

Votre besoin

Ce que vous devez savoir.

Ce que vous devez faire.



Table des matières

| | |
|--|---------|
| Consultation avec un professionnel de la santé..... | p. 2 |
| Soins infirmiers..... | p. 3 |
| Prises de sang et prélèvements | p. 3 |
| Services psychosociaux et santé mentale..... | p. 4 |
| Jeunes et familles..... | p. 5-6 |
| Habitudes de consommation ou dépendance..... | p. 7 |
| Personnes âgées..... | p. 8 |
| Personnes en situation d'itinérance..... | p. 8 |
| Santé sexuelle..... | p. 9 |
| Autisme, déficiences physiques et intellectuelles..... | p. 9-10 |
| Adresses et heures d'ouverture..... | p. 10 |

Consultation avec un professionnel de la santé

Accès à un médecin de famille

Guichet d'accès à un médecin de famille (GAMF)

Si vous n'avez pas de médecin de famille, vous devez vous inscrire sur la liste d'attente.

- Nous pouvons vous aider à remplir votre demande d'inscription.
- Votre état de santé détermine l'ordre de priorité sur la liste.

Pour vous inscrire :



514 527-2318, option 2



gamf.gouv.qc.ca

Consulter un professionnel de la santé

Guichet d'accès à la première ligne (GAP)

Vous n'avez pas de médecin de famille et vous avez besoin de consulter.

Conditions pour avoir un rendez-vous :

- Vous devez être inscrit au Guichet d'accès à un médecin de famille (GAMF). Si vous n'êtes pas inscrit, nous pouvons vous aider.
- Vous devez avoir un problème de santé ponctuel et non urgent.

Pour prendre rendez-vous :



811, option 3



gap.soinsvirtuels.gouv.qc.ca

Point de service local Verdun

Pour avoir accès à des soins et services de santé préventifs.

- Vaccination : COVID, grippe, pneumocoque, MPOX (variole simienne), zona, VPH, traitement préventif contre le VRS (bébés), dcaT (coqueluche) femme enceinte, rougeole et rattrapage vaccinal.
- Dépistage respiratoire : COVID/influenza, Strep A., Coqueluche
- Dépistage du cancer colorectal
- Test cutané à la tuberculine (dépistage tuberculose)

Pour prendre rendez-vous :



clicsante.ca



514 644-4545

Suivi de grossesse

Vous êtes enceinte? Vous pouvez faire une demande pour avoir un suivi de grossesse au :

- GMF de Verdun : suivi par une équipe d'un médecin et d'une infirmière praticienne (IPS). Accouchement au CHUM ou à l'hôpital de LaSalle
- CUMF-GMF de Verdun : suivi par une équipe d'un médecin et de résidents. Accouchement à l'hôpital de LaSalle

Pour vous inscrire :



GMF de Verdun (55 rue de l'Église) : 514 737-2496



CUMF-GMF de Verdun (3950 boul. Lasalle) : 514 765-7325

Soins infirmiers

Soins infirmiers généraux

Vous avez besoin de consulter une infirmière.

Les soins suivants sont offerts :

- Changement de pansements (ex. : blessure, opération)
- Administration de certains médicaments (injections)
- Aide pour enlever vos points de suture
- Vaccination après une situation à risque (ex. : morsure, griffure)
- Pilule du lendemain
- Et plus!

Afin de consulter une infirmière, appelez votre CLSC pour :

- Prendre rendez-vous
- Connaître les horaires de la clinique sans rendez-vous



Les coordonnées des CLSC se trouvent à la dernière page de ce document.

Suivi des maladies chroniques

Vous avez une maladie chronique (diabète, haute pression, maladie pulmonaire obstructive chronique (MPOC), mal de dos).

Les services sont offerts par une équipe interprofessionnelle :

- Nutritionnistes
- Infirmières
- Kinésiothérapeutes
- Inhalothérapeutes
- Travailleurs sociaux

Un programme de santé osseuse / ostéoporose est aussi offert.

Pour vous inscrire au programme de suivi des maladies chroniques du CLSC de Verdun :

Vous devez avoir une référence d'un médecin ou d'une infirmière praticienne spécialisée (IPS).



