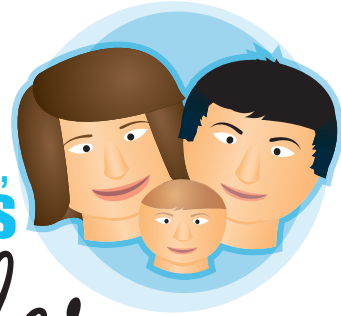
819 523-4459

Dr Jean-Pierre Blais

819 523-2784

Vérifiez les heures d'ouverture

Services aux enfants,
aux parents
et aux



familles

Une grande variété de services sont offerts aux enfants, aux parents et aux futurs parents. Renseignez-vous!

CSSS du Haut-Saint-Maurice

819 523-4581 poste 2147

Conseil de la nation

atikamekw (CNA) 819 523-6153

Familles d'accueil, services en protection de la jeunesse pour autochtones et jeunes contrevenants et soutien aux familles.

Centre de santé de Wemotaci 819 666-2241

Centre de santé Opitciwan 819 974-8822

Ressource Parent-Ailes

(Maison de la famille) 819 676-8722

Rencontres amicales, ateliers, service à domicile « Les relevailles », cuisines collectives, purées pour bébés.

Ligne parents 1 800 361-5085

Club Richelieu

819 676-6933

Aide financière pour les enfants.

Centre de services en déficience

intellectuelle de la Mauricie
et du Centre-du-Québec (CSDI MCQ)

819 523-7656

Service de recherche d'antécédents sociobiologiques, retrouvailles, adoption au Québec et au niveau international

Service de recherche d'antécédents sociobiologiques et retrouvailles
Service aux origines 819 378-7457

Adoption au Québec
Le Centre jeunesse de la Mauricie et du Centre-du-Québec
▪ Centre de services de La Tuque 819 523-4573

Adoption internationale
Le Centre jeunesse de la Mauricie et du Centre-du-Québec 819 378-5481

Orientation sexuelle

CSSS du Haut-Saint-Maurice
(moins de 18 ans) 819 523-4581 poste 2147

CSSS du Haut-Saint-Maurice
(18 ans et plus) 819 523-4581 poste 2700

Centre de santé de Wemotaci
819 666-2241

Gai-Écoute 1 888 505-1010

**Vérifiez les heures d'ouverture
Services gratuits et confidentiels**

Services aux jeunes



CSSS du Haut-Saint-Maurice
819 523-4581 poste 2147

Conseil de la nation Atikamekw
819 523-6153

Familles d'accueil, services en protection de la jeunesse pour autochtones et jeunes contrevenants et soutien aux familles.

Le Centre jeunesse de la Mauricie et du Centre-du-Québec

Protection de la jeunesse (DPJ)
Pour tout signalement au Directeur de la protection de la jeunesse 1 800 567-8520

Centre de services de La Tuque 819 523-4573

Notez qu'en vertu des droits reconnus par le Code civil du Québec, les jeunes de 14 ans et plus peuvent obtenir, en toute confidentialité, des services de santé.

Tel-Jeunes 1 800 263-2266

Lieux récréatifs et éducatifs pour les jeunes

Maison des jeunes 819 523-2047

Centre Nikwemes (autochtones) 819 523-6121



Services aux aînés

Services généraux pour les personnes en perte d'autonomie, les familles et les aidants naturels.

CSSS du Haut-Saint-Maurice

819 523-4581 poste 2652

Centre de santé de Wemotaci 819 666-2241

Centre de santé Opitciwan 819 974-8822

Abus et négligence

Si vous êtes témoin ou victime d'une situation d'abus ou de négligence physique ou psychologique envers un aîné, communiquez aux numéros suivants :

CSSS du Haut-Saint-Maurice

819 523-4581 poste 2652

Ligne Abus et négligence 1 888 489-2287

Téléphones sécurisants (programme PAIR)

Club Lions / Sûreté du Québec 819 523-2731

Prévention des chutes

Programme de sensibilisation à la prévention des chutes à domicile ainsi qu'à l'adoption de comportements sécuritaires.

CSSS du Haut-Saint-Maurice

819 523-4581 poste 2109

Viactive

Programme de sensibilisation et d'initiation à la pratique régulière de l'activité physique, pour les personnes de 55 ans et plus.

CSSS du Haut-Saint-Maurice

819 523-4581 poste 2109



Services de soutien à domicile

Soins infirmiers à domicile, soutien à domicile (habillement, toilette), services psychosociaux, etc.

CSSS du Haut-Saint-Maurice

819 523-4581 poste 2652

Centre de santé de Wemotaci 819 666-2241

Centre de santé Opitciwan 819 974-8822

Coopérative de soutien à domicile

819 523-7171

Entretien ménager, préparation de repas, emplettes.

