

# GUIDE

DE FONCTIONNEMENT  
DU SYSTÈME DE

# SANTÉ

À TERRE-NEUVE-ET-LABRADOR





1<sup>re</sup> édition, février 2022  
Mise à jour - Mars 2025

*\*\* Si vous avez des questions ou des commentaires à propos de ce guide, veuillez contacter le Réseau Santé en français de Terre-Neuve-et-Labrador, à l'adresse suivante : [sante@fftnl.ca](mailto:sante@fftnl.ca) ou composez le 709-800-6200. Pour accéder à la version en ligne de ce guide sur les services de santé à l'intention des nouveaux arrivants, veuillez visiter le <https://www.francoctl.ca/immigrationsante>*

*Veuillez prendre note que les informations mentionnées dans le présent guide peuvent changer à tout moment ou ne plus être à jour. En effet, la mise à jour de certains sites web relève des propriétaires de ces sites.*

*Pour alléger le texte, le genre masculin est utilisé comme genre neutre, sans discrimination.*



Immigration, Refugees  
and Citizenship Canada

Immigration, Réfugiés  
et Citoyenneté Canada



Santé  
immigration  
francophone



Société Santé  
en français

## TABLE DES MATIÈRES

<b>1.</b>	<b>INTRODUCTION</b> .....	4	<b>5.</b>	<b>SPÉCIFICITÉ FRANCOPHONE</b> .....	15
				Accès linguistique et services en français .....	15
<b>2.</b>	<b>LE SYSTÈME DE SOINS DE SANTÉ DU CANADA</b> .....	5	<b>6.</b>	<b>LA SANTÉ MENTALE</b> .....	16
				Qu'est-ce que la santé mentale .....	16
				Besoin d'aide immédiatement .....	17
<b>3.</b>	<b>LE SYSTÈME DE SOINS DE SANTÉ À TERRE-NEUVE-ET-LABRADOR</b> .....	6	<b>7.</b>	<b>RESSOURCES ET SERVICES DE SANTÉ</b> .....	18
	3.1. Gestion du système de santé .....	6		Ressources provinciales .....	18
	3.2. Le programme d'assurance-maladie provincial .....	7		Ressources de la zone urbaine de l'Est et de la zone rurale de l'Est .....	24
	3.3 L'assurance maladie personnelle (privée) .....	9		Ressources de la zone de l'Ouest et du Centre .....	26
				Ressources de la zone de Labrador-Grenfell .....	28
<b>4.</b>	<b>ACCÈS AUX SERVICES DE SOINS DE SANTÉ</b> .....	10		<b>RÉFÉRENCES</b> .....	30
	Urgences .....	10			
	Zone de l'Ouest .....	10			
	Zone urbaine de l'Est .....	11			
	Zone rurale de l'Est .....	11			
	Zone du Centre .....	11			
	Zone de Labrador-Grenfell .....	11			
	Pour vos problèmes de santé non-urgents .....	12			





# 1. INTRODUCTION

## Bienvenue à Terre-Neuve-et-Labrador!

Déménager dans un nouveau pays et tenter de s'intégrer dans sa nouvelle communauté peut être très stressant. Dans ce contexte, naviguer le système de santé peut représenter des défis particuliers pour les nouveaux arrivants qui choisissent de s'installer à Terre-Neuve-et-Labrador. L'objectif de ce guide est donc de faciliter la compréhension du système de santé de la province pour les nouveaux arrivants.

### Qu'est-ce que le guide sur les services de santé à l'intention des nouveaux arrivants à Terre-Neuve-et-Labrador ?

Le Guide de fonctionnement du système de santé de Terre-Neuve-et-Labrador pour les nouveaux arrivants vous renseigne sur :

- le fonctionnement du système de santé à Terre-Neuve-et-Labrador;



- comment accéder aux services de santé ;



- à qui et à quel endroit demander de l'aide.



## VOTRE ATTENTION S'IL VOUS PLAÎT

### En cas d'urgence

- Composez le 911 lorsque vous avez besoin de soins d'urgence pour des symptômes comme de fortes douleurs à la poitrine ou de la difficulté à respirer.
- Composez le 911 pour les services d'urgence (police, pompiers ou ambulance).
- Vous recevrez une facture par la poste pour les services ambulanciers.





## 2. LE SYSTÈME DE SOINS DE SANTÉ DU CANADA

Le système public de soins de santé du Canada assure la couverture universelle pour les services de santé médicalement nécessaires. Ces services sont offerts selon les besoins plutôt que la capacité de payer. Les provinces et les territoires ont la responsabilité de gérer et de fournir la majorité des services de soins de santé du Canada. Les coûts des services hospitaliers et médicaux sont pris en charge par les provinces et les territoires. Une carte d'assurance provinciale ou territoriale est nécessaire pour accéder aux soins sous la couverture universelle du Canada.

*Pour en savoir plus, voir [Le système des soins de santé du Canada - Canada.ca](http://Le_système_des_soins_de_santé_du_Canada_-_Canada.ca)*



# 3.

## LE SYSTÈME DE SOINS DE SANTÉ À TERRE-NEUVE-ET-LABRADOR

### 3.1. GESTION DU SYSTÈME DE SANTÉ

À Terre-Neuve-et-Labrador, le ministère de la Santé et des Services communautaires est responsable de l'orientation stratégique générale et des priorités en matière de santé et de services communautaires dans l'ensemble de la province.

Santé TNL (NL Health Services), l'autorité de santé provinciale est responsable de la prestation des soins de santé dans toute la province de Terre-Neuve-et-Labrador.

Santé TNL, l'autorité de santé provinciale (NL Health Services) a la responsabilité de superviser, de gérer et de contrôler la prestation des services de santé. Ces services incluent :



Les soins hospitaliers



La promotion de la santé



Les soins continus et de longue durée



La santé communautaire



Les services de santé mentale et de toxicomanie



Et plusieurs autres.