514 732-5110

Prises de sang et prélèvements

Prises de sang et autres prélèvements

Vous avez reçu une requête d'un médecin ou d'une infirmière praticienne (IPS) pour avoir une prise de sang ou une autre sorte de prélèvement.

✓ Rendez-vous obligatoire.

Pour prendre rendez-vous :



clicsante.ca



CLSC St-Henri: 514 933-7541
CLSC Ville-Émard et
Ile-des-Sœurs: 514 766-0546

Services psychosociaux et santé mentale

Accueil psychosocial

Vous vivez une situation difficile (ex. : décès d'un proche, perte d'un emploi, violence conjugale, etc.).

Il existe des services et des ressources pour vous aider ou vous informer :

- Évaluation psychosociale seul, en couple ou en famille
- Orientation vers des ressources d'aide près de chez vous

Pour de l'information sur les services ou pour parler à un travailleur social sans rendez-vous:

 **CLSC de Verdun**
514 766-0546, poste 54660

 **CLSC de Ville-Émard-Côte Saint-Paul**
514 766-0546, poste 54660

 **CLSC de St-Henri**
514 933-7541, poste 58417

Accès à un spécialiste en santé mentale – Jeunes (moins de 18 ans)

Votre enfant ou votre jeune vit des problèmes de santé mentale.

- Évaluation et orientation vers les services appropriés
- Intervention seule, en famille ou de groupe
- Référence en pédopsychiatrie (services psychiatriques pour les enfants)

Pour l'envoi des demandes :

 514 769-4970

Pour de l'information :

@ guichet_smj.sov@ssss.gouv.qc.ca

Accès à un spécialiste en santé mentale – Adultes (18 ans et plus)

Vous vivez des problèmes de santé mentale (ex. : troubles anxieux, dépression, troubles bipolaires).

- Évaluation et orientation vers les services en santé mentale
- Rencontres de groupe

Pour obtenir un rendez-vous :

Votre médecin ou un professionnel de la santé doit faire une demande de consultation pour vous.

Pour l'envoi des demandes :

 514 934-2385

@ guichet.acces.sante.mentale.adulte.sov@ssss.gouv.qc.ca

Si vous n'avez pas de demande de consultation:

 contactez l'accueil psychosocial de votre CLSC (voir ci-dessus).

Périnatalité et petite enfance

Vous êtes enceinte ou vous avez un bébé.

Des services et du soutien sont offerts par des professionnels :

- Avis de grossesse
- Cours pour se préparer à la naissance
- Visite après la naissance
- Soutien à l'allaitement
- Vaccination 0-17 ans
- Suivi et soutien aux jeunes parents et aux familles vivant une situation difficile (SIPPE, OLO)
- Suivi de nutrition
- Suivi pour les enfants qui n'ont pas de médecin
- Soutien aux parents (seuls ou en groupe) pour encourager le bon développement de l'enfant
- Service en lien avec les difficultés développementales d'un enfant.

Inscription à l'avis de grossesse :

@ magrossesse.safir.ctip.ssss.gouv.qc.ca

Pour obtenir un rendez-vous ou une inscription aux cours prénataux :



CLSC de Verdun

514 766-0546, poste 52201

Visite/ rencontre d'évaluation post-natale et suivi allaitement:



514-766-0546 ,poste 52210

Prendre un rendez-vous pour la vaccination de votre enfant :



clicsante.ca

Pour avoir du soutien d'un centre de périnatalité social :



Maison Bleue de

Verdun 514 564-4936

Programme Agir tôt pour les enfants de 0 à 7 ans présentant des indices de retard de développement

Vous avez des préoccupations au sujet du développement de votre enfant de 0 à 7 ans?

Des professionnels peuvent vous aider à agir le plus tôt possible pour répondre aux besoins de votre enfant et de votre famille. Les interventions visent à :

- vous aider, comme parent, à mieux accompagner votre enfant dans les étapes de son développement
- aider votre enfant à se développer et à bien fonctionner dans ses milieux de vie, notamment à la maison, à la garderie et à l'école.

Pour plus d'information, discutez de vos préoccupations aux endroits suivant pour identifier le service approprié pour vos besoins :



Parlez-en lors de la vaccination de votre enfant à 18 mois.



