

Ressources en santé sexuelle et reproductive

SANTÉ EN CONTEXTE MIGRATOIRE

TRANSFERT DE CONNAISSANCES

JANVIER 2026

AVANT-PROPOS

L'Institut national de santé publique du Québec est le centre d'expertise et de référence en matière de santé publique au Québec. Sa mission est de soutenir le ministre de la Santé et des Services sociaux dans sa mission de santé publique. L'Institut a également comme mission, dans la mesure déterminée par le mandat que lui confie le ministre, de soutenir Santé Québec, la Régie régionale de la santé et des services sociaux du Nunavik, le Conseil cri de la santé et des services sociaux de la Baie James et les établissements, dans l'exercice de leur mission de santé publique.

Le présent répertoire offre quelques repères et liste les principales ressources en matière de santé sexuelle et reproductive. Il a été élaboré à la demande du ministère de la Santé et des Services sociaux dans le cadre du Plan d'action interministériel 2022-2025 de la Politique gouvernementale de prévention en santé, en collaboration avec le ministère de l'Immigration, de la Francisation et de l'Intégration ainsi que des partenaires du milieu communautaire.

Il est destiné aux intervenants communautaires interculturels. Il pourra être utile à toute personne s'intéressant à la santé en contexte migratoire.

Ce document, produit en 2024, présente les ressources disponibles à ce moment. Il est possible que certaines aient évolué depuis.

SOMMAIRE

Qu'est-ce que la santé sexuelle et reproductive ?	2
Quand et pourquoi intervenir ?	2
Hausse des cas d'ITSS	2
Ressources incontournables	4
Programmes, services et ressources par thématique	5
Ressources additionnelles à Montréal	19

QU'EST-CE QUE LA SANTÉ SEXUELLE ET REPRODUCTIVE ?

Une bonne santé sexuelle et reproductive est un état de bien-être sur le plan physique, mental et social, relativement à tous les aspects de sa sexualité et du système reproducteur. La santé sexuelle et reproductive concerne toutes les personnes et se pose tout au long de la vie. Elle comprend évidemment une dimension biologique (le corps humain, son fonctionnement). Elle se décline aussi autour de dimensions psychoaffective (expression de ses émotions et désirs, développement de son imaginaire et intimité affective), morale (valeurs, croyances et principes qui influencent la vision de la sexualité), socioculturelle (messages véhiculés à travers les pratiques et les normes sociales, incluant la diversité sexuelle et la pluralité des genres ainsi que le cadre juridique qui définit les droits et libertés en matière de sexualité), et relationnelle (consentement, relations sans violence, etc.). Dans cet état d'équilibre, les personnes sont en mesure de profiter d'une vie sexuelle satisfaisante, saine et sûre, de décider si elles souhaitent avoir des enfants ou non, ainsi que quand et comment.

QUAND ET POURQUOI INTERVENIR ?

Le soutien en matière de santé sexuelle et reproductive vise à faciliter l'acquisition de connaissances, la capacité décisionnelle et l'accès aux services liés à sa vie reproductive et sa sexualité.

Prévenir l'adoption de comportements à risque en matière de sexualité et de relations permet de diminuer les facteurs de risque et de renforcer les facteurs de protection, notamment en matière de prévention et de traitement d'infections transmissibles sexuellement et par le sang (ITSS) et de grossesses non planifiées.

HAUSSE DES CAS D'ITSS

Au Québec, environ 40 000 personnes reçoivent un diagnostic d'ITSS chaque année. Ce chiffre est nécessairement sous-estimé, puisqu'il s'agit uniquement des personnes qui se font dépister. La plupart des ITSS ne présentent aucun symptôme, ce qui n'incite pas au dépistage et facilite alors la transmission. Dans certains contextes (culturel, travail du sexe, consommation de substances psychoactives, diversité sexuelle et pluralité des genres), il peut être difficile ou gênant de parler des ITSS et la stigmatisation reste un obstacle majeur pour l'accès aux services et aux soins.

Les ITSS sont causées par des micro-organismes qui peuvent se transmettre d'une personne à l'autre par contact sexuel (vaginal, anal ou oral), ainsi que par le sang ou le partage de matériel d'injection notamment. En parler doit donc se faire dans un contexte de non-jugement, de bienveillance et d'ouverture, sans jugement moral ou stéréotype (sexualité débridée, nombre de partenaires, origine culturelle spécifique, etc.).

Les infections peuvent également être transmises par le sang, notamment lors du partage de matériel de préparation, d'injection et d'inhalation de drogues ou lors d'un tatouage ou perçage avec du matériel non stérile. Une ITSS non détectée et non traitée peut causer de graves complications. La plupart des ITSS sont pourtant traitables avec des antibiotiques et les traitements sont généralement accessibles gratuitement au Québec.

LE VIRUS DE L'IMMUNODÉFICIENCE (VIH)

Il n'existe pas à l'heure actuelle de vaccin ni de traitement curatif. Cependant, les traitements antirétroviraux actuels, couverts au Québec par les régimes d'assurances médicaments privés et publics, sont très efficaces lorsque pris tels que prescrits. La qualité de vie des personnes vivant avec le VIH s'est nettement améliorée depuis l'arrivée de la thérapie antirétrovirale. Leur espérance de vie a rejoint celle des personnes séronégatives. Malgré ces avancées, l'infection doit néanmoins faire l'objet d'une attention médicale. Non traité, le virus affaiblit le système immunitaire et rend les personnes infectées plus vulnérables aux infections opportunistes, notamment face aux pneumonies et aux cancers. L'infection par le VIH peut évoluer vers le syndrome d'immunodéficience acquise (SIDA) et la mort.

