

Quand ça va pas, il y a des gens pour toi

Jeunesse, j'écoute

- Appelle au **1 800 668-6868**
- Texte PARLER au **686868**

Ligne d'aide en cas de crise de suicide

- Appelle ou texte au **988**

Ligne d'écoute d'espoir pour le mieux-être

Offert à tous les peuples autochtones au Canada.

- Appelle au **1 855 242-3310**
- Visite espoirpourlemieuxetre.ca pour clavarder en ligne

211

Répertoire des services sociaux et programmes communautaires en Ontario.

- Appelle ou clavarde au **211**

Parlons maintenant

- Appelle au **1 855 416-8255**
- Visite onestoptalk.ca/fr pour clavarder en ligne

Santé 811

Mise en relation avec du personnel infirmier diplômé pour obtenir des conseils confidentiels en matière de santé.

- Appelle au **811**
- health811.ontario.ca

Carrefours bien-être pour les jeunes Ontario

- Visite centresbien-etrejeunesse.ca pour trouver un Carrefour bien-être près de chez toi

Black Youth Helpline (en anglais seulement)

- Appelle au **416 285-9944** ou sans frais au **1 833 294-8650**
- blackyouth.ca

ConnexOntario

Informations sur la santé mentale, les dépendances, y compris le vapotage et le jeu compulsif.

- Appelle ou texte au **1 866 531-2600**
- connexontario.ca/fr-ca

Ligne d'assistance Naseeha

Pour les jeunes musulmanes et musulmans et autres jeunes.

- Appelle au **1 866 627-3342**
- naseeha.org (en anglais seulement)

La disponibilité de ces services d'aide peut varier. Balaye le QR code ici pour accéder aux sites web directement et vérifier leurs disponibilités.

EN CAS D'URGENCE, APPELLE LE 911.

