

**APPARTENIR  
AU DELÀ  
DES FRONTIÈRES**



**VOTRE SANTÉ  
AU CANADA**

**GUIDE D'INFORMATION**

pour les nouveaux arrivants  
réfugiés LGBTQI parrainé  
par le partenariat Rainbow  
Refugee Assistance.



**Il est important de prendre soin de sa santé. Vous pouvez commencer à discuter de vos besoins en matière de santé physique, dentaire, mentale et sexuelle avec vos parrains dans le cadre de la planification de votre arrivée et de votre installation.**

### **ACCÈS AUX SOINS DE SANTÉ AU CANADA**

Tous les citoyens canadiens et les résidents permanents ont accès aux soins de santé de base et d'urgence qui sont des services publics. Les Canadiens participent au financement des soins de santé publics par le biais des impôts.

Medicare est le système de santé public accessible à tous les citoyens canadiens ou résidents permanents. Grâce à Medicare, les résidents du Canada peuvent accéder aux services hospitaliers et médicaux médicalement nécessaires sans avoir à payer de leur poche.

Tout citoyen canadien ou résident permanent peut demander à bénéficier de l'assurance maladie publique. Lorsque vous bénéficiez d'une assurance maladie publique, vous ne payez pas directement la plupart des services de santé. Au lieu de payer directement, vous présentez votre carte ou votre numéro d'assurance maladie à l'hôpital ou à la clinique médicale.



### **ACCÈS AUX SOINS DE SANTÉ POUR LES RÉFUGIÉS : À PROPOS DU PFSI**

Votre assurance maladie sera le Programme fédéral de santé intérimaire (PFSI). Le PFSI est le régime d'assurance offert à toutes les personnes qui viennent au Canada en tant que réfugiés. Le PFSI couvre vos besoins médicaux avant le départ, y compris l'examen médical d'immigration. Le PFSI vous permettra d'accéder aux soins de santé nécessaires au cours de vos premiers mois au Canada. Vos parrains vous expliqueront comment utiliser le PFSI pour vos soins de santé. Vous aurez besoin de votre document ou numéro PFSI lorsque vous vous rendrez dans une clinique ou un hôpital.

#### **Le PFSI couvre les soins de santé nécessaires :**

- les soins hospitaliers et ambulatoires
- les soins dispensés par des médecins, des infirmières diplômées et d'autres professionnels de la santé
- les tests de laboratoire et de diagnostic ordonnés par un professionnel de la santé
- les services d'ambulance

#### **Le PFSI couvre certains soins complémentaires limités :**

- la vision limitée
- les soins dentaires d'urgence
- les soins de santé mentale dispensés par certains psychologues cliniciens, psychothérapeutes, thérapeutes-conseils
- certains services fournis par des professionnels paramédicaux tels que les ergothérapeutes, les orthophonistes et les physiothérapeutes

### **APRÈS LE PFSI : DEMANDE D'ADHÉSION AU RÉGIME D'ASSURANCE PROVINCIAL OU TERRITORIAL**

**À la fin de votre première année au Canada, vous devrez vous inscrire au régime public d'assurance maladie de la province ou du territoire où vous vivez. Vos parrains vous aideront à remplir cette demande.**

Chaque province ou territoire dispose d'un régime d'assurance que les habitants de la province utilisent pour accéder aux soins de santé de base et d'urgence. Certains régimes couvrent également des soins de santé supplémentaires pour des groupes de personnes spécifiques tels que les personnes âgées, les enfants, les personnes handicapées et les personnes bénéficiant d'une aide sociale. Chaque régime est différent mais peut couvrir une partie du coût des soins complémentaires tels que les médicaments sur ordonnance, les soins de la vue, les soins dentaires, les services d'ambulance et l'aide aux soins à domicile.

Pour en savoir plus sur les régimes d'assurance maladie provinciaux et territoriaux, [cliquez ici](#).

De nombreux services de santé ne sont pas couverts par les régimes d'assurance publique : les lunettes ou les lentilles, la physiothérapie ou les services de psychologues, par exemple. Les gens paient ces services de leur poche ou par le biais d'une assurance maladie privée. Certains employeurs offrent une assurance maladie privée à leurs employés.

## LES DÉFIS DE LA SANTÉ POUR TOUS AU CANADA

**Bien que la qualité des soins de santé au Canada soit très bonne, le système de santé canadien est mis à rude épreuve, en particulier après la pandémie de COVID-19.** De nombreuses communautés ont besoin de plus de médecins ou de prestataires de soins de santé. Cela signifie que la plupart des gens attendent d'être mis en contact avec un médecin de famille ou un médecin de premier recours ou d'avoir un rendez-vous avec un spécialiste. De nombreuses personnes ont recours à des cliniques sans rendez-vous ou à des rendez-vous de télésanté jusqu'à ce qu'elles soient mises en relation avec un médecin de famille ou un prestataire de soins primaires cohérent.