Au Canada, toute personne se sachant infectée par le VIH a l'obligation légale de divulguer sa séropositivité à ses partenaires sexuels avant d'avoir des relations sexuelles qui comportent une « possibilité réaliste de transmission du VIH ».

RESSOURCES INCONTOURNABLES

- **Pour les intervenants**

[Fédération du Québec pour le planning des naissances \(FQPN\)](#) : La FQPN offre sur son site une carte interactive qui répertorie des ressources en santé sexuelle situées dans les différentes régions du Québec en plus de nombre de ressources informationnelles.

- **Pour les usagers**

[Interligne](#) : Interligne est un organisme de première ligne qui, par ses services d'écoute, d'intervention et de sensibilisation, contribue au mieux-être des personnes concernées par la diversité sexuelle et la pluralité des genres. Service d'aide et de renseignements par téléphone et texto 514 866-0103 (Montréal) ou 1 888 505-1010 (sans frais). Clavardage disponible en ligne.

[Portail VIH/sida du Québec](#) : Le portail VIH/sida du Québec est un organisme provincial qui a pour mission de soutenir et d'informer la population, les professionnels de santé et les personnes qui vivent avec une ITSS en lien avec la santé sexuelle.

Téléphone : disponible du lundi au vendredi au 514 523-4636 ou ligne sans frais au 1 877 767-8245.

Courriel : intervention@pvsq.org

[Info-Herpès](#) : Disponible les lundis et mardis, de 10 h à 17 h sans frais au 1 844 847-4242 ou

Courriel : info@infoherpes.org

[Tel-jeunes](#) : Services dédiés aux jeunes de 12 à 17 ans, à leurs parents, au personnel scolaire et aux adultes significatifs dans la vie de ces adolescents et adolescentes.

Pour les jeunes : par téléphone — disponible de 6 h à 2 h au 1-800-263-2266 ; par texto — disponible de 8 h à 22 h 30 au 514-600-1002 ; par chat — disponible de 8 h à 22 h 30

[Clavardage entre ados](#)

[Ligne parents](#) : par téléphone — disponible de 6 h à minuit au 1-800-361-5085 ; par chat — disponible de 6 h à 22 h 30

PROGRAMMES, SERVICES ET RESSOURCES PAR THÉMATIQUE

RESSOURCES GÉNÉRALES

AIDE, SOUTIEN ET RENSEIGNEMENTS

La capacité de prendre des décisions éclairées en lien avec sa santé sexuelle et reproductive dépend de l'accès à de l'information fiable et actuelle.

Diverses ressources facilitent le transfert des connaissances en promotion et prévention de la santé sexuelle et reproductive, en plus d'offrir du soutien personnalisé.

Ressources	Ressources informationnelles
<u>Sexplique</u> Organisme communautaire qui offre un service de soutien et intervention sexologique par téléphone, courriel ou dans leur bureau à Québec. Leur site web a une section « informations » qui contient plusieurs sujets touchant à la santé sexuelle et reproductive. Courriel : soutien@sexplique.org. Téléphone : 418 624-6808, poste 23. <u>Fédération du Québec pour le planning des naissances</u> Information sur des sujets variés liés à la sexualité et service de soutien et de référence téléphonique. Carte de ressources en ligne. Courriel : info@fqpn.qc.ca Téléphone : 514 866-3721 <u>Le fil rouge</u> Informations concernant les programmes de subvention pour l'achat de produits menstruels durables. Liste par région. <u>Le GRAME</u> Subventions pour produits d'hygiène personnelles durables. <u>Aire ouverte</u> Services offerts gratuitement aux moins de 25 ans. Il est possible de rencontrer des intervenants ou sexologues sur place. Pour trouver une aire ouverte <u>Conseil du statut de la femme</u> En annexe 2 de cette étude, une liste des municipalités offrant un remboursement pour les produits menstruels en date de 2021.	FQPN : La sexualité et la loi Éducaloi : Information sur l'âge du consentement au Québec Ministère de l'Éducation : Information sur le contenu des cours d'éducation à la sexualité Alloprof : Démystifier les cours d'éducation à la sexualité à l'école CISSS de Chaudière-Appalaches : Parler de sexualité avec votre jeune — Démystifier l'éducation à la sexualité — courte vidéo disponible avec sous-titrage en arabe ou en espagnol Ressources du RQASF : Information sur les produits menstruels Information sur le cycle menstruel, la puberté et la précarité menstruelle : Contenu pour les adolescents et leurs alliés <u>La Société des obstétriciens et gynécologues du Canada</u> La Société des obstétriciens et gynécologues du Canada est responsable de plusieurs initiatives, notamment les sites leSexeetMoi.ca, TesRègles.ca ou MaMénopause.ca. Ces sites traitent de diverses questions entourant la sexualité.

