

## LISTE DES NUMÉROS À UTILISER EN CAS D'URGENCE

### 211 – Ressources socio-communautaire de proximité



Pour aider les personnes à trouver des ressources sociocommunautaires de proximité

Une mine d'information pour un vaste public

211qc.ca

Par téléphone 2-1-1

Site web 211qc.ca

Centraide

### Jeunesse J'écoute



Besoin d'en parler? On est ouvert.

Texte à 686868

JeunesseJecoute.ca

Appelle au 1-800-668-6868

Jeunesse, J'écoute

### Tel-aide



tel aide 514 935-1101

Gratuit, anonyme et confidentiel

Besoin de parler? On vous écoute.

telaide.org

### S.O.S. violence conjugale



DE L'AIDE AU BOUT DU FIL  
24 H SUR 24 – 7 JOURS SUR 7

SOS VIOLENCE CONJUGALE

514 873-9010  
1 800 363-9010

www.sosviolenceconjugale.ca

### Suicide Action Montréal

SUICIDE ACTION MONTRÉAL

UNE LIGNE DE VIE

1-866-277-3553  
(1-866-APPELLE)



En détresse, inquiet, endeuillé; nous sommes là, ici et maintenant.

### Interligne (Gai-écoute)



Centre d'aide, d'écoute téléphonique et de renseignements des gais et lesbiennes du Québec

Parler, ça fait du bien

1 888 505-1010 / 514 866-0103 / aide@gaiecoutte.org

### Ligne des parents

LigneParents

1 800 361-5085

www.LigneParents.com