### Gouvernance et responsabilisation

À Terre-Neuve-et-Labrador, il existe une régie de santé provinciale qui est divisée en cinq zones :

- ▶ Zone de Labrador-Grenfell
- ▶ Zone de l'Ouest
- ▶ Zone du Centre
- ▶ Zone rurale de l'Est
- ▶ Zone urbaine de l'Est

## 3.2. LE PROGRAMME D'ASSURANCE-MALADIE PROVINCIAL

Le Régime d'assurance-soins médicaux (MCP) de Terre-Neuve-et-Labrador est un régime complet qui couvre le coût des services médicaux des résidents de la province. Le régime a plusieurs volets : le régime d'assurance-soins médicaux, le régime d'assurance-hospitalisation et le programme de médicaments sur ordonnance (NLPDP).

**Régime d'assurance-soins médicaux (MCP) :** [www.gov.nl.ca/hcs/mcp/fr/](http://www.gov.nl.ca/hcs/mcp/fr/)

**Régime d'assurance-hospitalisation** [www.gov.nl.ca/hcs/mcp/fr/hospitalplan/](http://www.gov.nl.ca/hcs/mcp/fr/hospitalplan/)

\*Tous les bénéficiaires du Régime d'assurance-soins médicaux (MCP) ont automatiquement la protection du régime d'assurance-hospitalisation

### Carte d'assurance-maladie et le régime d'assurance-soins médicaux et d'assurance-hospitalisation

Ce régime permet et garantit l'accès universel aux services médicaux et hospitaliers aux résidents de la province. Autrement dit, la plupart des soins et des services de santé de base sont couverts par ce régime, la carte MCP (Medical Care Plan).



La carte MCP couvre gratuitement les services suivants :



consultation au cabinet d'un médecin, à l'hôpital ou à la résidence du bénéficiaire ;



interventions chirurgicales, examens diagnostiques et interventions thérapeutiques, y compris les anesthésies ;



soins postopératoires et préopératoires ;



soins complets de maternité ;



Et plusieurs autres

**Pour la liste complète :**  
<https://www.gov.nl.ca/hcs/mcp/fr/>

**Régime d'assurance-soins médicaux (MCP) de Terre-Neuve-et-Labrador**  
45 Major's Path  
St-Jean, TNL A1A 4Z9

**Téléphone : 709 758-1600**  
**Numéro sans frais : 1 866 449-4459**



## Suis-je admissible ?

Les personnes admissibles à l'assurance médicale provinciale sont les suivantes :

- 1) Les citoyens canadiens ;
- 2) Les immigrants reçus/résidents permanents ;
- 3) Les travailleurs étrangers (ayant un contrat ou permis de travail de plus de 12 mois) ;
- 4) Les étudiants étrangers qui étudient à temps plein dans un établissement postsecondaire (jusqu'à 90 jours après la fin du programme).

Pour en savoir plus, cliquez [www.gov.nl.ca/hcs/mcp/fr/](https://www.gov.nl.ca/hcs/mcp/fr/)

## Obtenir votre carte MCP

Pour obtenir votre carte MCP, vous devez soumettre le formulaire rempli accompagné de **copies** de tous les documents requis et l'**envoyer par la poste**. Les formulaires en français sont ici :

*Renseignements en français - Health and Community Services (gov.nl.ca)*

Les non-Canadiens qui s'installent à Terre-Neuve-et-Labrador doivent fournir des copies de haute qualité pour obtenir leur carte MCP :

<https://www.gov.nl.ca/hcs/mcp/fr/#Couverturedesoins>

- Documents d'immigration valides** pour au moins un an (permis de travail ou permis d'études) ;
  - Passeport valide ;**
  - Lettre de l'université ou de l'employeur** (délivrée depuis votre arrivée à Terre-Neuve-et-Labrador confirmant votre inscription à temps plein ou votre emploi pendant au moins un an) ;
- OU
- Carte de résident permanent** (une copie du recto verso).

## Le programme de santé pour les personnes protégées, y compris les réfugiés : Programme fédéral de santé intérimaire (PSFI)

Le Programme fédéral de santé intérimaire offre aux personnes protégées, y compris les réfugiés réinstallés et les demandeurs d'asile une protection en matière de soins de santé limitée et temporaire, des visites chez le médecin et à l'hôpital, certains médicaments et certains soins dentaires et de la vue.

*Programme fédéral de santé intérimaire :  
À propos du programme - Canada.ca*



## Programme de médicament sur ordonnance (NLPDP)

Le Programme de médicaments sur ordonnance de Terre-Neuve-et-Labrador (NLPDP) fournit aux résidents admissibles de la province une aide financière pour l'achat de médicaments sur ordonnance admissibles. Le Programme compte cinq régimes principaux : le Foundation Plan, le 65Plus Plan, l'Access Plan, l'Assurance Plan et le Select Needs Plan.

Pour en savoir plus, cliquez :

[www.gov.nl.ca/hcs/prescription/  
nlpdp-plan-overview-fr/](http://www.gov.nl.ca/hcs/prescription/nlpdp-plan-overview-fr/)

[www.gov.nl.ca/hcs/prescription/index-fr/](http://www.gov.nl.ca/hcs/prescription/index-fr/)

## 3.3. L'ASSURANCE MALADIE PERSONNELLE (PRIVÉE)

Cette assurance est une protection qui vous aide à payer les frais non couverts par la carte MCP: services ambulanciers, médicaments sur ordonnance, soins dentaires, soins oculaires, etc.

Référez-vous au site web pour liste complète :

<https://www.gov.nl.ca/hcs/mcp/fr/>

Vous pourriez avoir accès à une assurance maladie privée par l'entremise de votre école ou de votre employeur, mais il y a souvent un délai de trois mois. Vous pouvez également payer pour une assurance privée indépendante.





# 4. ACCÈS AUX SERVICES DE SOINS DE SANTÉ

## Annuaire de santé

Cet annuaire contient les coordonnées et les principales informations sur les centres de santé et les hôpitaux de Terre-Neuve-et-Labrador.