AIDE, SOUTIEN ET RENSEIGNEMENTS (suite)	
Ressources	Ressources informationnelles
Sext'Info Le service Sext'Info est un service de message texte, gratuit et confidentiel, où il est possible de poser des questions sur divers thèmes liés à la sexualité et d'obtenir une réponse rapidement. Par message texte : 514 400-9301 Service en anglais : 514 700-4411	

GYNÉCOLOGUE	
Le gynécologue est le spécialiste de la santé et du système reproducteur féminin. Plusieurs raisons peuvent pousser à consulter un gynécologue. Les motifs de consultation les plus fréquents sont : les saignements anormaux ; l'absence de règles ; les douleurs pelviennes ; l'infertilité ; les pathologies mammaires ; les troubles de la vie sexuelle ; le dépistage du cancer du col de l'utérus.	
Ressources	Ressources informationnelles
Au Québec, pour accéder à un médecin spécialiste pour la première fois, il est toujours nécessaire de consulter d'abord un médecin de famille ou médecin généraliste afin d'obtenir une référence. À noter qu'il n'est pas nécessaire de consulter un gynécologue pour effectuer un PAP test. Au Québec, les médecins généralistes peuvent effectuer cet examen. • Guichet d'accès à la première ligne numérique • Rendez-vous santé Québec Pour trouver un CLSC et vérifier les services qui y sont offerts Pour des ressources complémentaires en lien avec le cancer, consultez le document sur les saines habitudes de vie et les maladies chroniques.	Pour en savoir plus sur le cancer du col de l'utérus Pour en savoir plus sur les différents types de cancer qui peuvent affecter le système reproducteur

DÉPISTAGE DU CANCER DU SEIN

La mammographie est une radiographie des seins qui a pour but de détecter la présence d'un cancer.

Le Programme québécois de dépistage du cancer du sein (PQDCS) invite les femmes âgées de 50 à 74 ans à passer une mammographie de dépistage du cancer du sein tous les 2 ans.

Ressources	Ressources informationnelles
Les démarches pour prendre rendez-vous dans un centre de dépistage de votre région sont indiquées dans une lettre envoyée tous les 2 ans aux femmes concernées de 50 à 74 ans, les invitant à participer au PQDCS. La participation est sur une base volontaire et le dépistage est gratuit pour ceux qui sont assurés par la RAMQ. Si la lettre d'invitation n'a pas été reçue ou qu'elle a été perdue, il faut contacter le Centre de coordination des services régionaux (CCSR) de votre région. Il est possible de participer au Programme même sans lettre d'invitation. Il faut alors obtenir une ordonnance pour une mammographie de dépistage d'un médecin ou d'une infirmière praticienne spécialisée en soins de première ligne. • Guichet d'accès à la première ligne numérique • Rendez-vous santé Québec Pour des ressources complémentaires en lien avec le cancer, consultez le document sur les saines habitudes de vie et les maladies chroniques.	Pour s'informer sur le Programme québécois de dépistage du cancer du sein

UROLOGUE

L'urologue est le spécialiste de l'appareil urinaire, mais aussi de l'appareil génital masculin.

On peut le consulter pour plusieurs raisons : problèmes urinaires, dysfonction érectile, infertilité, troubles de la prostate, etc.

Ressources	Ressources informationnelles
Au Québec, pour accéder à un médecin spécialiste pour la première fois il est toujours nécessaire de consulter d'abord un médecin de famille ou médecin généraliste afin d'obtenir une référence. • Guichet d'accès à la première ligne numérique • Rendez-vous santé Québec Pour trouver un CLSC et vérifier les services qui y sont offerts.	Pour en savoir plus sur les différents types de cancers qui peuvent affecter le système reproducteur

CONTRACEPTION

CONTRACEPTION GÉNÉRALE

L'utilisation d'un contraceptif permet une plus grande autonomie à chacun(e) face à son corps, sa sexualité et son désir d'avoir ou non un enfant.

Plusieurs types de contraception sont disponibles au Québec, qu'il s'agisse de contraception hormonale ou de méthode barrière.

Il est possible d'obtenir une méthode de contraception sous prescription sans autorisation parentale ou tutorale à partir de l'âge de 14 ans.

Il n'y a pas d'âge pour se procurer des condoms, qui présentent l'avantage supplémentaire de protéger contre la transmission des ITSS.

Accès aux services	Ressources communautaires	Ressources informationnelles
Il existe plusieurs façons d'obtenir une méthode de contraception. La clinique de planification des naissances, la clinique médicale, la clinique jeunesse, le groupe de médecine familiale, la clinique du CÉGEP ou de l'université, ou, dans certains cas, un renouvellement la pharmacie. Les frais varient en fonction du moyen de contraception choisi. Il est possible de prendre rendez-vous par le portail Clic Santé • Option clinique jeunesse et aire ouverte pour les moins de 25 ans • Option ITSS et santé sexuelle • Option soins de santé • Option consultation en pharmacie Les condoms sont disponibles en vente libre dans les pharmacies et parfois offerts gratuitement dans les CLSC ou les maisons des jeunes. Pour trouver un CLSC et les services offerts Pour trouver une pharmacie et connaître les services qui y sont offerts Pour prendre rendez-vous en médecine familiale	Pour trouver de l'aide : Carte interactive des ressources de la Fédération du Québec pour le planning des naissances Guide pour aider au choix du contraceptif : Ça se planifie (caseplanifie.ca)	Pour de l'information sur la contraception : Contraception – Sex & U (sexandu.ca) La contraception au Québec de la FQPN La contraception à la suite d'un accouchement de l'INSPQ

CONTRACEPTION D'URGENCE

La contraception d'urgence peut éviter une grossesse imprévue. On peut y avoir recours dans plusieurs situations, par exemple : oublier de prendre sa contraception hormonale (pilule, timbre, injection) ; si aucune méthode contraceptive n'a été utilisée ; lors d'une agression sexuelle ; s'il y a eu un problème avec le condom (glissement, percé, expiré).

La contraception d'urgence ne doit pas servir de moyen de contraception habituel, mais elle peut prévenir la grossesse, au besoin.

