

Santé et soins
médicaux :



Ces contenus ont été élaborés par un groupe de chercheurs et de praticiens du Nouveau-Brunswick qui travaillent avec des personnes âgées. Notre objectif est d'aider les personnes âgées du Nouveau-Brunswick à s'y retrouver dans l'environnement complexe de l'information, des services, des formulaires et des ressources. Nous espérons que vous trouverez cette trousse utile.

Ce guide a été mis à jour en juin 2025.

www.stu.ca/vieillir-au-nb/

L'équipe de recherche



Michelle Lafrance,
Ashley Erb,
Janet Durkee-Lloyd et
Michelle Greason



Shelley Doucet et
Alison Luke



Catherine Bigonnesse



Karen Lake



Erin Jackson

La réalisation de ce projet a été rendue possible grâce à l'aide de :



New Brunswick
Health Research
Foundation



Fondation de la
recherche en santé
du Nouveau-Brunswick



Social Sciences and Humanities Research Council of Canada
Conseil de recherches en sciences humaines du Canada

Droits d'auteur © Dre Michelle Lafrance 2025. Tous droits réservés. En acceptant ou en téléchargeant une copie du Guide pour distribution, vous avez le droit de reproduire et de distribuer le Guide, mais vous n'avez pas le droit d'éditer, de modifier ou de changer toute partie du Guide.

Numéros à connaître

911 : En cas d'urgence médicale, appelez le **911**.

811 : Si vous n'êtes pas en urgence, mais souhaitez parler à une infirmière concernant votre santé, appelez Télés-Soins au **811**. Télés-Soins est une ligne d'aide gratuite et confidentielle où vous pouvez recevoir des conseils d'une infirmière autorisée. Elle est ouverte 24 heures par jour et sept jours par semaine.

211 : Pour trouver des programmes et des services dans votre communauté, appelez le **211**. Il s'agit d'une ligne d'aide gratuite et confidentielle où vous pouvez obtenir des services sociaux, communautaires, sanitaires et gouvernementaux proches de chez vous. Vous pouvez aussi obtenir ces services en ligne à : <https://nb.211.ca>

411 : Si vous souhaitez trouver une liste des entreprises ou des logements dans votre communauté, appelez le **411**. Vous pouvez également les trouver en ligne à l'adresse <https://411.ca/fr>.

Demeurez en santé : Prévenez les chutes avant qu'elles surviennent!

SAVIEZ-VOUS QUE?

- Les chutes sont la cause principale de blessures chez les personnes âgées.
- Chaque jour, huit personnes âgées sont hospitalisées au Nouveau-Brunswick à cause d'une chute.
- Plus de 85 % des hospitalisations de personnes âgées pour cause de blessure sont dues à une chute.
- Plus de 95 % des fractures de la hanche sont causées par une chute.

Pour en savoir plus sur la préservation de l'autonomie et la prévention des chutes, visitez <https://www.trouverlequilibrenb.ca/>

Ce guide est fourni à titre informatif uniquement et ne remplace pas les conseils médicaux, juridiques ou financiers d'un professionnel. Les programmes et les informations peuvent changer au fil du temps, veuillez donc vérifier les détails auprès des services et agences mentionnés dans ce document. [Dernières mises à jour, juin 2025]

Services et programmes médicaux

Il peut être difficile de trouver des services médicaux. Vous trouverez ci-dessous une description de certains programmes et services susceptibles de vous aider concernant votre santé et vos soins médicaux, tant à l'intérieur qu'à l'extérieur de l'hôpital :

Accéder aux soins de santé et aux mesures de soutien en santé mentale au Nouveau-Brunswick

Cherchez-vous un professionnel de la santé? Vous avez besoin d'aide pour accéder à d'autres options de soins de santé comme une pharmacie, une clinique sans rendez-vous ou des services d'aide pour la toxicomanie et la santé mentale?

Le site Web Accès aux soins de santé du ministère de la Santé peut vous aider à déterminer le meilleur endroit pour obtenir les services de santé dont vous avez besoin. Pour de plus amples renseignements, visitez le site soutienssociauxnb.ca/soins-de-sante.

Le Programme extra-mural du Nouveau-Brunswick

De quoi s'agit-il et que font ses intervenants?

Le Programme extra-mural du Nouveau-Brunswick aide les gens à prendre soin de leur santé chez eux pour qu'ils puissent éviter d'aller à l'hôpital ou écourter leur hospitalisation. Certains services offerts comprennent les soins infirmiers, la physiothérapie, l'ergothérapie, le travail social, la thérapie respiratoire, l'orthophonie et la nutrition.