## LES NOUVEAUX ARRIVANTS LGBTQI ET LES SOINS DE SANTÉ

**En tant que nouvel arrivant LGBTQI+, vous pouvez être confronté à des difficultés particulières pour accéder aux soins de santé.**

Le Programme fédéral de santé intérimaire (PFSI) couvre les soins de santé de tous les réfugiés. Cependant, tous les médecins et prestataires de soins de santé ne connaissent pas ce programme. Il est difficile de trouver un médecin ou un prestataire de soins de santé qui accepte le PFSI. Vos parrains peuvent vous aider à trouver des prestataires de soins de santé qui acceptent le PFSI.

Si vous avez besoin d'un interprète pour un rendez-vous médical, vous avez droit à un interprète pour les services de santé. Vous ou vos parrains devrez demander à l'avance des services d'interprétation. Pour certaines langues, cela peut prendre plus de temps. L'interprétation ne vous coûtera rien de plus. L'interprétation médicale se fait souvent par téléphone. Les interprètes sont légalement tenus de protéger votre confidentialité et de vous traiter avec respect. Certains interprètes sont formés au langage respectueux des LGTBQI+ et aux termes relatifs à la santé, d'autres non.

Si les droits des personnes 2SLGBTQI+ se sont considérablement améliorés au cours des dernières décennies, l'égalité sociale n'a pas encore été atteinte. Les personnes 2SLGBTQI+ peuvent encore être confrontées à la stigmatisation, à la discrimination et à des obstacles à l'accès aux soins de santé.

Certains médecins et prestataires de soins sont bien informés sur les soins de santé pour les personnes 2SLGBTQI+ et les soutiennent, tandis que d'autres ne le sont pas. Au sein des communautés 2SLGBTQI+, nous avons toute une série de besoins, de risques et de vulnérabilités en matière de soins de santé. Certains médecins peuvent très bien comprendre les besoins des hommes homosexuels en matière de soins de santé, mais ne pas connaître les besoins des femmes homosexuelles, des personnes transgenres ou des personnes de sexe différent.

Parfois, les patients 2SLGBTQI+ doivent informer leurs professionnels de santé de leurs besoins ou risques en matière de santé. Dans certains cas, les prestataires de soins refuseront d'accepter un patient qui est 2SLGBTQI+ parce que le médecin ne se sent pas suffisamment formé à la santé des 2SLGBTQI+, ce qui retarde l'accès aux soins.

En raison de la stigmatisation et de la discrimination, certaines personnes 2SLGBTQI+ ne parlent pas de leur orientation sexuelle ou de leur identité de genre à leur médecin. Malheureusement, cela réduit la qualité de leurs soins de santé. Par exemple, ils sont moins susceptibles d'être correctement dépistés pour le VIH ou les IST.

De nombreux cabinets médicaux et hôpitaux viennent de commencer à modifier l'accueil des nouveaux patients afin d'utiliser le nom et le sexe corrects pour les personnes transgenres et les personnes de genre différent. Vous pouvez être confronté à des erreurs de genre ou devoir rappeler à la réceptionniste et au prestataire de soins de santé d'utiliser votre nom et votre sexe exacts. Si vous avez des difficultés à vous orienter seul dans le système de santé, vous pouvez demander à une personne de confiance, à un membre de votre groupe de parrainage ou à un ami ayant l'expérience du soutien aux autres dans le cadre de la défense des intérêts individuels de vous accompagner à votre rendez-vous et de vous aider à indiquer votre vrai nom et votre vrai sexe au prestataire de soins de santé, ou de faire ces demandes à votre place.

**Vos parrains peuvent vous aider à trouver des prestataires de soins de santé qui sont compétents et respectueux de l'identité 2SLGBTQI+ et qui acceptent le PFSI.** Ils essaieront de vous aider à trouver un prestataire compétent pour vos besoins en matière de soins de santé. Si ce n'est pas possible, ils peuvent vous suggérer comment parler au prestataire de soins de santé auquel vous avez accès.

## RÉPONDRE À VOS BESOINS SPÉCIFIQUES EN MATIÈRE DE SOINS DE SANTÉ

Les soins de santé sexuelle, y compris la prévention et le traitement du VIH, sont des services de santé publique. Toute personne sexuellement active devrait avoir accès à l'éducation à la santé sexuelle, au dépistage des infections sexuellement transmissibles (IST) et à la prévention du VIH telle que la PREP. Cependant, tous les médecins ne sont pas informés sur la santé sexuelle des personnes ayant un sexe ou un genre différent. Tous les médecins ne sont pas favorables aux 2SLGBTQI+. Vous devrez travailler avec vos parrains pour essayer de trouver un prestataire de services qui soit respectueux des 2SLGBTQI+ pour vos soins de santé sexuelle.

