

BESOIN DE PARLER ? ON VOUS ÉCOUTE.

LIGNES D'ÉCOUTE-contexte covid-19

| Adultes-général | |
|---|-----------------------|
| TEL-AIDE MONTRÉAL Service d' <u>écoute</u> téléphonique gratuit, anonyme et confidentiel, en français et en anglais par bénévoles formés. 24hrs/24 mais plus de disponibilités entre 7h00 à 23h00. 7j *Contexte de Covid-19, plus de bénévoles en français. | 514 935 1101 |
| TEL-ÉCOUTE <u>Écoute</u> et orientation par bénévoles formés. Gratuit et confidentiel. 10 h à 22 h, 365 j. | 514 493 4484 |
| PRACOM *Écoute téléphonique temporaire par intervenantEs mise sur pied dans le cadre du contexte du Covid-19, pour adultes Lundi au jeudi 9h00 à 20h00 Vendredi 9h00 à 16h00 | 514-527-6766 |
| AinéEs et proches aidants d'aînéEs | |
| TEL-AÎNÉS MONTRÉAL- 60 ans et plus et proches aidants Services d' <u>écoute</u> et références par bénévoles formés. Gratuit et confidentiel. 10h à 22h, 365j. | 514 353 2463 |
| LIGNE AIDE ABUS AÎNÉS IntervenantEs spécialisés. Abus, intimidation maltraitance. Aide aux <u>personnes âgées</u> qui <u>subissent</u> ou aux personnes qui sont <u>témoins</u> (proches, voisins, intervenantEs, commerçants, etc.) Français, anglais. on peut laisser message confidentiel si en attente ou attendre en ligne. 8h00 à 20h00, 7j | 1 888 489 2287 |
| INFO-AIDANT Service téléphonique et par courriel professionnel, confidentiel et gratuit offert par l'Appui et qui s'adresse aux proches aidants d'aînés et à leur entourage, aux intervenants et aux professionnels de la santé. Écoute, infos et références. Français, anglais | 1 855 852-7784 |
| Parents | |
| LIGNE-PARENTS | 1 800 361 5085 |

BESOIN DE PARLER ? ON VOUS ÉCOUTE.

| | |
|--|--|
| Soutien par intervenantEs par téléphone : 24hrs/ 24, 365 j.; par clavardage en direct : 2h du matin et 2h30 et par courriel Beaucoup d'infos sur leur site internet | |
| PREMIÈRE RESSOURCE Soutien par intervenantEs par téléphone, clavardage et courriel (non urgent) pour parents et les jeunes Lundi au vendredi 9h00 à 16h30, septembre à juin | 514-525-2573 |
| Enfants et Jeunes | |
| TEL-JEUNES Soutien par intervenantEs, 24h, 365j, par téléphone, texto, clavardage, courriel | 1-800-263-2266 Texto : 514-600-1002 |
| JEUNESSE J'ÉCOUTE Soutien par intervenantEs, 24h, 365j, par téléphone, texto ou clavardage. Français et anglais. *Beaucoup d'infos sur leur site internet dont sur Covid-19 | 1-800-668-6868 |

| | |
|--|--|
| Situations de crise | |
| SOS Violence conjugale Soutien téléphonique français, anglais, par ATS pour personnes sourdes ou encore par courriel. anonyme 24hrs/ 24, 7 jours victimes de violence conjugale et à l'ensemble des personnes concernées par cette problématique | 1-800-363-9010 |
| CENTRES DE CRISE L'Intervention téléphonique, en service 24/7, permet de désamorcer la crise et d'accueillir les émotions (peur, colère, anxiété, etc.) | Sud-Ouest : Centre L'Autre Maison (514) 768-7225 Centre-Sud : Centre de crise Le Transit (514) 282-7753 |
| SUICIDE-ACTION MONTRÉAL Services aux <u>personnes suicidaires</u> , à leur <u>entourage</u> , aux proches, aux personnes endeuillées, aux organismes touchées par le suicide (post-vention), aux intervenantEs et aux sentinelles. 24/7 | 1 866 277 3553 |

| | |
|--|--|
| Autres | |
| TEL ÉCOUTE : LE DEUIL Le deuil : En parler pour mieux le vivre | 1 888 LE DEUIL 1 888 (533 3845) |

BESOIN DE PARLER ? ON VOUS ÉCOUTE.

Ligne d'écoute gratuite qui s'adresse à toutes les personnes vivant un deuil à la suite du décès d'un proche.