



SUS ALTERNATIVAS A LAS URGENCIAS

¡Antes de acudir a urgencias,
explore sus opciones!

Consultar

[cisss-outaouais.gouv.qc.ca/
vos-alternatives-aux-urgences](https://cisss-outaouais.gouv.qc.ca/vos-alternatives-aux-urgences)



Me preocupa mi salud

- Marque el 811
- Acceder al Servicio de acceso a la atención primaria
- Pida consejo a su farmacéutico

Necesito una consulta médica Y tengo un médico de familia

- Concierte una cita a través de Rendez-vous santé Québec (RVSQ)
- Póngase en contacto con su médico de familia o su CLSC (Centro local de servicios comunitarios)

Necesito una consulta médica, pero NO tengo médico de familia

- Inscríbase en el servicio de acceso a un médico de familia Si ya está inscrito, marque el 811 y seleccione la opción 3

Cuido de mi salud física y mental en casa

- Consulte las guías de autocuidado de la salud física y mental

**Centre intégré
de santé
et de services sociaux
de l'Outaouais**

Québec