## URGENCES

- **Urgences** : composez le 9-1-1 ; interprétariat disponible sur demande.
- **Ligne Info-Santé (HealthLine)** : composez le 8-1-1 (gratuit) service 24 h sur 24, 7 jours sur 7, 365 jours par année. Interprétariat disponible sur demande.
- **Centre antipoison** : composez le 709 722-1110 ou 1-866 727-1110

## ZONE DE L'OUEST

Les principaux hôpitaux et centres de la zone de l'Ouest sont :

- **Hôpital Sir Thomas Roddick** à Stephenville, composez le 709 643-5111
- **Hôpital Western Memorial Regional** à Corner Brook, composez le 709 637-5000
- **Centre de santé Charles LeGrow** à Port aux Basques, composez le 709 695-2175
- **Clinique médicale Cape St. George-Degras** à Cap-Saint-Georges, composez le 709 644-2660

*\*Services d'interprétariat en personne (Stephenville) ou par téléphone disponibles sur demande.*

## ZONE DE LABRADOR-GRENFELL

Les principaux hôpitaux et centres de la zone de Labrador-Grenfell sont :

- **Centre de santé Labrador West Health Centre** à Labrador City composez le 709 944-2632
- **Centre de santé Labrador** à Happy Valley-Goose Bay composez le 709 897-2000
- **Hôpital Charles S. Curtis Memorial** à St. Anthony composez le 709 454-3333

*\*Services d'interprétariat en personne (Labrador City) et par téléphone disponibles sur demande.*

## ZONE DU CENTRE

Les principaux hôpitaux et centres de la zone du Centre sont :

- **Centre de santé Central Newfoundland Regional** à Grand Falls-Windsor composez le 709 292-2500
- **Centre de santé James Paton Memorial Regional** à Gander composez le 709 256-2500
- **Centre de santé communautaire de la Baie d'Espoir** à Baie d'Espoir composez le 709 538-3244

*\*Services d'interprétariat par téléphone disponibles sur demande.*

## ZONE URBAINE DE L'EST

Les principaux hôpitaux et centres de la zone urbaine de l'Est sont :

- **Le Health Sciences Centre : Hôpital Général et le Janeway Children's Health and Rehabilitation Centre**, composez le 709 777-6300
- **Hôpital St. Clare's Mercy**, composez le 709 777-5000
- **Mental Health and Addictions Centre**, composez le 709 777-3300

*\*Services d'interprétariat en personne ou par téléphone disponibles sur demande.*

## ZONE RURALE DE L'EST

Les principaux hôpitaux et centres de la zone rurale

- **Centre de santé de la péninsule Bonavista**, à Bonavista composez le 709 468-7881
- **Centre de santé de la péninsule de Burin**, à Burin composez le 709 891-1040
- **Hôpital général de Carbonear**, à Carbonear composez le 709 945-5111
- **Hôpital Dr. G.B. Cross Memorial**, à Clarendville composez le 709 466-3411
- **Hôpital DR. A. A. Wilkinson Memorial**, à Old Perlican composez le 709 587-2200

*\*Services d'interprétariat en personne ou par téléphone disponibles sur demande.*



## POUR VOS PROBLÈMES DE SANTÉ NON URGENTS :

- Rendez-vous chez votre fournisseur de soins de santé primaires, c'est-à-dire : un **médecin de famille** ou un **infirmier praticien**.
- Si vous cherchez un médecin de famille qui accepte de nouveaux patients, veuillez vous référer au site


<https://findadoctornl.ca>  
(en anglais seulement).

**Patient Connect NL** est une liste provinciale de personnes ayant indiqué qu'elles n'avaient pas de fournisseur de soins primaires (médecin de famille ou infirmier praticien/infirmière praticienne) à Terre-Neuve-et-Labrador (<https://www.gov.nl.ca/hcs/patient-connect-nl/patient-connect-nl-fr/>).

Les renseignements fournis sur cette plateforme seront utilisés pour planifier et améliorer l'accès aux soins de santé primaires à T.-N.-L. L'objectif consiste à mettre en lien ces personnes avec un fournisseur de soins primaires. Vous pouvez vous inscrire en ligne en cliquant ici :

<https://patientconnect.nlchi.nl.ca/>  
(en anglais seulement).

Si vous n'êtes pas en mesure de vous inscrire en ligne, veuillez composer le 1-833-913-4679.



## RAPPEL : 911 Votre attention s'il vous plaît

- Si vous avez une blessure ou une maladie grave mettant votre vie en danger, composez le 911 (Interprétariat disponible sur demande) ou rendez-vous immédiatement aux urgences d'un hôpital qui sont ouvertes 24 heures sur 24 et 365 jours par année.



## **Vous pouvez visiter une clinique sans rendez-vous**

Zone urbaine de l'Est

- **Mundy Pond Community Walk-in Clinic**

**Service d'interprétariat disponible  
par téléphone**

**Téléphone : 709 777-1706**

**50 Mundy Pond Rd,  
St-Jean TNL A1E 1V1**

**La clinique est ouverte  
du lundi au vendredi de 8 h à 20 h**

- **Clinique sans rendez-vous**

**Les patients qui se présentent sans  
rendez-vous doivent appeler la clinique  
avant de se présenter pour savoir  
comment ils seront accueillis.**

**260 Blackmarsh Road,  
St-Jean, TNL A1E 1T2**

**Téléphone: 709 576-6555**

**La clinique est ouverte  
Lundi à vendredi - 9 h à 17 h**



## Où consultez le Répertoire des professionnels de santé d'expression française

[FrancoTNL.ca/RepertoireSante](https://FrancoTNL.ca/RepertoireSante)

Services offerts par les médecins de famille :

Le médecin peut vous examiner, diagnostiquer et traiter des maladies courantes comme la grippe. Vous pouvez aussi consulter un médecin de famille si :



Vous avez besoin de renouveler votre ordonnance pour vos médicaments;



Vous avez un problème de santé et que vous devez voir un spécialiste, par exemple, un dermatologue ou un cardiologue (référence requise);



Vous avez besoin d'une prise en charge pour un problème de santé quelconque;



Vous avez besoin de faire votre bilan annuel de santé;



Vous devez effectuer des tests de dépistage de routine pour certaines maladies, par exemple, le diabète;



Etc.