Accès aux services	Ressources informationnelles
Contraception orale d'urgence La contraception orale d'urgence doit être prise le plus rapidement possible pour être efficace, au maximum 5 jours après la relation sexuelle. Les filles de 14 ans et plus n'ont pas besoin d'un accord parental pour se la procurer. Il est possible de rencontrer une infirmière le jour même dans un CLSC afin qu'on puisse offrir un test de grossesse gratuit par la même occasion. Complètement gratuit si prescrit par un médecin ou une infirmière. Une infirmière scolaire peut également être disponible selon l'école. Il est aussi possible d'obtenir une contraception orale d'urgence en se rendant directement en pharmacie et en parlant au pharmacien ou à la pharmacienne. Des frais d'environ 30 \$ sont applicables. Pour trouver une pharmacie et connaître les services qui y sont offerts Stérilet Le stérilet hormonal peut être utilisé comme méthode d'urgence jusqu'à 5 jours suivant une relation sexuelle à risque. Il est couvert par la RAMQ. Le stérilet de cuivre peut être utilisé comme méthode d'urgence jusqu'à 7 jours suivant une relation sexuelle à risque. Cette méthode peut être envisagée si le délai pour la prise de la pilule d'urgence est dépassé. Il n'est pas couvert par la RAMQ, le prix est variable. La pose du stérilet est tout de même couverte par la RAMQ. Dans les deux cas, il est nécessaire de consulter un(e) médecin ou un(e) infirmier(ère) praticien(ne) spécialisé(e) en soins de première ligne. Pour trouver un CLSC Il est possible de prendre rendez-vous par le portail Clic Santé Pour prendre rendez-vous en médecine familiale Trouver une clinique qui offre des consultations le jour même ou suivant	Pour s'informer sur la contraception d'urgence : Contraception d'urgence – Sex & U (sexandu.ca) Contraception orale d'urgence de SOS Grossesse

CONTRACEPTION DÉFINITIVE

La ligature des trompes est une intervention qui consiste à bloquer les trompes de Fallope afin d'empêcher l'ovule de se rendre à l'utérus. La ligature des trompes est un moyen permanent de contraception puisque la réversion est une intervention compliquée, coûteuse et qui ne réussit pas toujours.

La vasectomie est une intervention qui consiste à sectionner les canaux déférents et empêcher ainsi les spermatozoïdes de se rendre des testicules au pénis. La vasectomie est un moyen permanent de contraception ou de stérilisation, puisque la réversion est une intervention compliquée, coûteuse et dont les chances de réussite sont minces, surtout lorsque beaucoup de temps s'est écoulé depuis l'intervention.

Accès aux services	Ressources communautaires	Ressources informationnelles
Ligature des trompes La ligature des trompes est offerte seulement par le système public de santé au Québec. Le coût de l'intervention est habituellement couvert par le Régime d'assurance maladie du Québec. Il faut consulter un médecin pour obtenir un rendez-vous avec un spécialiste qui pratique l'intervention. Avant d'accepter de faire la ligature, certains médecins tiennent compte de l'âge de la personne et du nombre d'enfants. En cas de refus d'un médecin, il est possible d'en consulter un autre. Vasectomie Il faut habituellement consulter un médecin pour obtenir un rendez-vous avec un spécialiste qui pratique l'intervention au public. La procédure est remboursée par la RAMQ. Il n'est pas toujours obligatoire d'obtenir une référence d'un médecin avant de prendre rendez-vous avec le spécialiste qui effectuera la procédure dans le système privé. Dans ce cas, la procédure n'est pas couverte par la RAMQ. Pour prendre rendez-vous en médecine familiale Pour vous aider à trouver une ressource dans votre région : Info-Santé, Téléphone : 811	Pour trouver de l'aide : Carte interactive des ressources de la Fédération du Québec pour le planning des naissances	Qu'est-ce que la ligature des trompes de SOS Grossesse Qu'est-ce que la vasectomie de Vasectomie Québec

GROSSESSE

AVANT, PENDANT ET APRÈS LA GROSSESSE

Voir aussi le document sur la [périnatalité](#).

INTERRUPTION DE GROSSESSE

L'avortement est un acte médical qui consiste à mettre un terme à une grossesse. Il est aussi appelé interruption volontaire de grossesse (IVG). Au Québec, l'avortement est une pratique légale encadrée et sécuritaire. Toutes les personnes de 14 ans et plus peuvent choisir d'interrompre une grossesse sans avoir besoin d'une permission.

Il existe deux méthodes d'avortement : l'interruption de grossesse par médicaments (pilule abortive) et l'interruption de grossesse par instruments (parfois appelée chirurgicale). Ce sont l'état de santé, le stade de la grossesse et les préférences de la personne qui déterminent le choix de la méthode d'avortement.

Accès aux services	Ressources communautaires	Ressources informationnelles
Les services d'avortement sont gratuits partout pour les personnes couvertes par la RAMQ ou le Programme fédéral de santé intérimaire (PFSI). Ils peuvent aussi être couverts par une assurance privée. Pour les autres, les tarifs diffèrent en fonction de l'endroit, du stade de la grossesse, des conditions médicales. Il faut communiquer avec les cliniques pour connaître les frais. Pour trouver une ressource qui offre des services d'interruption de grossesse Pour obtenir un rendez-vous : Guichet d'accès à la première ligne numérique	SOS Grossesse Accompagnement personnalisé sans jugement. Accueil, écoute, information, rencontres de soutien, etc. Pour parler à une intervenante À Québec : 418 682-6222 Ailleurs : 1 877 662-9666 (sans frais). 7 jours sur 7 — de 9 h à 21 h Il est aussi possible de clavarder avec un intervenant directement sur le site : SOS Grossesse Voir les outils d'aide à la décision. Pour trouver de l'aide : Carte interactive des ressources de la Fédération du Québec pour le planning des naissances	Pour de l'information sur l'interruption de grossesse au Québec : Ta raison c'est la bonne : Les vérités — Ta raison Gouvernement du Québec : À propos des services d'avortement Éducaloi : Avortement gratuit et légal tout au long de la grossesse

PROCRÉATION ASSISTÉE

La procréation assistée fournit une solution aux personnes qui ne parviennent pas à concevoir un enfant.