Les soins liés au VIH font partie des soins de santé financés par l'État. Selon la ville ou la province où vous vous trouvez, cela peut prendre du temps pour trouver un médecin expérimenté dans le traitement du VIH qui prenne également en charge le PFSI.



Les soins adaptés au genre, comme l'hormonothérapie ou la chirurgie, font partie des soins de santé financés par l'État, mais il peut être difficile d'avoir accès à un médecin capable de proposer des soins adaptés au genre. Selon l'endroit où vous vous trouvez, vous devrez peut-être attendre ou vous rendre dans une autre ville, et les délais d'attente pour les interventions chirurgicales peuvent être longs. Vos parrains peuvent vous aider à vous renseigner sur les options de soins conformes au genre disponibles dans votre ville et votre province. Dans certaines villes, des organisations peuvent vous aider à naviguer dans le système de soins de santé.

Les soins de santé mentale ne sont pas encore entièrement financés par l'État. Le PFSI couvre certains prestataires de soins de santé mentale, tels que les psychothérapeutes, les conseillers, les travailleurs sociaux ou les psychologues. Pourtant, il peut être difficile de trouver un prestataire qui accepte le PFSI et qui soit favorable aux personnes 2SLGBTQI+. Les hôpitaux peuvent fournir des soins d'urgence à toute personne présentant un risque de crise mentale grave, comme les personnes présentant un risque de suicide.

Les soins de la vue et les soins dentaires ne sont pas non plus entièrement financés par l'État. Le PFSI ne couvre qu'un examen ophtalmologique de base et les soins dentaires d'urgence. Les lunettes, les lentilles et les soins dentaires non urgents ne sont pas couverts. Vos parrains peuvent vous aider à accéder à des soins dentaires à bas prix dans votre ville.

## **TRAVAILLER AVEC VOS PARRAINS POUR SOUTENIR VOTRE SANTÉ**

Pour favoriser votre santé, vous et vos parrains devez communiquer ouvertement et régulièrement sur vos besoins en matière de soins de santé. Certains sujets peuvent être abordés : Comment avez-vous pris soin de votre santé? Quels sont les problèmes de santé les plus urgents pour vous?

Les parrains ont la responsabilité de vous aider à vous informer sur les services de santé et à accéder aux prestataires appropriés. Il s'agit notamment de :

- 1. vous aider à accéder au Plan fédéral de santé intérimaire (PFSI) dès votre arrivée.**
- 2. expliquer comment obtenir de l'aide en cas d'urgence, par exemple si vous avez besoin d'une ambulance ou d'aller aux urgences.**

### **3. vous aider à entrer en contact avec des prestataires de soins de santé pour vos besoins généraux et spécifiques en matière de soins de santé, notamment :**

- une clinique médicale sans rendez-vous pour les soins généraux jusqu'à ce que vous soyez mis en relation avec un prestataire de soins primaires
- un prestataire de soins primaires tel qu'un médecin de famille, un médecin généraliste ou une infirmière praticienne
- un dentiste (seuls les soins dentaires urgents sont couverts par le PFSI)
- des soins de la vue (seuls des soins oculaires limités sont couverts par le PFSI)
- les prestataires de soins de santé mentale tels que les psychothérapeutes, les conseillers, les travailleurs sociaux ou les psychologues
- les services de prévention ou de rétablissement des dépendances (alcool, drogues, jeux d'argent, etc.)
- Prestataires de soins respectueux de l'égalité entre les hommes et les femmes
- Fournisseurs d'éducation et de soins en matière de santé sexuelle

### **4. vous accompagner à vos rendez-vous médicaux si nécessaire**

### **5. organiser l'interprétation pour vos rendez-vous médicaux si nécessaire. Les coûts des interprètes sont pris en charge par le système de santé publique, mais cela demande une planification et un temps supplémentaires.**

### **6. expliquer les modalités d'accès :**

- Examens de laboratoire (comme les analyses de sang ou les radiographies)
- Médicaments sur ordonnance
- Vaccinations
- Dépistage des IST
- Ressources pour la pré-exposition ou la post-exposition au VIH

### **7. vous montrer comment demander l'assurance maladie provinciale dans votre province.**

**APPARTENIR  
AU DELÀ   
DES FRONTIÈRES**

**NOUS ESPÉRONS QUE CES INFORMATIONS  
VOUS AIDERONT À ACCÉDER À DES  
SOINS DE QUALITÉ ET À RESTER EN  
BONNE SANTÉ AU CANADA.**