## Ligne Info-santé 811

- La ligne de santé peut vous aider à décider des mesures à prendre pour gérer votre santé physique et mentale, et la santé de votre famille.
- Il y a plus de 811 raisons d'appeler et de parler au personnel infirmier autorisé 24 heures sur 24, 7 jours sur 7. Le numéro 811 est une ligne téléphonique confidentielle et gratuite accessible à tous les résidents de Terre-Neuve-et-Labrador.

<https://www.811healthline.ca/fr/>

## Soins virtuels

- La ligne Info-Santé 811 a des infirmiers praticiens en service. Des rendez-vous en télésanté peuvent également être pris avec un infirmier praticien pour des problèmes de santé non urgents grâce à un appel téléphonique ou une vidéoconférence. Les rendez-vous pour les soins de télésanté sont de 8 h à 20 h du lundi au vendredi.
- L'interprétation est disponible par téléphone. La clinique en ligne Medicuro (Medicuro | Virtual Health Clinic) offre des rendez-vous avec un médecin de famille par téléphone ou par vidéo. Ils offrent également des rendez-vous payants pour les individus sans carte MCP.





# 5. SPÉCIFICITÉ FRANCOPHONE : ACCÈS LINGUISTIQUE ET SERVICES EN FRANÇAIS

Un service d'interprétariat est offert aux établissements de NL Health Services 24 heures par jour, 7 jours par semaine. Le service est disponible en personne (dans certains endroits) ou par téléphone. Pour obtenir un service d'interprétariat, demandez-le à la réception une fois rendue à la clinique ou à l'hôpital.

<https://nlhealthservices.ca/>  
(en anglais seulement)



# 6. LA SANTÉ MENTALE

Il faut dire tout d'abord que la santé mentale fait partie de notre santé générale et elle n'est pas une histoire de classe sociale, de couleur de la peau, de revenu ou d'âge, nous y sommes tous confrontés. Il est donc important d'en prendre soin.

En tant que nouvel arrivant, il est possible que vous viviez plus de stress, de conflits familiaux, d'isolement, de dépression ou d'anxiété dans votre pays d'accueil. Demandez à votre médecin de famille ou un infirmier praticien comment prendre soin de votre santé mentale.

## QU'EST-CE QUE LA SANTÉ MENTALE

La santé mentale est l'état de votre bien-être psychologique et émotionnel. La santé mentale est une ressource indispensable pour mener une vie saine et un élément essentiel de l'état de santé général. La santé mentale n'est pas synonyme de maladie mentale. Toutefois, une santé mentale affaiblie peut entraîner une maladie mentale ou physique. Pour en savoir plus :

À propos de la santé mentale - [Canada.ca](http://Canada.ca)

La maladie mentale se définit par la capacité réduite d'une personne de fonctionner efficacement pendant une longue période de temps en raison :

- de niveaux de détresse considérables
- de perturbations de la façon de penser, de l'humeur ou du comportement
- d'un sentiment d'isolement, de solitude et de tristesse
- du sentiment d'être déconnecté des gens et des activités

La maladie mentale peut être causée par plusieurs facteurs, incluant des facteurs génétiques qui sont influencés par votre histoire familiale, des expériences négatives dans la petite enfance, des événements stressants de la vie, et autres. Tout comme pour la santé physique, le système de santé au Canada offre également des services de santé mentale.

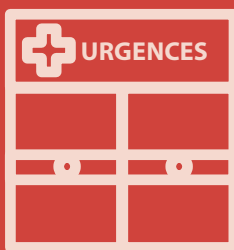
## BESOIN D'AIDE IMMÉDIATEMENT ?

Si vous traversez une crise ou si vous vous inquiétez pour la sécurité d'un-e proche, de l'aide est disponible **24/24h, 7/7j** :



- **Appelez le 911** : En cas d'urgence ou de danger immédiat.
- **988 : Ligne d'aide bilingue en cas de crise suicidaire**
- **811 Info-Santé** : Pour parler à un-e infirmier-ère et être orienté-e vers les services de santé mentale.

- **Rendez-vous au service des urgences de l'hôpital le plus proche.**



- **Bridge the gApp** : Trouvez des ressources adaptées à votre besoin : [www.bridgethegapp.ca](http://www.bridgethegapp.ca)



# 7

## RESSOURCES ET SERVICES DE SANTÉ

Vous trouverez ci-dessous les coordonnées et les informations sur les centres de santé et autres organismes qui fournissent des ressources et des soins de santé à Terre-Neuve-et-Labrador.

### RESSOURCES PROVINCIALES

#### Alcoholics Anonymous (AA)

Les Alcooliques anonymes sont des groupes de soutien composés de personnes qui partagent leur expérience, leur force et leur espoir de résoudre leur problème d'alcoolisme. La seule condition pour être membre est le désir d'arrêter de boire. Il n'y a pas de cotisations ni de frais d'adhésion pour les membres.

> *Service disponible en anglais.*

Une liste des groupes de soutien disponibles dans la province est accessible au lien suivant :

[www.drugrehab.ca/newfoundland-aa-meetings.html](http://www.drugrehab.ca/newfoundland-aa-meetings.html)

#### Alzheimer Society of Newfoundland and Labrador

Cet organisme fournit des informations, des ressources, du soutien et des conseils à propos de la maladie d'Alzheimer et des démences.

> *Service disponible en anglais.*

> [Ressources disponibles en anglais et en français.](#)

[www.alzheimer.ca/en/nl](http://www.alzheimer.ca/en/nl)

709 576-0608

1 877 776-0608

info@alzheimernl.ca

107 - 835 Topsail Road  
Mount Pearl

#### Bridge the gApp – Government of Newfoundland and Labrador

Bridge the gApp est un site Web de promotion de la santé mentale qui propose aux adultes et aux jeunes, des ressources en ligne conçues pour favoriser le mieux-être mental. Le site Web donne accès à un répertoire de programmes et de services, à un centre de ressources, à différentes astuces pour améliorer la santé mentale ainsi qu'à une boîte à outils.