Le Programme extra-mural du Nouveau-Brunswick n'est pas un service d'aide familiale. C'est-à-dire que ses intervenants ne procurent pas de services de nettoyage, de cuisine et d'aide au quotidien à domicile. Si vous avez besoin d'une aide familiale, consultez le chapitre sur « Services de soutien à domicile » pour plus d'information.

Comment obtenir des services dans le cadre du Programme extra-mural du Nouveau-Brunswick?

- Si vous avez un médecin de famille ou une infirmière praticienne, vous pouvez vous référer vous-même.
- Votre médecin de famille peut vous référer.
- Vous devez être admissible aux services du Programme extra-mural du Nouveau-Brunswick. Pour être admissible :
 - Vous devez avoir un médecin de famille ou une infirmière praticienne
 - Vous devez avoir une carte d'assurance-maladie
 - Vous devez avoir besoin d'aide médicale chez vous

Qui est admissible au Programme extra-mural du Nouveau-Brunswick?

Exemple : Sandrine a 65 ans. Elle a obtenu son congé de l'hôpital suite à une mauvaise chute et aura besoin de l'aide d'un ergothérapeute chez elle.

Exemple : Marcel a 70 ans, a le cancer et n'est pas en mesure de conduire. Il a besoin de soins infirmiers hebdomadaires durant son traitement.

Qui ne serait pas admissible au Programme extra-mural du Nouveau-Brunswick?

Exemple : Serge a 65 ans; il utilise une canne pour pouvoir se déplacer. Il est capable de conduire pour se rendre à ses rendez-vous médicaux et de conserver son autonomie chez lui, avec un peu d'aide de sa fille.

Exemple : Clara a 70 ans; une fois par semaine, elle prend sa voiture pour aller en ville pour ses rendez-vous et faire son épicerie. Clara aime son autonomie, mais souhaiterait avoir un peu d'aide chez elle pour nettoyer sa maison et préparer ses repas.

Comment fonctionne le Programme extra-mural du Nouveau-Brunswick?

- **Le Programme extra-mural du Nouveau-Brunswick dans la communauté :**
 - Le Programme extra-mural du Nouveau-Brunswick emploie des professionnels de la santé qui travaillent avec les patients à leur domicile.
- **Le Programme extra-mural du Nouveau-Brunswick dans les hôpitaux :**
 - Les infirmières de liaison du Programme extra-mural du Nouveau-Brunswick travaillent avec l'équipe de soins de santé de l'hôpital, les patients et leurs familles pour planifier un congé sécuritaire et soutenu de l'hôpital au domicile. Un suivi par d'autres services extra-muraux peut également être organisé (par exemple, ergothérapie, physiothérapie, orthophonie).
- **Le Programme extra-mural du Nouveau-Brunswick dans les foyers de soins de longue durée :**
 - Pour les personnes admissibles, le Programme extra-mural du Nouveau-Brunswick offre des services dans les foyers de soins de longue durée (voir le chapitre « Foyer de soins de longue durée » pour une description complète des différents types de foyers). Le Programme extra-mural du Nouveau-Brunswick offre tous les services dans les foyers de soins spéciaux. Il offre certains services dans les foyers de soins (p. ex., l'ergothérapie et la physiothérapie sont couramment offertes).

Et si vous avez besoin de soins palliatifs?

Le Programme extra-mural du Nouveau-Brunswick soutient une approche de soins palliatifs pour aider les gens à mourir confortablement à la maison. Le Programme extra-mural du Nouveau-Brunswick facilite aussi les services d'aide médicale à mourir (AMM) à domicile. Pour plus d'information sur l'AMM, consultez le chapitre sur « Fin de vie ».



À noter : Le Programme extra-mural du Nouveau-Brunswick n'offre pas de services de soutien à domicile, comme les services de nettoyage, d'hygiène corporelle, etc. Pour en savoir plus à ce sujet, consultez le chapitre sur « Services de soutien à domicile »

À noter : Ne vous inquiétez pas si vous recevez votre congé du Programme extra-mural du Nouveau-Brunswick lorsque les choses vont bien. Les services extra-muraux sont généralement de courte durée, mais vous pouvez toujours obtenir ces services à nouveau si vous en avez besoin et si vous y êtes encore admissible.

Pour plus d'information sur le Programme extra-mural du Nouveau-Brunswick, appelez au **1-888-862-2111**, visitez <https://extramuralnb.ca/fr/>, ou tapez « extra-mural NB » dans Google.