Par procréation assistée, on entend toutes les façons de concevoir un enfant en l'absence de relation sexuelle, ou bien avec de l'aide pharmacologique. Elle comprend des procédés relativement simples, comme l'insémination artificielle, ou des techniques plus invasives telles que la fécondation in vitro (FIV).

Recourir à la procréation assistée est légal, quels que soient le genre, l'orientation sexuelle ou le statut de couple. Les limites imposées dans les cliniques sont liées à l'âge et à l'indice de masse corporelle, qui ont un impact sur le taux de succès des interventions.

Accès aux services	Ressources communautaires	Ressources informationnelles
Avant même d'avoir recours au service de procréation assistée, une évaluation de la fertilité doit être effectuée. Elle peut être réalisée par le médecin de famille, un gynécologue ou directement dans un centre de procréation assistée (CPA). Les cliniques doivent détenir un permis pour exercer des activités de procréation assistée. Elles peuvent être situées dans des centres hospitaliers publics ou dans des cabinets privés. Pour ceux qui n'ont pas de médecin de famille : Guichet d'accès à la première ligne numérique Pour accéder à la liste des centres de procréation assistée Certains frais et services peuvent être couverts dans le cadre du programme de procréation assistée et d'autres non, pour en savoir plus	La coalition des familles LGBT+ La coalition peut aider les personnes LGBT+ en les informant des parcours possibles pour fonder leur famille et offrir un service de soutien et de référence, notamment en matière de droits individuels	Ressources du gouvernement du Québec : Le programme de procréation médicalement assisté, les services assurés et les démarches Les Règles à suivre pour un projet parental de grossesse pour autrui lorsque la mère porteuse et les parents d'intention sont domiciliés au Québec Ressources de la Fédération du Québec pour le planning des naissances : Fonder une famille au Québec Qu'est-ce que la procréation assistée

INFECTIONS TRANSMISSIBLES SEXUELLEMENT ET PAR LE SANG (ITSS)

DÉPISTAGE DES ITSS

Les personnes ayant une ITSS n'ont pas toujours de symptômes, seul un test de dépistage permet de confirmer si une personne est infectée ou non.

Certains groupes de la population sont plus touchés par les ITSS : les jeunes de 25 ans et moins ; les hommes ayant des relations avec des hommes ; les travailleurs et travailleuses du sexe et leurs clients ; les personnes utilisatrices de drogues ; les personnes originaires d'une région ou d'un pays où les ITSS sont très répandues.

Accès aux services	Ressources communautaires	Ressources informationnelles
Service intégré de dépistage et de prévention des ITSS (SIDEPE) : Offert à certains groupes plus touchés par une ou plusieurs ITSS. Pour trouver un CLSC et vérifier s'il offre le service de dépistage Pour les moins de 25 ans : Pour prendre rendez-vous dans une clinique jeunesse, option clinique jeunesse et aire ouverte. Pour trouver un point de service aire ouverte et vérifier si le service de dépistage y est offert Pour prendre rendez-vous à tous les âges, Portail Clic santé, option ITSS et santé sexuelle.	Pour trouver de l'aide : Carte interactive des ressources de la Fédération du Québec pour le planning des naissances Portail VIH/sida Offre de l'information, du soutien et de la formation. Ligne téléphonique sans frais, clavardage	Ressources du gouvernement du Québec : Tout connaître sur les ITSS Dépistage des ITSS ITSS et grossesse Dépliant destiné aux personnes atteintes d'une infection transmissible sexuellement ou par le sang (ITSS) et qui contient de l'information sur la chlamydia, la gonorrhée, la syphilis et le VIH

VIRUS DE L'IMMUNODÉFICIENCE HUMAINE (VIH) ET SIDA

Le VIH est un rétrovirus qui s'attaque aux cellules du système immunitaire. Il ne peut pas être détecté immédiatement après une exposition avec probabilité d'exposition, cependant un traitement d'urgence peut être offert.

Grâce à l'efficacité des traitements antirétroviraux, la plupart des personnes qui vivent avec le VIH ne développeront jamais le sida. En recevant les soins et traitements appropriés, il est maintenant possible de vivre longtemps, en bonne santé, et sans transmettre le VIH.