Carrefour d'action communautaire (CACHSM)

819 676-8951

Popote roulante : livraison à domicile de repas, transports – accompagnement pour rendez-vous médicaux, impôt.

Centre de jour

CSSS du Haut-Saint-Maurice

819 523-4581 poste 2600

Activités de prévention et thérapeutiques visant à maintenir l'autonomie. Offre du répit à l'aidant naturel. Offert à toute clientèle vivant à domicile.



Services pour les
personnes
ayant une
déficience

**Déficience motrice, auditive,
visuelle ou du langage**

CSSS du Haut-Saint-Maurice
819 523-4581 poste 2652

Centre de réadaptation en déficience
physique InterVal 819 693-0041

**Déficience intellectuelle (DI)
et personnes ayant un trouble
envahissant du développement (TED)**

CSSS du Haut-Saint-Maurice
819 523-4581 poste 2147

Centre de services en déficience
intellectuelle de la Mauricie et du
Centre-du-Québec (CSDI MCQ)
819 523-7656

Autres services

Transport adapté Autonobus 819 523-6004

Association des personnes handicapées
La Source 819 523-2914
*Défense et promotion des droits, soutien et services
d'accompagnement et activités de loisirs pour personnes
ayant une déficience physique ou intellectuelle.*

Club Rotary 819 523-3348
*Aide financière pour personnes ayant une déficience
physique ou intellectuelle.*



Services pour les
personnes
ayant une
dépendance

Drogues, alcool, jeu pathologique

CSSS du Haut-Saint-Maurice (Alcochoix+)
819 523-4581 poste 2700

Domrémy Mauricie / Centre-du-Québec

- Centre de services
de La Tuque 819 523-6113

Centre de réadaptation Wapan
(autochtones) 819 523-7641

Centre de santé de Wemotaci 819 666-2241

Centre de santé Opitciwan 819 974-8822

Alcooliques Anonymes 1 866 376-6279

Drogues : aide et référence 1 800 265-2626

Jeu : aide et référence 1 800 461-0140

**Récupération de seringues et
d'aiguilles usagées**

- CSSS du Haut-Saint-Maurice
- Point de service de Parent
- Groupe de médecine de famille (GMF)
du Haut-Saint-Maurice
- Pharmacies
- Café Vagabond (Travailleurs de rue)
- Centre de santé de Wemotaci
- Centre de santé Opitciwan

Tabagisme

Centre d'abandon du tabagisme du CSSS
du Haut-Saint-Maurice 819 523-4581
poste 2702

Le site Internet J'arrête www.jarrete.qc.ca

La ligne J'arrête 1 866 527-7383



Services pour les
personnes

en
*situation
de crise*

Appels d'urgence **911**

Info-Social

819 523-4581 poste 2717

Services psychosociaux

La Tuque 819 523-4581
Parent 819 667-2329
Services sociaux Wemotaci 819 666-2469
Services sociaux Opitciwan 819 974-8871

Agressions sexuelles

CSSS du Haut-Saint-Maurice
(moins de 18 ans) 819 523-4581 poste 2147
CSSS du Haut-Saint-Maurice
(18 ans et plus) 819 523-4581 poste 2700
Centre de santé de Wemotaci 819 666-2241
Centre de santé Opitciwan 819 974-8822

Grossesse non désirée

CSSS du Haut-Saint-Maurice
819 523-4581 poste 2147
Centre de santé de Wemotaci 819 666-2241
Centre de santé Opitciwan 819 974-8822
La pilule du lendemain est aussi disponible
en pharmacie, sans prescription.

Suicide

**Centre de prévention suicide
du Haut-Saint-Maurice** 819 523-2220
*Service d'aide et d'écoute en tout temps aux
personnes suicidaires, aux proches et aux personnes
endeuillées par un suicide.*

CSSS du Haut-Saint-Maurice
(moins de 18 ans) 819 523-4581 poste 2147

CSSS du Haut-Saint-Maurice
(18 ans et plus) 819 523-4581 poste 2700

Centre de santé Opitciwan 819 974-8822

Services sociaux de Wemotaci 819 666-2469

Violence conjugale

Toit de l'Amitié 819 523-7829

Centre d'hébergement Asperimowin
(autochtones) 819 523-6153

CSSS du Haut-Saint-Maurice
(moins de 18 ans) 819 523-4581 poste 2147

CSSS du Haut-Saint-Maurice
(18 ans et plus) 819 523-4581 poste 2700

Centre de santé de Wemotaci 819 666-2241

Centre de santé Opitciwan 819 974-8822

SOS violence conjugale 1 800 363-9010

Centre anti-poison

1 800 463-5060



Services pour les
personnes
ayant un

problème de santé mentale

Le CSSS du Haut-Saint-Maurice offre divers services de soutien pour les personnes qui souffrent de dépression, d'anxiété, de troubles mentaux ou éprouvent des problèmes d'adaptation à une situation difficile.