Les services de santé ministériels

Si le ministère du Développement social établit que votre revenu est faible, vous pourriez être admissible à ses programmes dans le cadre des services de santé. Les services offerts sont divers :

- Programme de prothèses auditives
- Programme de fournitures médicales
- Programme de soins dentaires
- Et bien plus

Pour obtenir la liste de tous les programmes offerts, appelez au **2-1-1**, visitez soutienssociauxnb.ca/services-de-sante, ou tapez « NB Programmes des Services de santé » dans Google.

Programme de réadaptation en déficience visuelle :

Avez-vous un problème de vision qui affecte votre vie quotidienne?

Si tel est le cas, Réadaptation en déficience visuelle Nouveau-Brunswick peut vous aider. Il s'agit d'un service gratuit. Vous pouvez être référé par un professionnel de la santé, comme votre médecin, une infirmière praticienne ou un optométriste. Vous pouvez aussi appeler vous-même le bureau du programme le plus proche de chez vous.

- Saint John : **506-634-7277**
- Moncton : **506-857-4240**
- Fredericton : **506-458-0060**
- Bathurst : **506-546-9922**

Pour plus d'information sur ce programme, visitez : <https://socialsupportsnb.ca/fr/program/readaptation-en-deficience-visuelle>, ou tapez « réadaptation en déficience visuelle NB » dans Google.

Régime d'assurance-santé et d'assurance médicaments

Vous demandez-vous quels programmes peuvent vous aider à défrayer vos soins de santé et vos médicaments d'ordonnance?

Avez-vous besoin d'aide financière pour payer les frais liés à un problème de santé ou à des médicaments d'ordonnance?

Si tel est le cas, les programmes suivants pourraient vous être utiles :

LE PLAN DE MÉDICAMENTS SUR ORDONNANCE DU NOUVEAU-BRUNSWICK

Si vous recevez le supplément de revenu garanti (SRG) du gouvernement fédéral, vous êtes couvert par le Plan de médicaments sur ordonnance du Nouveau-Brunswick (PMONB).

Si vous ne recevez pas le supplément de revenu garanti (SRG) du gouvernement fédéral, mais que votre revenu est inférieur à un certain montant, vous pourriez être admissible au Plan de médicaments sur ordonnance du Nouveau-Brunswick (PMONB).

Pour plus d'information sur ce programme et faire une demande, appelez au **1-800-332-3692**, visitez soutienssociauxnb.ca/medicaments, ou tapez « le plan de médicaments sur ordonnance du Nouveau-Brunswick (PMONB) » dans Google.

LE RÉGIME MÉDICAMENTS DU NOUVEAU-BRUNSWICK

Si vous n'êtes pas admissible au Plan de médicaments sur ordonnance du Nouveau-Brunswick (voir ci-dessus), vous pouvez vous inscrire au Régime médicaments du Nouveau-Brunswick, conçu pour les Néo-Brunswickois qui n'ont pas d'assurance-maladie. L'admissibilité à ce programme dépend du revenu.

Pour plus d'information sur ce programme, appelez au **1-855-540-7325**, visitez soutienssociauxnb.ca/medicaments ou tapez « régime médicaments NB » dans Google.

PLAN DE MÉDICAMENTS SUR ORDONNANCE POUR LES ÂÎNÉS CROIX BLEUE MEDAVIE

Si vous avez 65 ans, et n'êtes pas couvert par une autre assurance-médicaments, vous pouvez faire une demande auprès du Plan de médicaments sur ordonnance pour les aînés Croix bleue Medavie.

Pour vous inscrire à ce programme ou pour plus d'information :

- Appelez au **1-800-332-3692** pour recevoir le formulaire de demande pour le plan de médicaments sur ordonnance pour les aînés Croix bleue Medavie.
- Vous trouverez le formulaire de demande ici : https://docs.medaviebc.ca/FORM-979F-MBC-Seniors-Application-Form_Fillable.pdf

PROGRAMME DE SOINS DE SANTÉ POUR LES ÂÎNÉS DE CROIX BLEUE MEDAVIE

Ce programme offre aux aînés des prestations de santé supplémentaires, comme la chiropractie, les appareils auditifs, les bandelettes réactives pour diabétiques et l'assurance de soins dentaires.

Pour vous inscrire à ce programme ou pour plus d'information :

- Appelez au : **1-844-209-7599**
- Vous trouverez le formulaire de demande ici : <https://docs.medaviebc.ca/advisors/forms/FORM-070-F-Soins-de-sante-pour-les-aines-demande-adhesion.pdf>

Médicaments – Informations utiles à savoir

EST-CE QUE MES MÉDICAMENTS SERONT REMBOURSÉS SI JE DÉMÉNAGE DANS UN FOYER DE SOINS DE LONGUE DURÉE?