> [Service et ressources disponibles en anglais et en français.](#)

[www.bridgethegapp.ca](http://www.bridgethegapp.ca)

709 729-3658

bridgethegapp@gov.nl.ca

P.O. Box 8700 1st Floor, West Block  
Confederation Building

## Association canadienne pour la santé mentale - Division TNL

Cette association promeut une meilleure compréhension de la santé mentale et de la maladie mentale dans la province. C'est à travers le plaidoyer, l'éducation du public, la recherche et le service que l'Association soutient la résilience et le rétablissement de personnes souffrant de maladie mentale.

- > *Service et ressources disponibles en anglais.*

[www.cmhanl.ca](http://www.cmhanl.ca)

709 753-8550  
1 877 753-8550  
603 Topsail Road  
Saint-Jean

CMHA-NL Western Regional Office  
709 643-5553  
1 855 643-5553

CMHA-NL Central Regional Office  
709 489-3302  
1 855 489-3302

## Lifewise

Cet organisme provincial a pour but de construire et de renforcer les réseaux d'entraide pour les personnes qui vivent avec des problèmes de santé mentale. Plusieurs services et programmes sont offerts tels que : le soutien par les pairs, le soutien aux familles et la mise en place de groupes d'entraide ou d'ateliers sur le bien-être.

- > *Service disponible en anglais.*

[www.lifewisenl.ca](http://www.lifewisenl.ca)

709 753-7738  
admin@channal.ca

Bureau St-Jean  
709 753-1138  
70 The Blvd, Unit 2  
Saint-Jean

Bureau de Grand-Fall-Windsor  
709 489-0035  
2A Bank Road Suite B  
Grand-Fall-Windsor

Bureau de Stephenville  
709 643-4361  
106-108 Carolina Drive, Suite 1  
Stephenville

## Lifewise - Services de santé mentale par des pairs

Une assistance téléphonique est offerte tous les jours aux personnes désirant parler à un pair formé.

- > *Service disponible en anglais et en français.*

Ligne d'écoute / Warm Line  
709 753-2560 (anglais)  
855 753-2560 (anglais)  
709 753-5460 (français)  
833 753-5460 (français)

## Commission de la santé mentale du Canada

La Commission de la santé mentale du Canada (CSMC) est responsable de la conception et de la diffusion de programmes et d'outils novateurs qui favorisent la santé mentale et le bien-être.

- > *Service disponible en anglais et en français.*  
*Ressources disponibles en anglais et en français*

Texter « MIEUX » à 741741  
pour parler à un intervenant  
de crise qualifié.

[www.commissionsantementale.ca](http://www.commissionsantementale.ca)



<p><b>DoorWays Mental Health Walk-in Clinics</b></p> <p>DoorWays est un service de consultation disponible sans rendez-vous ni référence. Les professionnels de la santé rencontrent des personnes pour discuter de leurs préoccupations selon le principe du premier arrivé, premier servi. L'appui est axé sur les besoins de l'utilisateur, tels que la famille, la santé, le deuil, le travail, les relations, le stress, l'anxiété, la dépression, la consommation d'alcool ou de drogues. DoorWays n'est pas un service d'urgence. Il existe plusieurs cliniques sans rendez-vous dans la province.</p> <p>&gt; <i>Service disponible en anglais.</i></p>	<p>* Possibilité de demander un service d'interprétation en français</p> <p><a href="https://nl.bridgethegapp.ca/service-directory/doorways-walk-in-clinic-counselling/">https://nl.bridgethegapp.ca/service-directory/doorways-walk-in-clinic-counselling/</a></p>
<p><b>Ligne d'aide pour les problèmes de jeu</b></p> <p>Cette ligne d'écoute gratuite offre du soutien 24 heures sur 24 pour toute personne concernée par le jeu excessif. Elle est offerte à l'ensemble de la province.</p> <p>&gt; <i>Service disponible en anglais.</i></p>	<p><b>1-888-899-HELP (4357)</b> <b>1 800 363-5864</b></p>
<p><b>Gouvernement de TNL – COVID-19</b></p> <p>Nouvelles, informations et ressources sur la COVID-19, incluant les directives de santé publique, des ressources sur les vaccins contre la COVID-19 et le passeport vaccinal.</p> <p>&gt; <a href="#">Ressources en anglais et en français</a></p>	<p><a href="#">Accueil - COVID-19 (gov.nl.ca)</a></p>
<p><b>Gouvernement de TNL - Vaccination</b></p> <p>La vaccination joue un rôle important dans la santé publique, puisqu'elle empêche de nombreuses personnes d'être atteintes d'une maladie transmissible, réduisant ainsi le risque auquel ces personnes et les autres sont exposés. Le gouvernement provincial offre des ressources et informations sur la vaccination à TNL.</p> <p>&gt; <a href="#">Ressources en anglais et en français</a></p>	<p><a href="#">Vaccination - Health and Community Services (gov.nl.ca)</a></p>

### **Strongest Families Institute / Institut Familles solides (SFI)**

Strongest Families Institute / Institut Familles solides (SFI) est une organisation caritative primée qui s'appuie sur 23 années de recherche en sciences sociales.

Nos services de santé mentale bilingues, fondés sur des données probantes, sont disponibles pour les enfants, les jeunes, les adultes et leurs familles... au moment et à l'endroit où ils en ont besoin.

Les services à distance de SFI, scientifiquement prouvés, améliorent la santé mentale et le bien-être en tirant parti des avantages des meilleures connaissances scientifiques, de nos coachs téléphoniques hautement qualifiés et de notre technologie innovante (IRIS).

> [\*Service disponible en anglais et en français\*](#)

Pour s'inscrire :

<https://strongestfamilies.com/fr/>

**1 866 470-7111**

**info@strongestfamilies.com**

### **Jeunesse, J'écoute**

Jeunesse, j'écoute est un service de consultation professionnel pour les jeunes à l'échelle du pays qui est accessible en tout temps. On offre un service d'intervention professionnelle, d'information et de ressources, ainsi qu'un service de soutien bénévole par messagerie texte.

> [\*Service disponible en français et en anglais.\*](#)

[www.jeunessejecoute.ca](http://www.jeunessejecoute.ca)

**1 800 668-6868**

**atlantic@jeunessejecoute.ca**

**Envoyer un SMS texto « Parler » au 686868 pour parler à un intervenant de crise qualifié**

Disponible 24/7

### **Ligne Info-santé 811**

La ligne de santé peut vous aider à décider des mesures à prendre pour gérer votre santé physique et mentale, et la santé de votre famille. Attention, ce n'est pas une ligne pour les urgences. Les infirmiers de la ligne santé peuvent également fournir des informations sur les services de santé dans votre région.