Accès aux services	Ressources communautaires	Ressources informationnelles
Les démarches pour obtenir un test de dépistage sont les mêmes que pour les autres ITSS (voir section dépistage des ITSS). Lors d'un résultat positif, la personne sera orientée vers les ressources pour obtenir des soins. Pour avoir accès à la prophylaxie préexposition (PrEP) : La PrEP est une stratégie de prévention destinée aux personnes non infectées par le VIH, mais qui pourraient y être exposées. Pour avoir accès à la PrEP, il faut consulter un médecin, une infirmière ou faire appel à une clinique spécialisée (ex. : SIDEPE), certaines pharmacies peuvent aussi procéder à une évaluation et à une prescription. Pour ceux qui sont couverts par l'assurance maladie, le traitement coûtera environ 100 \$ par mois. Le traitement est aussi couvert par la plupart des assurances privées. Pour ceux qui ne sont pas couverts, il est question de 300 \$ à 1000 \$ par mois, plus les frais médicaux. Pour prendre rendez-vous : Portail Clic santé, option ITSS et santé sexuelle.	Pour trouver une ressource de soutien dans votre région : Soutien communautaire au Québec du Portail VIH/sida Les 36 organismes membres de COCQ-SIDA à travers le Québec Où aller de Catie, la source canadienne de renseignements sur le VIH et l'hépatite C Autotest du VIH : Il est possible de se procurer gratuitement des autotests et de l'accompagnement dans certains organismes communautaires. Certains d'entre eux sont recensés par le Portail VIH/sida. Il est tout de même recommandé d'entrer en contact avec l'organisme avant de se déplacer.	Le portail VIH/sida du Québec La page sur la prophylaxie postexposition (PPE) du REZO Pour en savoir plus sur la PrEP La page sur les droits et le VIH de COCQ-SIDA

VIRUS DE L'IMMUNODÉFICIENCE HUMAINE (VIH) ET SIDA (suite)**Accès aux services**

Pour trouver et avoir accès à la prophylaxie postexposition (PPE) :

La PPE est une mesure d'urgence utilisée pour prévenir l'infection du VIH chez les personnes non infectées à la suite d'une possible exposition au virus.

Appeler le service Info-Santé en composant le 811 le plus rapidement possible, soit entre 24 et 48 heures, jusqu'à un délai maximal de 72 h à la suite de l'exposition possible.

Le traitement est couvert par la RAMQ avec une contribution autour de 100 \$, il est aussi couvert par le [PFSI](#). Le coût du traitement varie de 1500 \$ à 2000 \$ pour ceux qui ne sont pas couverts.

Pour les personnes qui avaient déjà débuté la prise d'un traitement antirétroviral dans le pays d'origine ou qui commencent un traitement, et qui sont temporairement sans couverture médicament, il est possible de discuter d'un programme d'accès compassionnel ou d'un programme de soutien en [pharmacie](#).

HÉPATITE C (VHC)

Dans certaines conditions, comme à l'intérieur d'une seringue, le virus peut rester actif plusieurs semaines.

Le traitement de l'hépatite C s'est beaucoup amélioré dans les dernières années, et les personnes peuvent guérir en quelques mois. Les assurances privées et publiques au Québec le couvrent, des frais peuvent subsister.

La guérison ne confère pas d'immunité, et la réinfection à l'hépatite C est possible.

Il n'existe pas de vaccin.

Accès aux services	Ressources communautaires	Ressources informationnelles
Les démarches pour obtenir un test de dépistage sont les mêmes que pour les autres ITSS (voir section dépistage des ITSS). Lors d'un résultat positif, la personne sera orientée vers les ressources pour obtenir des soins.	Centre associatif polyvalent d'aide hépatite C (CAPAHC) Le CAPAHC offre des services de soutien et d'informations pour les personnes travaillant avec des communautés impactées par l'hépatite C, les personnes qui vivent avec le VHC et leurs proches. Ligne de soutien sans frais : 1 866 522-0444	Ressources de Catie : Pour de l'information en plusieurs langues L'essentiel de l'hépatite C

VIRUS DU PAPILLOME HUMAIN (VPH), HÉPATITE A, HÉPATITE B HÉPATITE C

Voir le document sur la [vaccination et l'immunisation](#)

COMMUNAUTÉ LGBTQ+

AIDE, SOUTIEN ET RENSEIGNEMENTS

Les personnes qui ne sont pas d'orientation hétérosexuelle, dont l'identité de genre ne correspond pas au sexe assigné à la naissance, ou dont le corps ou l'expérience du genre ne se définit pas en termes binaires peuvent utiliser une variété de termes pour s'identifier elles-mêmes et auprès de leurs différents milieux. Ainsi, le sigle LGBTQ+ (lesbiennes, gais, bi, trans, queers, et plus) est un des exemples de sigle qui se veut inclusif de toutes les réalités de la diversité sexuelle et de la pluralité des genres.

Le soutien social ainsi que des environnements inclusifs sont parmi les facteurs les plus importants contre les effets néfastes de la discrimination vécue par les personnes LGBTQ+.

Pour soutenir les personnes LGBTQ+, il est important de reconnaître et défaire plusieurs idées et stéréotypes. Le soutien des parents contribue particulièrement à diminuer les impacts négatifs de l'homophobie et de la transphobie sur les jeunes.

Ressources	Ressources informationnelles
Interligne Services d'écoute, d'intervention et de sensibilisation pour toute la communauté LGBTQ+, gratuits et confidentiels. Téléphone et texto : 514 866-0103 (Montréal) ou 1 888 505-1010. Clavardage disponible en ligne AlterHéros Service informationnel entièrement en ligne portant sur la diversité sexuelle et la pluralité des genres. Il est possible de consulter les réponses aux questions qui ont déjà été posées ou de poser une nouvelle question. Aide aux trans du Québec Ligne d'écoute et d'intervention 24 h pour les personnes trans et leurs proches. Sans frais : 1 855 909-9038 — option 1. Rencontres d'aide psychosociale individuelle ou familiale, groupes de soutien hebdomadaires, activités d'échanges, etc. Alix Un endroit sécuritaire pour parler des violences vécues par la communauté ou pour déclarer une situation de violence de façon anonyme.	Lexique de la diversité d'Interligne De l'information pour les parents par des pédiatres canadiens De l'information sur les réalités associées à la diversité sexuelle et la pluralité des genres Transitionner en contexte québécois — Projet visant à démystifier les démarches de transition médicale et légale ainsi que l'accès à celles-ci en contexte québécois. Ce guide s'adresse en premier lieu aux personnes trans, non binaires et en questionnement.