Contactez l'accueil psychosocial de votre CLSC. (voir p. 4.)

Jeunes et familles

Services jeunesse

Vous avez entre 12 et 25 ans et n'avez pas de lien avec le système de santé?

Aire ouverte offre différents services adaptés à la réalité des jeunes. C'est possible d'y obtenir des services en santé mentale ou physique.

Vous vivez une crise familiale?

Le programme **Crise-Ado-Famille-Enfance (CAFE)** s'adresse aux familles et aux jeunes de moins de 18 ans :

- Ce service vise à apaiser une crise personnelle ou familiale, ou à éviter un conflit important ou un geste violent (ex: risque de fugue, de suicide).

Vous vivez une situation familiale difficile?

Le programme **Jeunes en difficulté (JED)** peut vous aider :

- Évaluation et intervention pour les jeunes de 6 à 17 ans et leur famille

Pour les enfants et les jeunes scolarisée, des services psychosociaux, de santé et de vaccination sont disponibles dans les écoles.

Pour rejoindre l'équipe d'Aire ouverte :



Appel et texte
438 832-2270



ciuss-centresudmtl.gouv.qc.ca/aire-ouverte



aireouverte.ccsmtl@ssss.gouv.qc.ca

Parler à un travailleur social du CAFE ou de JED :



Pendant les heures d'ouverture de votre CLSC
Voir accueil psychosocial (voir p. 4)



Hors des heures d'ouverture
811, option 2

Communiquez avec le secrétariat de l'école pour parler avec l'infirmière ou la travailleuse sociale.



Adresses et heures d'ouverture des points de service à la dernière page.

Habitudes de consommation ou dépendance

Centre d'abandon du tabagisme (CAT)

Vous voulez diminuer ou arrêter de fumer.

Une intervenante spécialisée vous offre de l'aide et de l'accompagnement.

Les services sont offerts en personne ou par téléphone.

Pour prendre rendez-vous ou pour avoir de l'information :



514 766-0546, poste 52562



Les services sont offerts au CLSC de Verdun.

Habitudes de consommation

Vous êtes préoccupés par vos habitudes de consommation.

Programme **Mes choix** (alcool, cannabis ou toutes autres substances) vise à modifier/réduire les habitudes de consommation. (18 ans et +)

Vous avez des problèmes de consommation ou de dépendance.

Nous offrons du soutien aux personnes qui ont une dépendance et à leurs proches.

- Alcool, drogue, jeux de hasard, cyberdépendance (internet, jeux vidéo, réseaux sociaux)

Pour plus d'information :



Accueil psychosocial de votre CLSC. (voir p. 4)

Contactez le Centre de réadaptation en dépendance de Montréal



514 385-1232



Il existe plusieurs points de service sur l'île de Montréal.

Urgence dépendance (18 ans et plus)

Vous vivez une situation de crise liée à la consommation de drogues ou d'alcool, ou liée à des jeux de hasard et d'argent.

Urgence dépendance est accessible 24 h/7 jours. On offre des services d'accueil, d'évaluation, d'observation, d'intervention et de référence.

Critères d'admissibilité:

- avoir 18 ans et plus;
- être volontaire;
- avoir un problème de consommation de drogues ou d'alcool ou de jeux de hasard et d'argent,
- vivre une situation de crise ou avoir un besoin à court terme immédiat (endroit sécuritaire pour 48 heures).

Pour nous joindre:



514 288 1515

Présentez-vous directement sur place pour obtenir de l'aide



110 A Rue Prince Arthur Ouest

Personnes âgées

Prévention des chutes

Vous voulez être actif en toute sécurité et éviter de tomber.

2 programmes sont offerts :

- **Programme Intégré d'Équilibre Dynamique (PIED)** permet de pratiquer des exercices pour améliorer la force des jambes et l'équilibre.
- **Vivre en équilibre** permet d'apprendre des stratégies pour réduire la peur de tomber et d'intégrer quelques exercices en position assise.