> [\*Service disponible en anglais et en français.\*](#)

[www.811healthline.ca](http://www.811healthline.ca)

**811**

**1 888 709-2929**

### **Lignes d'aide et intervenants-pivots (Mental Health and Addictions Systems Navigator)**

Intervenant-pivot en santé mentale et en toxicomanie

Avez-vous du mal à vous retrouver au sein du système de santé ou à joindre un fournisseur de services ?

Notre intervenant-pivot aide les particuliers, les membres de la famille et les intervenants de toute la province à :

- résoudre leurs problèmes de manière à déterminer les prochaines étapes;
- étudier les options offertes et trouver le service adéquat en santé mentale ou en toxicomanie;
- obtenir de l'aide pour tisser des liens.

709 752-3916  
ou le 1-877-999-7589

> *les appels SRV sont acceptés.*

<https://www.gov.nl.ca/hcs/mentalhealth-committee/mentalhealth/helplines-and-navigator-fr/>

### **Ligne de crise en santé mentale**

Cette ligne d'écoute gratuite est disponible 24 heures sur 24 pour toute situation d'urgence liée à la santé mentale. Elle est offerte à l'ensemble de la province

> *Service disponible en anglais.*

1 888 737-4668

### **Narcotics Anonymous**

Cet organisme offre un groupe de soutien aux personnes aux prises avec des problèmes de toxicomanies.

Une liste des groupes de soutien disponibles à Terre-Neuve-et-Labrador est accessible au lien suivant : [www.drugrehab.ca/na-meetings-in-newfoundland.html](http://www.drugrehab.ca/na-meetings-in-newfoundland.html)

> *Service disponible en anglais.*

709 579-4290

**General Hospital**  
300 Prince Philip Drive / Saint-Jean

**Miller Center**  
100 Forest Road / Saint-Jean

**Hospital Anex**  
38 New Mexico Drive / Stephenville

**Hammond Building**  
169 West Valley Road / Cornerbrook

**Lab City Roman Catholic Church**  
500 Hudson Drive / Labrador City

### National Eating Disorder Information Centre

Par le biais d'un service téléphonique sans frais, cet organisme fournit des informations, des ressources, des références et du soutien aux personnes souffrant de troubles de l'alimentation et à leur famille.

### Eating Disorder Foundation of Newfoundland and Labrador

Accompagnement et soutien à la famille et aux proches, groupes de soutien  
Information et ressources - Section en français sur le site

- > *Service disponible en anglais.*
- > *Ressources disponibles en anglais.*

[www.nedic.ca](http://www.nedic.ca)

1 866 633-4220  
nedic@uhn.ca

<https://www.edfnl.ca/français>

13-15 Pippy Place  
Saint-Jean

709-722-0500  
1-855-722-0500

### Planned Parenthood

Un centre de santé sexuelle à but non lucratif qui offre des cliniques de santé sexuelle et qui promeut une santé positive par le biais de l'éducation, du partenariat communautaire, de l'information et des soins de santé dans un environnement qui soutient la personne.

- > *Service disponible en anglais.*
- > *Ressources disponibles en anglais et en français.*

[www.plannedparenthoodnlshc.com](http://www.plannedparenthoodnlshc.com)

47 St. Clare Ave,  
Saint-Jean  
709 579-1009  
877 666-9847

### Schizophrenia Society of Newfoundland and Labrador

Cet organisme améliore la qualité de vie de ceux affectés par la schizophrénie et la psychose à travers l'éducation, des programmes de soutien, l'influence sur la politique publique et la recherche.

- > *Service disponible en anglais.*

[www.ssnl.org](http://www.ssnl.org)

Bureau central - 709 777-3335  
info@ssnl.org  
18A-18B UB Waterford Hospital  
Waterford Bridge Road  
Saint-Jean  
Bureau régional - Corner Brook  
709 640-5163

### Smoker's Helpline NL

La ligne d'aide pour fumeurs est un service gratuit et confidentiel qui fournit de l'information, des ressources, du soutien et des consultations de motivation pendant que vous tentez de cesser de fumer. Communiquez avec un intervenant par téléphone, texto, courriel ou clavardage en direct.

- > *Service disponible en anglais et en français.*

[www.smokershelp.net/](http://www.smokershelp.net/)

709 726-4664  
1 800 363-5864  
info@nf.lung.ca  
15 Pippy Place, 2nd Floor, Carnell Building  
P.O. Box 13457  
Saint-Jean

### Multicultural Women's Organization of Newfoundland and Labrador

Cet organisme aide les femmes issues de l'immigration à atteindre leurs objectifs pour avancer vers l'égalité et devenir des membres actives de la société canadienne.

- > *Service disponible en anglais.*

[www.mwonl.org](http://www.mwonl.org)

709 726-0321  
Box 9, Nuport Building  
44 Torbay Road  
Saint-Jean

## RESSOURCES DES ZONES URBAINES ET RURALES DE L'EST

### Al-Anon

Les Groupes Familiaux Al-Anon se réunissent pour aider les familles et les amis des alcooliques à se rétablir de l'impact de la consommation d'alcool d'une autre personne.

- > *Service disponible en anglais.*
- > *Ressources disponibles en anglais.*

709 722-2666  
1 888 455-2666  
info.al-anon.nl@nf.aibn.com  
50 Mayor Avenue  
Saint-Jean

### CENTRAL INTAKE for Adult Community Mental Health & Addictions Services – St. John's Area

Ce service permet d'informer et d'aiguiller la clientèle vers diverses ressources et services de santé mentale et de lutter contre les dépendances dans la région de Saint-Jean.

