

# Services de navigation



Kaniatarowanénhne Kaniataríio Ata'karitéhtshera Raotinèn:ra



ÉQUIPE SANTÉ  
ONTARIO DU  
Grand  
FLEUVE



## Lignes de crise

### Ligne de crise en santé mentale

1-866-996-0991

[www.lignedecrise.ca](http://www.lignedecrise.ca)

Soutien en santé mentale offert 24/7 pour les personnes de 16 ans et plus.

### Jeunesse, J'écoute

1-800-668-6868

Textez PARLER au 686868

[www.jeunessejecoute.ca](http://www.jeunessejecoute.ca)

Soutien 24/7 pour être écouté et orienté vers des ressources en santé mentale.

### Ligne d'aide en cas de crise de suicide

9-8-8 9-8-8

[www.988.ca/fr](http://www.988.ca/fr)

Soutien 24/7 pour toute personne ayant des pensées suicidaires ou s'inquiétant pour quelqu'un d'autre.

### Ligne de crise pour les jeunes

1-877-377-7775

[www.ysb.ca/fr](http://www.ysb.ca/fr)

Ligne de crise et service de clavardage 24/7 pour les enfants, les jeunes (0-17 ans) et leurs proches.

### Centre antipoison

1-800-268-9017

Conseils disponibles 24/7 en cas d'exposition à des poisons ou à des produits chimiques.

## Soutien général

### ESO GF Connecter aux services

[www.esogf.ca/connecter-aux-services/](http://www.esogf.ca/connecter-aux-services/)

Trouvez des services par lieu et catégorie. Envoyez votre propre référence.

### 211

2-1-1

[211ontario.ca](http://211ontario.ca)

Connectez 24/7 à des services dans plus de 150 langues.

### Santé811

8-1-1

[health811.ontario.ca](http://health811.ontario.ca)

Conseils en santé 24/7 ou accès à des services de santé et sociaux.

### Soutien aux aidants naturels

1-833-416-CARE

[aidantsontario.ca](http://aidantsontario.ca)

Variété de ressources pour soutenir les personnes aidantes.

## Santé

### Accès Soins

1-800-445-1822

[ontario.ca/accessoins](http://ontario.ca/accessoins)

Trouvez un médecin de famille ou une infirmière praticienne. En ligne ou par téléphone.

### Bureau de santé de l'est de l'Ontario

1-800-267-7120

[www.bseo.ca](http://www.bseo.ca)

Services de santé publique pour l'Est de l'Ontario : vaccins, santé mentale, enfants, sécurité alimentaire et plus.

### Clinique de soins virtuels de la région de l'Est

1-888-684-1999

[www.virtualcareontario.ca](http://www.virtualcareontario.ca)

Offre des rendez-vous de soins virtuels aux résidents de l'Est de l'Ontario, 7 jours sur 7, de 13 h à 21 h. Pour des problèmes de santé non urgents.

### Santé à domicile Ontario

1-800-538-0520

[www.ontariosanteadomicile.ca](http://www.ontariosanteadomicile.ca)

Coordonne les soins à domicile et en milieu communautaire. Soins infirmiers, soutien personnel et placement en soins de longue durée.

# Santé mentale et utilisation de substances

## AccèsSMT

 [www.accessmt.ca](http://www.accessmt.ca)

Point d'accès unique pour aider les 16+ de l'Est ontarien à trouver du soutien en santé mentale, consommation ou dépendances.

## ConnexOntario

 1-866-531-2600

 Textez CONNEX au 247247

 [www.connexontario.ca/fr](http://www.connexontario.ca/fr)

Soutien 24/7 par téléphone, clavardage, texto ou courriel (santé mentale, dépendances et jeu).

## La clinique de consultation sans rendez-vous

 2-1-1 pour de l'aide à la prise de rendez-vous

 [walkincounselling.com/?lang=fr](http://walkincounselling.com/?lang=fr)

Counseling gratuit par téléphone ou vidéo, le jour même ou le lendemain, pour les jeunes, adultes et familles. Jusqu'à 3 séances en anglais, français, arabe ou espagnol.

## eSantéMentale.ca

 [www.esantementale.ca](http://www.esantementale.ca)

Répertoire en ligne bilingue offrant de l'information fiable en santé mentale et une base de données consultable, allant de l'autoassistance aux professionnels.

# Enfants et jeunes

## 1appel1clic

 1-877-377-7775

 [www.1appel1clic.ca](http://www.1appel1clic.ca)

Aide les enfants, les jeunes (0-21 ans) et les aidants à accéder à des services en santé mentale, en dépendances et en neurodéveloppement.

## Parlons maintenant


 1-855-416-8225

 [www.onestoptalk.ca/fr](http://www.onestoptalk.ca/fr)

Counseling virtuel gratuit et sans rendez-vous pour les jeunes de l'Ontario (0-17 ans) par clavardage, vidéo ou téléphone.

## Carrefour bien-être pour les jeunes

 613-577-7216

 [www.youthhubs.ca/site/cornwall-sdg-youth-wellness-hub](http://www.youthhubs.ca/site/cornwall-sdg-youth-wellness-hub)

Sans rendez-vous à Cornwall et Alexandria. Soutien en santé mentale, soins primaires et services sociaux pour les 12 à 25 ans.

# Aînés et personnes en situation de handicap

## AccèsSSC

 [www.accesscss.ca/fr-ca](http://www.accesscss.ca/fr-ca)

Aide les aînés et les adultes en situation de handicap de l'Est ontarien à accéder à plus de 370 services de soutien communautaire (réadaptation post-traumatique, soins en démence, troubles du langage, etc.) par auto-référence ou référence électronique.

## Programme gériatrique régional de l'Est de l'Ontario

 613-761-4145

 [www.rgpeo.com/fr](http://www.rgpeo.com/fr)

Réseau coordonné de services gériatriques spécialisés pour les 65+, offrant des soins de l'hôpital jusqu'au domicile : évaluations, cliniques de la mémoire, soutiens communautaires, etc.