

## Manitoba

Manitoba Health  
300 Carleton  
P.O. Box 925  
Winnipeg MB R3B 3M9  
Tél. : (204) 786-7101  
Site Web : <http://www.gov.mb.ca/health/index.html>

## Nouveau-Brunswick

Assurance-maladie au  
Nouveau-Brunswick  
C. P. 5100  
Fredericton NB E3B 5G8  
Tél. : 1 888 762-8600 ou  
(506) 684-7901  
Site Web : <http://www.gnb.ca/0053/fr/assumala.htm>

## Nouvelle-Écosse

Medical Services Insurance  
P.O. Box 500  
Halifax NS B3J 2S1  
Tél. : (902) 468-9700

**Atténuer le choc culturel**

### *Adonnez-vous à votre passe-temps favori*

Écoutez la musique que vous aimez ou pratiquez votre violon d'Ingres. Une activité qui vous rappelle la maison vous rendra la vie plus agréable et vous aidera à vous adapter à une culture différente.

## Nunavut

Department of Health  
and Social Services  
Sac postal 003  
Rankin Inlet NU X0C 0G0  
Tél. : 1 800 661-0833 ou  
(867) 645-8002

## Ontario

Ontario Health Insurance  
Head Office  
C.P. 48  
Kingston ON K7L 5J3  
Tél. : (613) 548-7878  
Site Web :  
<http://www.moh.gov.on.ca>

## Québec

Régie de l'assurance-maladie  
du Québec  
C.P. 6000  
Québec QC G1K 7T3  
Tél. : 1 800 707-3380 ou  
(418) 682-5131  
Site Web :  
<http://www.ramq.gouv.qc.ca>

## Saskatchewan

Saskatchewan Health  
T.C. Douglas Building  
3475 Albert Street  
Regina SK S4S 6X6  
Tél. : 1 800 667-7551 ou  
(306) 787-3251  
Site Web :  
<http://www.health.gov.sk.ca>