- > *Service disponible en anglais.*

709 752-8888  
Building 532, Pleasantville  
Saint-Jean

### Eating Disorder Counselling – HOPE Program

Ce programme est une initiative de la Eating Disorder Foundation of Newfoundland. Il offre un traitement aux personnes diagnostiquées d'une anorexie mentale, d'une boulimie mentale ou d'un autre trouble de l'alimentation. Ce service est disponible par téléphone et possède un centre au St. Johns Centre for Hope de Renata Elizabeth Withers.

Accompagnement et soutien à la famille et aux proches, groupes de soutien.

Information et ressources - Section en français sur le site.

- > *Service disponible en anglais.*
- > *Ressources disponibles en anglais*

<https://www.edfnl.ca/français>

709 722-0500  
1 855 722-0500  
info@edfnl.ca  
The Carnell Building  
13-15 Pippy Place  
Saint-Jean

### Zone de l'Est – Santé mentale

Les services de santé mentale sont offerts aux enfants et aux jeunes, aux adultes et aux personnes âgées, dont la santé mentale pour des problèmes de toxicomanie, de jeux de hasard, d'addictions et de diverses maladies mentales nécessitant une prise en charge.

- > *Service disponible en anglais.*
- > **Service d'interprétariat en français disponible en personne ou par téléphone.**
- > *Service d'interprétariat pour d'autres langues disponible par téléphone.*
- > *Appelez un-e intervenant-e-pivot en santé mentale et toxicomanie à TNL:  
Téléphone: 1-877-999-7589 ou 709-752-3916*

Concurrent Disorders  
709 777-3330 ou 777-3331

Janeway Family Centre  
709 777-2200

Mental Health and Addictions  
Central Intake for Children and  
Youth  
709 777-2200

Recovery Centre  
709 777-5390

Sexual Assault Nurse Examiner  
Program  
709 777-5501 ou 777-5865

Short Stay Unit  
709 777-3044 ou 777-3046



<p><b>Psychiatric Assessment Unit PAU – Mental Health and Addictions Centre</b></p> <p>Cette unité offre une évaluation psychiatrique 24 heures sur 24, 7 jours par semaine ainsi que des soins psychiatriques pour les patients hospitalisés.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>&gt; <i>Service disponible en anglais.</i></li> <li>&gt; <i>Ressources disponibles en anglais.</i></li> </ul>	<p>709 777-3021 ext. 3022 300 Prince Phillip Drive Saint-Jean</p>
<p><b>Ruah Counselling Centre</b></p> <p>À motivation spirituelle, cet organisme fournit des conseils individuels, en couple et en famille dans les domaines de l'anxiété, de la dépression, du traumatisme, du deuil, du stress, de la colère, des transitions de vie, des relations parentales et interpersonnelles.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>&gt; <i>Service disponible en anglais.</i></li> </ul>	<p><a href="http://www.rcsj.org/ruah-counselling-centre">www.rcsj.org/ruah-counselling-centre</a></p> <p>709 579-0168 ruah@rcsj.org The Lantern Building 35 Barnes Road Saint-Jean</p>
<p><b>Stella's Circle</b></p> <p>Cet organisme propose des logements, du soutien et du travail aux personnes rencontrant des obstacles tels que la maladie mentale, les dépendances, les traumatismes, la justice pénale, l'itinérance et les longues périodes de chômage.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>&gt; <i>Service disponible en anglais.</i></li> </ul>	<p><a href="http://www.stellascircle.ca">www.stellascircle.ca</a></p> <p>709 738-8390 info@StellasCircle.ca Administration Offices 1 42 Military road Saint-Jean</p>
<p><b>The Pottle Centre</b></p> <p>Cet organisme est un centre social pour les personnes concernées par la santé mentale. C'est un endroit sûr et sain pour que les gens puissent socialiser, profiter d'événements spéciaux et s'impliquer.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>&gt; <i>Service disponible en anglais.</i></li> </ul>	<p><a href="http://www.pottlecentre.org">www.pottlecentre.org</a></p> <p>709 753-2143 info@pottlecentre.org 200 Water Street, 2nd Floor Saint-Jean</p>
<p><b>Tuckamore Centre</b></p> <p>Cet organisme est un centre résidentiel provincial de traitement pour les garçons et les filles âgés de 12 à 18 ans ayant des problèmes de santé mentale complexes.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>&gt; <i>Service disponible en anglais.</i></li> <li>&gt; <i>Ressources disponibles en anglais.</i></li> </ul>	<p>709 752-3914 7 Mallow Drive Paradise</p>
<p><b>U-Turn Centre</b></p> <p>U-Turn est un centre d'accueil et de rétablissement pour les personnes toxicomanes. Depuis 2011, il aide les individus et les familles à naviguer dans le processus de rétablissement de la dépendance à une sobriété durable dans un environnement sûr et favorable.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>&gt; <i>Service disponible en anglais.</i></li> </ul>	<p><a href="https://uturnaddictions.org/">https://uturnaddictions.org/</a></p> <p>709 595-3223 info@uturnaddictions.org 19 Industrial Crescent Carbonear</p>

## RESSOURCES DES ZONES DE L'OUEST ET DU CENTRE

### Zone du Centre – Santé mentale

Central Health propose une ligne de tri sans frais pour les services communautaires visant à fournir une évaluation rapide et l'accès rapide à un professionnel de santé mentale approprié.

- > *Service disponible en anglais.*
- > *Service d'interprétariat en français disponible en personne ou par téléphone.*
- > *Service d'interprétariat pour d'autres langues disponible par téléphone.*

<https://nlhealthservices.ca/find-health-care/>

1 844 353-3330

### Dr. Hugh Twomey Health Centre

Ce centre de santé fournit des conseils et du soutien en santé mentale et en toxicomanie.

- > *Service disponible en anglais.*

709 257-2874

25 Twomey Drive, P.O. Box 250  
Botwood

### John Howard Society of Newfoundland and Labrador

Cet organisme offre des services aux anciens contrevenants, jeunes ou adultes. Les services comprennent le conseil individuel, l'insertion en emploi et des références à la communauté.