AIDE, SOUTIEN ET RENSEIGNEMENTS (suite)

Ressources

Rézo

Offre des services d'éducation et de prévention du VIH et des autres ITSS auprès des hommes GBQ (gais, bi, queers), des autres hommes, et des personnes trans ayant des relations sexuelles avec des hommes. RÉZO offre plusieurs possibilités de consultation en ligne gratuite avec un intervenant ou une intervenante.

Prisme Québec

Le Programme de référence et de soutien Masculin Entre-Pairs (PRISME) offre un service d'accompagnement et soutien, un service d'accueil, d'écoute, de référence téléphonique et de groupes de soutien pour les hommes cis et trans de 22 ans et plus qui vivent des questionnements ou des difficultés en lien avec leur orientation sexuelle.

Pour le service gratuit et confidentiel d'accompagnement individuel ou le service d'écoute : de 8 h 30 à 16 h 30 au (418) 649-1232. Ou (418) 649-0788 info@prisme.org

La coalition des familles LGBT+

La coalition peut offrir un service de soutien et référence, notamment en matière de droits individuels

Bottins de ressources par région :

- [Ressources — RÉZO](#)
- [Interligne](#) voir Service d'aide
- [Aide aux trans du Québec](#)
- [Prestataires de services · Jeunes Identités Créatives](#)

AIDE JURIDIQUE

Beaucoup de personnes LGBTQ+ se méfient du monde juridique, tantôt en raison des discriminations historiques, tantôt du fait de sa complexité. Certaines ressources visent donc à leur offrir de l'information juridique adaptée à leurs réalités.

Ressources

Interligne

L'espace juridique offre aux personnes LGBTQ+ un espace gratuit et sécuritaire où accéder à de l'information juridique adaptée à leurs réalités.

Pour de l'information Courriel : aide@interligne.co

Pour poser des questions par téléphone, les mardis de 17 h à 20 h au 1 888 970-2720 (sans frais).

Clinique Juritrans

Service juridique à distance et en présentiel pour les personnes trans et non binaire. Le service permet notamment d'obtenir de l'accompagnement et de l'aide concernant le processus de changement de nom ou de la mention du sexe au Québec pour toute personne en ayant besoin.

Ressources informationnelles

Éducaloi — [Nouveaux arrivants LGBTQ+ : comprendre vos droits](#)

PERSONNES ÂÎNÉES

L'isolement social est un contexte dans lequel une personne a peu de liens sociaux avec les autres. En raison d'un historique de discrimination, d'exclusion et de peur de la stigmatisation, les personnes âgées LGBTQ+ ne désirent pas toujours s'afficher ouvertement ou être incluses dans la communauté et peuvent devenir progressivement isolées ou avoir vécu isolées tout au long de leur vie.

Ressources	Ressources informationnelles
<u>Interligne</u> Programme de jumelage téléphonique et de correspondance intergénérationnelle pour briser l'isolement social et favoriser une meilleure compréhension mutuelle entre les générations.	<u>Aide-mémoire pour intervenir auprès des personnes âgées LGBTQ+</u> du Centre de recherche et d'expertise en gérontologie sociale <u>Isolement social des aînés : un regard sur les aînés LGBTQ au Canada</u> du Gouvernement du Canada

VIOLENCES SEXUELLES**AGRESSIONS SEXUELLES, EXPLOITATION SEXUELLE, VIOLENCE CONJUGALE OU INTRAFAMILIALE, MUTILATIONS GÉNITALES FÉMININES**

Pour les ressources qui touchent aux violences sexuelles, voir le document [violence et intimidation](#).

RESSOURCES ADDITIONNELLES À MONTRÉAL

- **Pour les usagers**

[Le cercle orange](#)

Le cercle orange soutient les personnes vivant avec le VIH à Montréal qui n'ont pas accès aux soins de santé. Il met les participant.es en contact avec des ressources médicales, juridiques et communautaires et leur offre un accès à des médicaments gratuits et à du soutien. Des services peuvent aussi être offerts pour les personnes habitant la ville de Québec et de Gatineau. Son offre de services est en expansion, il peut alors être pertinent de vérifier si des services sont offerts dans votre région.

Courriel : info@cercleorange.ca

[ACCM](#) (AIDS Community Care Montreal)

ACCM est un organisme communautaire spécialisé en VIH, virus de l'hépatite C (VHC) et santé sexuelle au Québec. Il fournit une éducation à la prévention, des informations sur les traitements et des services de soutien aux communautés anglophones et allophones. Il est possible d'y obtenir des rendez-vous individuels personnalisés et d'être dirigé vers des ressources communautaires externes. L'organisme offre aussi des groupes de discussion en anglais, en français et en espagnol, ainsi qu'un groupe conçu spécialement pour les femmes.

Téléphone : 514 527-0928

Courriel : info@accmontreal.org ou support@accmontreal.org

[Centre universitaire de santé McGill](#)

Le service des maladies virales chroniques (SMVC) dispense des soins et services de soutien multidisciplinaires aux adultes atteints d'infections chroniques comme le VIH, l'hépatite C, l'hépatite B ou le VPH. Il s'agit d'une des plus importantes cliniques spécialisées dans ces maladies virales au Canada. Elle offre des services diagnostic, des soins et des traitements avec une approche axée sur les réalités des personnes migrantes.