Info-Social 819 523-4581 poste 2717
24 h / 7 jours

CSSS du Haut-Saint-Maurice
(moins de 18 ans) 819 523-4581 poste 2147

CSSS du Haut-Saint-Maurice
(18 ans et plus) 819 523-4581 poste 2700

Centre de santé de Wemotaci 819 666-2241

Centre de santé Opitciwan 819 974-8822

Conseil de la nation atikamekw
(CNA) 819 523-6153

Groupe d'entraide

Facile d'Accès 819 523-4952
Activités sociales, culturelles et éducatives.

**Solidarité régionale d'aide et
d'accompagnement pour la défense des
droits en santé mentale** 819 523-8609

Vérifiez les heures d'ouverture
Services gratuits et confidentiels



Droits des
usagers,
plaintes

et qualité

Bien que tout soit mis en œuvre pour assurer la qualité des services offerts au CSSS du Haut-Saint-Maurice, il peut arriver que vous ne soyez pas satisfait des services reçus. Si tel est le cas, vous pouvez faire part de votre insatisfaction à la personne responsable du service concerné ou vous adresser directement au :

**Commissaire local aux plaintes
et à la qualité des services**
819 523-4581 poste 2801

Si votre insatisfaction porte sur un service ambulancier, un organisme communautaire en santé et services sociaux ou une résidence privée pour personnes âgées du territoire du CSSS, votre plainte doit être acheminée au :

**Commissaire régional aux plaintes
et à la qualité des services**
819 693-3606
1 888 693-3606
commissaires.plaintes04@ssss.gouv.qc.ca

Assistance ou accompagnement

Si vous avez besoin d'aide pour formuler votre plainte, le commissaire local aux plaintes et à la qualité des services peut vous assister. Vous pouvez vous adresser également au :

**Centre d'assistance et d'accompagnement
aux plaintes (CAAP) Mauricie et
Centre-du-Québec** 819 537-3911
1 877 767-2227
info@caap-mcq.qc.ca
www.caap-mcq.qc.ca

**Comité des usagers du
CSSS du Haut-Saint-Maurice**
819 523-4581 poste 2645

Autre recours

Si vous n'êtes pas satisfait des conclusions du commissaire aux plaintes et à la qualité des services, vous pouvez vous adresser au :

Protecteur du citoyen
protecteur@protecteurducitoyen.qc.ca
www.protecteurducitoyen.qc.ca
Bureau de Montréal : 514 873-3205
1 800 463-5070

**Améliorer la qualité des services :
notre préoccupation constante!**

Autres services du milieu

Pharmacies

Jean Coutu 819 523-9515

Familiprix 819 523-7626

Dentistes

Clinique dentaire Cloutier et Bordeleau
819 523-8000

Clinique dentaire Luc Pigeon
819 523-4525

Clinique dentaire Saint-Antoine
819 523-3633

Albatros 819 523-4373
*Service d'accompagnement aux personnes atteintes
d'une maladie grave ainsi qu'à leurs proches.*

Alter-Égaut 819 523-8274
Organisme de justice alternative.

Centre de bénévolat 819 523-7443
*Services de dépannage à toutes les personnes en
difficulté (bons d'achat pour épicerie, comptoir
vestimentaire, meubles, etc.).*

Club Lions 819 523-6993
*Aide pour les malvoyants et toute personne dans
le besoin.*

**Comité de défense des
droits sociaux (CDDS)** 819 523-4727
*Soutien aux individus vivant une injustice,
service de petites collations dans les écoles.*

**Office municipal
d'habitation** 819 523-3979
Logements à prix modique.

L'Œuvre de la soupe 819 523-7524
Service de repas complets.

Moisson du Nord 819 676-8951
Distribution de nourriture.

Travailleurs de rue 819 523-7883
Intervention préventive, par la présence dans le milieu des jeunes, des itinérants et des personnes en difficulté, distribution de condoms et échange de seringues.

Groupe de soutien aux personnes atteintes du cancer

Bouée du Nord 819 523-8108

Société canadienne du cancer
819 523-4805
1 888 939-3333
www.cancer.ca

Transport ou soutien pour rendez-vous médicaux
Service de transport collectif
819 523-4581 poste 2971
www.cssshsm.qc.ca
Répertoire des ressources en transport pour les personnes du Haut-Saint-Maurice.

