

GUIDE SANTÉ AVANT L'ARRIVÉE

Tout ce que vous devez savoir sur le système de santé avant de vous installer à Montréal



1 Confirmez votre assurance maladie

Avant de prendre l'avion pour Montréal, assurez-vous de savoir :

- Êtes-vous couvert(e) par la RAMQ ou par l'assurance de votre université ?
- À quelle date votre couverture commence-t-elle ?
- Y a-t-il une période d'attente ?
- Avez-vous besoin d'une assurance privée temporaire ?

De nombreux étudiants internationaux ne sont pas admissibles à la RAMQ et sont automatiquement inscrits au régime d'assurance de leur université.

Si vous êtes admissible à la RAMQ, vous devez faire une demande après votre arrivée et vous pourriez devoir attendre avant que la couverture entre en vigueur.

Pour connaître les critères d'admissibilité complets et les étapes détaillées, consultez :

- Le Guide RAMQ Health 514 (PDF)
- Le site officiel de la RAMQ
- La page d'assurance pour étudiants internationaux de votre université



2 Apportez les bons documents médicaux et fournitures nécessaires

Apporte des copies des documents suivants :

- Ton carnet de vaccination
- La liste de tes médicaments (avec les noms génériques)
- Une lettre de ton médecin si tu as un problème de santé en cours
- Un résumé de ton suivi en santé mentale (si applicable)
- Une copie de tes documents d'assurance

Garde des copies numériques et papier.

Apporte assez de médicaments :

- Au moins 2 à 3 mois de traitement
- Garde-les dans leur emballage original
- Mets tes ordonnances dans ton bagage à main
- Vérifie les règles canadiennes si ton médicament est contrôlé

Ne présume pas que tu pourras renouveler ta prescription immédiatement au Canada.

Connais ton historique médical

Au Canada, les médecins n'auront pas accès à ton dossier médical de ton pays.

Sois prêt(e) à expliquer :

- Tes diagnostics passés
- Tes traitements actuels
- Tes allergies
- Tes chirurgies
- Ton historique en santé mentale



Votre première semaine à Montréal : mettez vos bases en place

N'attendez pas d'être malade.

Au cours de votre première semaine :

- ☐ Confirmez que votre assurance est active
- ☐ Repérez la clinique de votre université
- ☐ Identifiez l'hôpital et la clinique sans rendez-vous les plus proches
- ☐ Trouvez une pharmacie près de votre résidence

Enregistrez ces numéros dans votre téléphone :

911 – Urgence vitale

811 – Ligne Info-Santé / Info-Social (gratuit, 24 h/24, 7 j/7)

9-8-8 – Ligne de soutien en santé mentale (gratuit, 24 h/24, 7 j/7)



Ce qui peut être différent de votre pays d'origine

Le système de santé au Québec peut fonctionner différemment de celui de votre pays.

Points importants à savoir :

- Vous n'êtes pas automatiquement assigné(e) à un médecin de famille
- Les urgences priorisent les cas graves, ce qui peut entraîner de longues attentes
- Une référence médicale est généralement nécessaire pour consulter un spécialiste
- Les cliniques sans rendez-vous et les cliniques universitaires sont souvent votre premier point de contact
- Les pharmaciens peuvent traiter certaines conditions mineures

Si vous ne savez pas où aller, appelez le 811 en premier.



À quoi vous attendre côté budget

Si vous êtes couvert(e) par la RAMQ (assurance publique)

- La plupart des visites chez le médecin et des soins à l'hôpital sont couverts
- Vous ne payez généralement pas lors du rendez-vous
- Les ambulances coûtent environ 125 à 150 \$ ou plus
- Les soins dentaires et de la vue ne sont habituellement pas couverts
- Les médicaments nécessitent une assurance médicaments

Si vous avez une assurance universitaire ou privée

- Vous pourriez devoir payer à l'avance
- Vous devrez ensuite demander un remboursement
- Il peut y avoir des limites de couverture
- Le nombre de séances en santé mentale peut être limité
- La couverture des médicaments varie selon votre régime

Avant de partir, prenez le temps de vérifier ce que votre assurance couvre et comment fonctionne le remboursement.

Comprendre votre couverture à l'avance vous aidera à éviter de mauvaises surprises.