- > *Service disponible en anglais.*

[www.johnhowardnl.ca](http://www.johnhowardnl.ca)

Stephenville Office

709 643-5894

141 - 147 Main St, Suite 8

Stephenville

Corner Brook Office

709 785-7656

278 Curling St

[rmullins@nf.aibn.com](mailto:rmullins@nf.aibn.com)

## Zone de l'Ouest - Santé mentale

Tous les services de santé mentale assurent la promotion, l'éducation, la prévention, des consultations, des services d'évaluation et des conseils pour les enfants, les adultes, les familles, les groupes et les communautés pour des problèmes santé mentale. Vous pouvez les demander vous-même ou y être orienté par d'autres organismes.

- > *Service disponible en anglais.*
- > *Service d'interprétariat en français disponible en personne ou par téléphone.*
- > *Service d'interprétariat pour d'autres langues disponible par téléphone.*

**Corner Brook — Adult Mental Health Services**  
709 634-4506  
Addiction services  
35 Boone's Road  
Corner Brook

**Deer Lake — Mental Health & Addiction Services**  
709 635-7830  
20 Farm Road  
Deer Lake

**Stephenville— Mental Health Services & Sexual abuse**  
709 643-8740  
Community Services Rehabilitation  
Annex 127 Montana Drive

**Burgeo—Mental Health & Addiction Services**  
709 886-2185  
Calder Health Care Center  
P. O. Box 614  
Burgeo

**Port aux Basques— Mental Health & Addiction Services**  
709 695-6250  
P. O. Box 544  
Port aux Basques

**Norris Point—Mental Health & Addiction Services**  
709 458-2381 ext. 266  
Bonne Bay Health Centre  
P. O. Box 70 Norris Point Bonne Bay

**Port Saunders—Mental Health & Addiction Services**  
709 861-9125  
Rufus Guinchard Health Centre  
P. O. Box 40  
Port Saunders

## RESSOURCES DE LA ZONE DE LABRADOR-GRENFELL

### **Captain William Jackman Memorial Hospital, Community Mental Health Agencies**

Cet organisme fournit des services aux individus, aux familles et aux groupes. Les services sont fournis par le personnel spécialisé en santé mentale, soit des infirmiers, des travailleurs sociaux ou un ergothérapeute.

> *Service disponible en anglais.*

709 944-9251  
Mental Health Department  
410 Booth Avenue  
Labrador City



## Zone de Labrador-Grenfell – Santé communautaire et santé mentale

Le personnel de la santé mentale et de toxicomanie offrent divers services aux résidents de la région pour aider les individus, les familles et les communautés avec leurs dépendances et/ou leurs problèmes de santé mentale.

- > *Service disponible en anglais.*
- > **Service d'interprétariat en français disponible en personne ou par téléphone.**
- > *Service d'interprétariat pour d'autres langues disponible par téléphone.*

<https://nlhealthservices.ca/find-health-care/>

**Churchill Falls**  
Churchill Falls Community Clinic  
709 925-3377

**Flower's Cove**  
Strait of Belle Isle Health Centre  
709 456-2401 ext. 246

**Forteau**  
Labrador South Health Centre  
709 931-2450 ext. 231

**Happy Valley-Goose Bay**  
Labrador Health Centre  
709 897-2343

**Hopedale**  
Hopedale Community Clinic  
709 933-3857 ext. 221

**Labrador City/Wabush**  
Labrador West Health Centre  
709 285-8251

**Mary's Harbour**  
Mary's Harbour Community Clinic  
709 921-6405

**Nain**  
Nain Community Clinic  
709 922-2912

**Natuashish**  
Natuashish Community Clinic  
709 478-8834

**Postville**  
Postville Community Clinic  
709 479-9851

*\*Service en français par un infirmier sur demande préalable*

**Roddikton**  
White Bay Central Health Centre  
709 457-2215 ext. 234

**St. Anthony**  
Charles S. Curtis Memorial Hospital  
709 454-0326



## RÉFÉRENCES

Annuaire de santé.

<https://www.francotnl.ca/fr/services/sante/etablissements-de-sante/>.

Portail des francophones de  
Terre-Neuve-et-Labrador

Gouvernement fédéral du Canada. (2020). Le  
Système des soins de santé du Canada.

<https://www.canada.ca/fr/sante-canada/services/systeme-soins-sante-du-canada.html>

Gouvernement de Terre-Neuve-et-Labrador.

<https://www.gov.nl.ca>

Bureau des services en français :

[www.gov.nl.ca/servicesenfrancais](http://www.gov.nl.ca/servicesenfrancais)

- > *Les renseignements suivants sont offerts en français sur le site Web du gouvernement de Terre-Neuve-et-Labrador. Pour en savoir plus ou pour obtenir de l'aide, veuillez communiquer avec le Bureau des services en français par téléphone, au 709 729-0311, ou 1 800 775-6170, ou par courriel, à [servicesenfrancais@gov.nl.ca](mailto:servicesenfrancais@gov.nl.ca).*

Réseau santé en français de Terre-Neuve-et-Labrador (2025). *Guide santé mentale et de dépendances*. Saint-Jean de Terre-Neuve

<http://francotnl.ca/SanteMentale>"francotnl.ca/  
**SanteMentale**



## BESOIN D'AIDE IMMÉDIATEMENT ?



Si vous traversez une crise ou si vous vous inquiétez pour la sécurité d'un-e proche, de l'aide est disponible **24/24h, 7/7j** :



- **Appelez le 911** : En cas d'urgence ou de danger immédiat.
- **988 : Ligne d'aide bilingue en cas de crise suicidaire**
- **811 Info-Santé** : Pour parler à un-e infirmier-ère et être orienté-e vers les services de santé mentale.



- **Rendez-vous au service des urgences de l'hôpital le plus proche.**



- **Bridge the gApp** : Trouvez des ressources adaptées à votre besoin : [www.bridgethegapp.ca](http://www.bridgethegapp.ca)



**Comment nous joindre ?**

Téléphone : **709 800-6200**

Site web : **[fftnl.ca/sante](http://fftnl.ca/sante)**

Courriel : **[sante@fftnl.ca](mailto:sante@fftnl.ca)**

Retrouvez nous également  
sur les réseaux sociaux @**SanteTNL**



Immigration, Refugees  
and Citizenship Canada

Immigration, Réfugiés  
et Citoyenneté Canada