Carrefour d'action communautaire (CACHSM) 819 676-8951
Bottin des organismes disponible auprès du CACHSM.

Références **pour faire** du **génévolat**

**Auxiliaires bénévoles du
CSSS du Haut-Saint-Maurice**
819 523-4581 poste 2953

**Carrefour d'action communautaire
(CACHSM)** 819 676-8951

Procurez-vous le Bottin des organismes auprès du CACHSM.

Mes références personnelles

Mon médecin

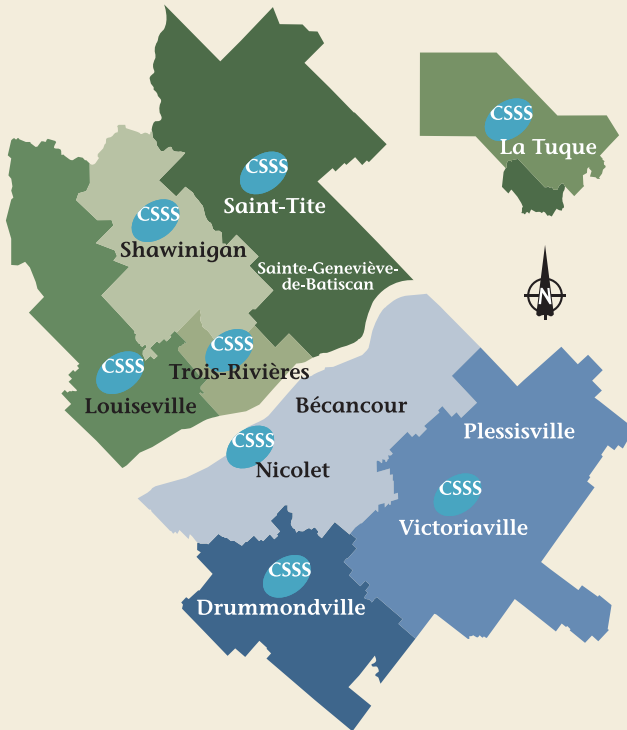
Ma pharmacie

Mon dentiste

Mon optométriste

Qui rejoindre en cas d'urgence

Réseau de la santé et des services sociaux de la Mauricie et du Centre-du-Québec



Quoi faire et où aller en cas de problèmes de santé ?

Référence aux services de votre territoire

Services courants de votre CSSS

CSSS du

Haut-Saint-Maurice

819 523-4581

NON urgent

Par exemple : grippe, maux de tête ou de gorge

Composez le **811** pour :

- Identifier le problème avec une infirmière d'Info-Santé
- Obtenir des conseils pratiques
- Savoir s'il y a lieu de consulter d'autres professionnels

Urgent mais MINEUR

Par exemple : entorse, coupure stabilisée avec un pansement

Composez le **811** pour :

- Identifier le problème avec une infirmière d'Info-Santé
- Obtenir des conseils pratiques
- Savoir où aller consulter

Urgent et MAJEUR

Par exemple : réaction allergique violente, difficultés respiratoires, inconscience suite à une douleur à la poitrine

Rendez-vous à l'**URGENCE**

ou

Composez le 911 pour obtenir les services d'une ambulance

 **CSSS DU HAUT-SAINT-AUBURICE**

Centre administratif

885, boulevard Ducharme
La Tuque (Québec) G9X 3C1
Téléphone : 819 523-4581

Point de service de Parent

9, rue de l'Hôtel de Ville
Parent (Québec) G0X 3P0
Téléphone : 819 667-2329



GMF HAUT-SAINT-AUBURICE

CSSS du Haut-Saint-Auburice
885, boulevard Ducharme
La Tuque (Québec) G9X 3C1
Téléphone : 819 523-3084



**CENTRE JEUNESSE
DE LA MAURICIE ET DU
CENTRE-DU-QUÉBEC**

La Tuque
861, boulevard Ducharme, C.P. 804
La Tuque (Québec) G9X 3B9
Téléphone : 819 523-4573



**DOMRÉMY MAURICIE /
CENTRE-DU-QUÉBEC**

La Tuque
861, boulevard Ducharme, C.P. 804
La Tuque (Québec) G9X 3P6
Téléphone : 819 523-6113



**CENTRE DE SERVICES EN
DÉFICIENCE INTELLECTUELLE
DE LA MAURICIE ET DU
CENTRE-DU-QUÉBEC**

La Tuque
861, boulevard Ducharme, 3^e étage
La Tuque (Québec) G9X 3B9
Téléphone : 819 523-7656



**CENTRE DE RÉADAPTATION
INTERVAL**

Centre administratif
20, rue Notre-Dame Est
Trois-Rivières (Québec) G8T 9J1
Téléphone : 819 693-0041

