

# Communiqué de presse

Pour publication immédiate

## Le CISSS des Laurentides rappelle les différentes alternatives à l'urgence

**Saint-Jérôme, le 19 décembre 2025** – À l'approche du temps des Fêtes, et devant la recrudescence des virus respiratoires, le Centre intégré de santé et de services sociaux (CISSS) des Laurentides tient à rappeler qu'il existe plusieurs alternatives à l'urgence et invite la population à utiliser les différentes options qui s'offrent à elle en matière de santé.

Si vous êtes malade et que votre état de santé vous préoccupe, avant de vous rendre à l'urgence, nous vous invitons à contacter la ligne Info Santé au 811 pour parler avec une infirmière. Ce service est offert 24 heures par jour, sept jours sur sept. C'est gratuit et confidentiel.

Si vos symptômes persistent :

- Consultez votre pharmacien;
- Contactez votre clinique médicale.

Si vous n'avez pas de médecin de famille :

- Composez le 811, option 3 ou visitez [gap.soinsvirtuels.gouv.qc.ca](http://gap.soinsvirtuels.gouv.qc.ca);
- Trouvez un rendez-vous sur [rvsq.gouv.qc.ca](http://rvsq.gouv.qc.ca);
- Dépistage : visitez [clicsante.ca](http://clicsante.ca) ou téléphonez au 1 877 644-4545.

Si votre état de santé est critique ou nécessite des soins urgents, rendez-vous à l'urgence ou composez le 911.

Pour en savoir plus sur les alternatives à l'urgence ou pour accéder aux fiches d'autosoins, visitez le site Internet du CISSS des Laurentides au [santelaurentides.gouv.qc.ca](http://santelaurentides.gouv.qc.ca), section Soins et Services / Alternatives à l'urgence .