Si le ministère du Développement social établit que votre revenu est faible, vos médicaments pourraient être remboursés si vous êtes dans un foyer de soins de longue durée (par exemple, un foyer de soins).

Vous avez également la possibilité de faire en sorte que vos médicaments soient couverts par un contrat d'assurance-maladie privée (comme Croix bleue Medavie ou Sun Life) ou des programmes offerts par le gouvernement du Nouveau-Brunswick (voir ci-dessus).

Si vous payez vos soins de longue durée de votre poche, alors vous devez avoir une assurance privée ou passer par le Régime médicaments du Nouveau-Brunswick. Pour plus d'information sur le Régime médicaments du Nouveau-Brunswick, appelez au **1-855-540-7325**, visitez soutienssociauxnb.ca/medicaments, ou tapez « régime médicaments NB » dans Google.

AVEZ-VOUS DE LA DIFFICULTÉ À VOUS SOUVENIR DES PILULES QUE VOUS AVEZ DÉJÀ PRISES CHAQUE JOUR?

Demandez à votre pharmacien de vous aider à en faire le suivi. Un ergothérapeute peut également examiner dans quelle mesure vous faites le suivi de vos médicaments et suggérer différentes stratégies pour vous aider. Certaines stratégies incluent :

- **Emballage-coque** : Votre pharmacien peut mettre vos pilules dans un emballage d'aluminium pour vous aider à faire le suivi des pilules que vous devez prendre et à quel moment.
- **Boîtes à pilules datées** : Ces boîtes vous aident à savoir quels jours vous devez prendre quels médicaments.
- **Piluliers automatiques** : Ce sont des appareils que vous pouvez acheter et programmer.
- **Services de rappel de médicaments** : Vous pouvez utiliser des montres intelligentes ou des appareils comme Google Home ou Alexa pour vous rappeler de prendre vos médicaments. Certaines entreprises comme CareLink Advantage proposent également des rappels via leurs dispositifs d'alerte. CareLink Advantage : Appelez le **1-866-876-7401**, visitez <https://carelinkadvantage.ca/francais/>, ou tapez « CareLink Advantage » sur Google.

SAVIEZ-VOUS QUE?

Les pharmacies offrent une foule de services et de produits utiles :

- **Des services d'élimination des médicaments** : Vous pouvez amener vos vieux médicaments à la pharmacie pour qu'ils soient sécuritairement éliminés. Il s'agit d'un service gratuit.
- **Autres formes de remèdes** : Si vous n'avez pas d'ordonnance, les pharmaciens peuvent vous aider à trouver d'autres types de remèdes pour certains problèmes de santé.
- **Examen des médicaments** : Les pharmaciens sont des experts en médicaments et peuvent vous aider à vous assurer que les médicaments que vous prenez vous conviennent.



À noter : Saviez-vous que les personnes âgées sont hospitalisées cinq fois plus souvent que les jeunes adultes en raison des effets secondaires des médicaments? En vieillissant, notre corps absorbe moins bien les médicaments. Cela signifie que les médicaments que vous avez pris pendant des années peuvent devenir inutiles ou même dangereux. Voici quelques questions à poser à votre médecin ou à votre pharmacien :

- Pourquoi est-ce que je prends ce médicament?
- Quels sont les avantages ou les effets nuisibles de ce médicament?
- Ce médicament affecte-t-il les autres médicaments que je prends?
- Ce médicament peut-il affecter ma mémoire?
- Ce médicament peut-il augmenter mes risques de chute?

Pour en savoir plus sur les médicaments, visitez le site
<https://www.reseaudeprescription.ca/>

Protection des adultes

Est-ce que vous, ou quelqu'un que vous connaissez, avez du mal à prendre soin de vous? Connaissez-vous une personne qui n'obtient pas les soins dont elle a besoin afin d'être en sécurité?

On parle surtout de ceci :

- une mauvaise hygiène;
- une mauvaise nutrition;
- un manque de soins médicaux lorsqu'elle en a besoin;
- ne pas avoir de chauffage, d'eau ou d'électricité au foyer;
- vivre dans un environnement non sécuritaire.

Si c'est le cas, le programme de protection des adultes peut vous aider. Si vous avez des préoccupations concernant :

- une personne âgée de 65 ans ou plus;
- un adulte vivant avec un handicap;

Appelez Développement social au **1-833-733-7835** et choisissez l'option 1 pour faire un signalement à la protection des adultes. Ces services sont accessibles tous les jours, 24 heures sur 24.

Visitez le site soutienssociauxnb.ca/protection-des-adultes pour plus de renseignements.