Pour vous inscrire :

 514 765-8513

Critères de participation :

- ✓ Avoir 65 ans et plus
- ✓ Vivre à la maison et être autonome
- ✓ Être tombé dans la dernière année ou avoir peur de tomber

Soutien aux personnes en perte d'autonomie

Vous avez du mal à faire seul les actions de la vie de tous les jours. Vous ne pouvez pas vous déplacer pour avoir des soins?

Selon votre situation, vous pouvez avoir les services suivants :

- Soins infirmiers
- Ergothérapie
- Physiothérapie
- Nutrition
- Soins de fin de vie
- Visite d'un médecin
- Visite d'un travailleur social
- Et plus!

Pour prendre rendez-vous :

 514 940-3121

 sadr.jmance@ssss.gouv.qc.ca

Personnes en situation d'itinérance

Équipe itinérance (18 ans et plus)

Vous n'avez pas de domicile fixe.
Vous ne savez pas par où commencer pour avoir du soutien.

Pour consulter avec rendez-vous en semaine :

Point de service : CHSLD Saint-Henri

 610, rue St Alphonse

 514-931-2135

 Horaire variable

Santé sexuelle

Clinique jeunesse 14-25 ans

(Les jeunes de 13 ans et moins sont admissibles et doivent être accompagnés d'un adulte)

Services en santé sexuelle seulement

- Dépistage et traitement des ITSS avec et sans symptôme génitaux-anal-urinaire
- Contraception d'urgence
- Contraceptions (pilule contraceptive, stérilet, implant, etc.)
- Injection DepoProvera
- Test de grossesse
- Test PAP (offert à l'âge de 25 ans)
- Consultations et références pour ambivalence ou interruption volontaire de grossesse

Pour prendre rendez-vous :



CLSC de Verdun
514 766-0546



CLSC de St-Henri
514 933-7541



CLSC de Ville-Émard-Côte-St-Paul
514 766-0546



clicsante.ca

Clinique de planification familiale

Services offerts

- Interruption volontaire de grossesse (avortement)
- Soutien par une équipe formée de personnel infirmier, d'un médecin et de travailleurs sociaux
- Contraception (stérilet)
- Dépistage ITSS (femmes seulement)

Pour prendre rendez-vous :



CLSC Sainte-Catherine
514 527-2361, option 3,
poste 203674



Centre des rendez-vous en avortement de Montréal
514 380-8299

Services intégrés de dépistage et de prévention du VIH/SIDA et autres ITSS (SIDEP+)

Vous êtes un HARSAH (hommes ayant des relations sexuelles avec d'autres hommes) ou une personne transgenre?

Consultez notre équipe pour:

- Dépistage ITSS
- Prophylaxie pré-exposition (PRÉP)
- Prophylaxie postexposition (PPE)

Pour prendre rendez-vous :



clients3.clicsante.ca/4009



CLSC Faubourgs - Visitation
514 527-9565, option 1,
poste 201480

Autisme, déficiences physiques et intellectuelles

Services en déficience intellectuelle et/ou autisme (trouble du spectre de l'autisme)

Vous ou votre enfant avez reçu un diagnostic de déficience intellectuelle, du trouble de la communication sociale ou d'autisme (trouble du spectre de l'autisme). Consultez notre équipe pour :

- Comprendre les défis de votre diagnostic
- Favoriser votre autonomie (ex. gestion des émotions, budget, emploi, etc.)
- Vous adapter à vos activités de tous les jours
- Trouver les bonnes ressources (ex. répit, transport adapté, subvention, etc.)

Pour plus d'information :



Accueil psychosocial de votre CLSC. (voir p. 4)

Autisme, déficiences physiques et intellectuelles

Services psychosociaux de première ligne pour les sourds signeurs

Vous ou votre proche êtes sourds, vous avez plus de 18 ans et communiquez en LSQ ou autre langue des signes que l'ASL.