Clinique VIH-Hépatite C : 514 934-1934 poste 32090

Clinique de SMVC : 514 843-2090

[Stella](#)

Stella a pour but d'améliorer la qualité de vie des travailleuses du sexe et de leur offrir du soutien et de l'information afin qu'elles puissent vivre et travailler en sécurité et avec dignité ; ainsi que de contrer les violences et les différents facteurs qui les mettent à risque de devenir infectées par le VIH et des ITSS.

Ligne d'écoute : 1 514 285-8889

Courriel : info@chezstella.org

En personne : les lundis, mercredis, jeudis et vendredis — de 11 h à 17 h – 2065 rue Parthenais, bureau 404, Montréal.

AGIR Montréal

AGIR Montréal (Action LGBTQIA+ avec les Immigrant.es et Réfugié.es) est un organisme autonome à but non lucratif, par et pour la communauté migrante LGBTQIA+ vivant à Montréal.

Courriel : info@agirmontreal.org

[Formulaire en ligne](#) pour du soutien

PERSONNES AYANT RÉVISÉ OU COLLABORÉ À ENRICHIR CE PROJET

Institut national de santé publique du Québec

Stephani Arulthas, Emilie Audy, Maryse Caron, Gabrielle Désilets, Dominique Gagné, François Gagnon, Annie Gauthier, Liliana Gomez, Édith Guilbert, Mathieu Maltais, Aurélie Maurice, Annie Montreuil, Elisabeth Papineau, Marie-Claude Roberge, André Tourigny, Brigitte Paquette, Chantale Sauvageau, Laurence Pothier, Nicholas Brousseau, Pierre-Henri Minot.

Sous-ministériat à la prévention et à la santé publique du Ministère de la Santé et des Services sociaux

Carol-Ann Lavoie, Geneviève Martel, Juliette Martin, Renée Paré, Carole Anne Auger, Catherine Dufour, Laetitia Madjri, Maryane Tremblay, Audrey Vézina, Isabelle Breton, Karine Grenier, Stéphane Groulx, Marie-Pier Parent, Peggy Bedon, Catherine Denis, Chantal Lacroix.

AUTRES PARTENAIRES

Direction régionale de santé publique du Centre intégré universitaire de santé et de services sociaux du Centre-Sud-de-l'Île-de-Montréal

Zoé Brabant, Danielle Kouhio Depri.

Intervenants communautaires interculturels (ICI) — Santé

Hang Chen, Centre d'appui aux communautés immigrantes de Bordeaux-Cartierville

Jonathan Ferrero, Centre-Émersion Manicouagan

Solange Valérie Kouamo, Accès Accueil Action Basses-Laurentides

Ekta Manglik, Centre d'intégration multiservice de l'Ouest de l'île

Ouassila Mehamsadji, Accueil aux immigrants de l'est de Montréal

Paula Mazzeo, Alliance pour l'accueil et l'intégration des immigrant-e-s

Robbie Paul, Orienthèque

Sylvie Pelletier, Accès Travail Portneuf

Table de concertation des organismes œuvrant auprès des réfugiés et des migrants (TCRI)

Marie-Claire Rufagari, Maude Bisson, Nouhad Sawaf.

Fondation des maladies du cœur et de l'AVC

Francine Forget Marin, Elizabeth Obregon.

Les personnes qui ont révisé ce document ont été conviées à apporter des commentaires sur la version préfinale, et en conséquence, n'en ont pas révisé ni endossé le contenu final.

Ressources en santé sexuelle et reproductive

RÉDACTION

Marie-Hélène Senay, conseillère scientifique
Marie-Kim Bouchard, conseillère
Secrétariat général
Elyse Durocher, conseillère scientifique spécialisée
Direction de la santé environnementale, au travail et de la toxicologie

SOUS LA COORDINATION DE

Benoit Houle, chef d'unité, Affaires publiques, communications et transfert de connaissances
Secrétariat général
Institut national de santé publique du Québec

COLLABORATION

Émilie Dionne
Sophie Pomedio
Direction de la planification, du développement et des mandats transversaux en santé publique
Ministère de la Santé et des Services sociaux
Hamida Mukarurangwa, conseillère
Maritza Guillén, conseillère
Direction des politiques et programmes d'intégration
Ministère de l'Immigration, de la Francisation et de l'Intégration
Janine Badr, conseillère scientifique
Vice-présidence aux affaires scientifiques
Institut national de santé publique du Québec

RÉVISION

Maude Chapados, conseillère-cadre, politiques publiques
Julie St-Pierre, conseillère scientifique spécialisée
Secrétariat général

Les rédactrices ont dûment rempli leurs déclarations d'intérêts et aucune situation à risque de conflits d'intérêts réels, apparents ou potentiels n'a été relevée.

Les reproductions à des fins d'étude privée ou de recherche sont autorisées en vertu de l'article 29 de la Loi sur le droit d'auteur. Toute autre utilisation doit faire l'objet d'une autorisation du gouvernement du Québec qui détient les droits exclusifs de propriété intellectuelle sur ce document. Cette autorisation peut être obtenue ou en écrivant un courriel à : droits.dauteur.inspq@inspq.qc.ca.

Les données contenues dans le document peuvent être citées, à condition d'en mentionner la source.

Dépôt légal — 1^{er} trimestre 2026
Bibliothèque et Archives nationales du Québec
ISBN : 978-2-555-03014-5 (PDF [ensemble])
ISBN : 978-2-555-02956-9 (PDF)
DOI : <https://doi.org/10.64490/YZYX2795>

© Gouvernement du Québec (2026)

N° de publication : 3765-ressources-sante-sexuelle-reproductive