

# Références pour les éclaireurs

Voici des ressources, des lignes d'écoute et des sites à suggérer et à partager



## 811

### Info-Social / Info-Santé (24/7)

Pour toute situation psychosociale ou pour des questions de santé

## JEUNES ET FAMILLES

### Tel Jeunes

1 800 263-2266 (téléphone)  
514 600-1002 (texto)

### Jeunesse J'écoute

1 800 668-6868

### Ligne Parents

1 800 361-5085

Soutien professionnel gratuit. Le site Web contient de l'information sur de nombreux sujets, de l'arrivée du bébé à l'adolescence

Clavardage en ligne :

<https://www.ligneparents.com/LigneParents>

### Parents.Qc

Un site de référence pour des ressources d'aide et de soutien aux parents

<https://parents.quebec/>

### Direction de la protection de la jeunesse (DPJ-signalement)

1 800 361-8665

## ADULTES ET POUR TOUS

### Tel-Aide

800-600-2433

Pour parler et être écouté  
<http://www.telaide.org/>

### SOS Violence conjugale

1 800 363-9010

<http://www.sosviolenceconjugale.ca/>

### Info-aide violence sexuelle

1 888 933-9007

<https://infoaideviolencesexuelle.ca/>

### Centre prévention suicide Côte-Nord

1 866 APPELLE (277-3553)

Prévention du suicide et aide aux personnes endeuillées à la suite d'un suicide

### Interligne

514 866-0103 ou 1 888 505-1010

Soutien aux personnes LGBTQ+ et à leurs proches, également par texto

<https://interligne.co/>

### ANEB Anorexie et boulimie Québec

514 630-0907 ou  
1 800 630-0907 (texto)

<https://anebquebec.com/>

### Drogue : aide et référence

1 800 265-2626

<https://www.aidedrogue.ca/>

### Jeu : aide et référence

418-589-5701 ou 1 800 461-0140

<https://aidejeu.ca/>

### Tel-Aînés

514 353-2463

Pour parler et être écouté  
<https://tel-ecoute.org/>

### Ligne Aide Abus Aînés

1 888 489 2287

### L'Appui pour les proches aidants

1 855 872-7784

Service Info-aidant (soutien aux proches aidants)

<https://www.lappui.org/>

### Centre d'aide aux victimes d'actes criminels de la Côte-Nord - CAVAC

418-294-8034

Victime d'un acte criminel, si vous êtes un proche d'une victime, si vous avez été témoin d'une agression, d'un vol par effraction ou de tout autre crime