- Évaluation et orientation vers les services requis
- Suivi psychosociaux de première ligne
- Soutien à la communication
- Intervention auprès des parents sourds et de leurs enfants entendants

Communiquez avec nous



En personne : CRDP Raymond-Dewar, 3800 rue Radisson, Mtl



1e_montreal@raymond-dewar.gouv.qc.ca



Texto (SMS) : 514 246-9957

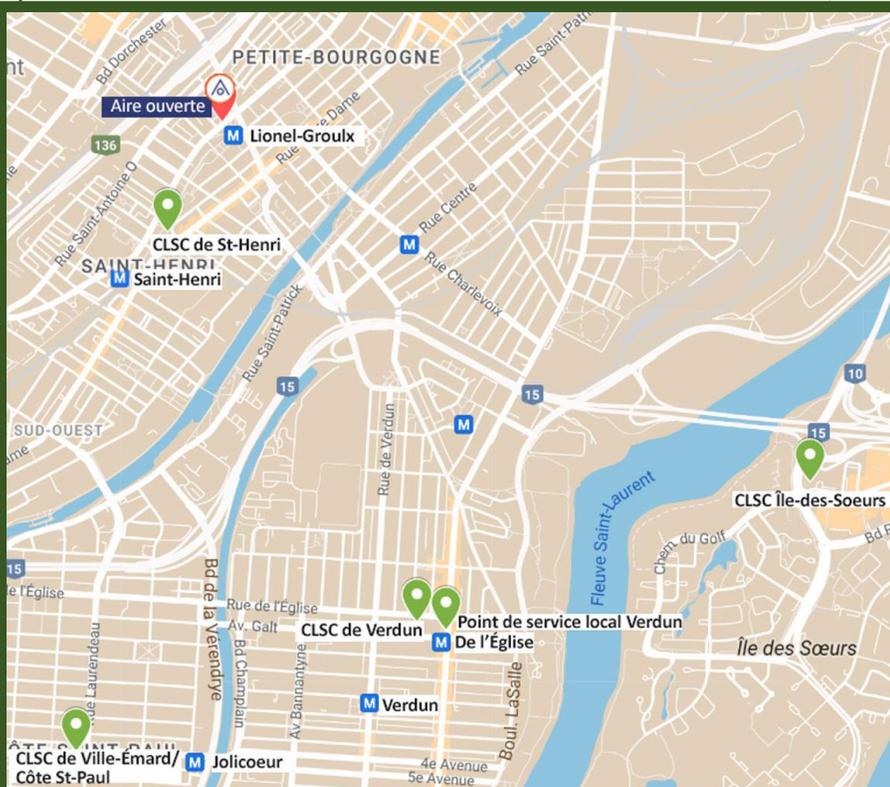


Skype : programme Sourds



ATS : 514 284-3747 poste 362

Adresses et heures d'ouverture



CLSC de Verdun

400, rue de l'Église
514 766-0546

Lundi au vendredi : 8 h à 20 h
Sam. et dim. : 8 h à 12 h, 13 h à 16 h



CLSC Île-des-Soeurs

1, Place du commerce, local 300
514 766-0546

Lundi au vendredi : 7 h à 15 h



CLSC de Ville-Émard-Côte-St-Paul

6161, rue Laurendeau
514 766-0546

Lundi au vendredi : 8 h à 16 h



CLSC de St-Henri

3833, rue Notre-Dame Ouest
514 933-7541

Lundi, mercredi, vendredi : 8 h à 16 h
Mardi et jeudi : 8 h à 20 h
Samedi : 8 h à 16 h



Point de service local Verdun

4155, rue Wellington
514 644-4545

Lundi, mardi, jeudi, vendredi et samedi : 8 h à 16 h

Mercredi : 11 h à 19 h

Dimanche et jours fériés : Fermé



Aire ouverte (site satellite)

3181 rue Saint-Jacques
438 832-2270

Lun - ven : 9 h à 17 h

Centre intégré universitaire de santé et de services sociaux du Centre-Sud-de-l'Île-de-Montréal

Québec

Pour les professionnels du CCSMTL, veuillez-vous référer à l'extranet pour la dernière version à jour : [Page d'accueil de l'extranet / Directions cliniques / Direction des services généraux et des partenariats urbains / Santé publique territoriale, organisation communautaire, activités de prévention et vaccination / Prévention, promotion et surveillance de la santé / Accès aux services de première ligne du CCSMTL](#)

Document préparé par l'équipe de santé publique territoriale - Prévention, promotion et surveillance de la santé
Pour toutes questions ou demandes de modifications : prevention.promotion.ccsmtl@sss.gouv.qc.ca