



## RÉSEAU DE SOUTIEN PAR LES PAIRS

### RÉPERTOIRE DES RESSOURCES D'AIDE

#### RESSOURCES DISPONIBLES

##### Ressources générales

**Programme d'aide aux employés et à la famille (PAEF) :**

Tél. : 1 855 612-2998

**Info sociale :** Tél. : 811- option #2

**Tel-Aide :** Tél. : 1 877-700-2433

**Écoute entraide :** 7 jours / semaine de 08h00 à 22h00

Tél. : 1 855 365-4463

##### Suicide

**Centre de prévention suicide :**

1 866 APPELLE ou 1 866 277-3553 Texto : 535353

Si le danger est imminent : 911

##### Violence conjugale

**SOS Violence Conjugale :** Tél. : 1 800 363-9010

##### Maisons d'hébergement pour femmes victimes de violence conjugale

**L'amie d'elle – Forestville**

Tél. : 418 587-2533

**Maison des femmes de Baie-Comeau**

Tél. : 418 296-4733

**Maison des femmes de Sept-Îles**

Tél. : 418 962-8141

**Maison d'aide et d'hébergement de Fermont**

Tél. : 418 287-5896

##### Violence sexuelle

**Info – Aide Violence Sexuelle :** Tél. : 1 888 933-9007

##### Abus envers les ainés

**Ligne d'Aide Abus Ainés :** Service 7 jours sur 7 de 8h-20h.

Tél. : 1 888 489-2288

##### Diversité sexuelle

**Interligne.co :** Tél. : 1 888 505-1010

##### Toxicomanie et dépendance

**Drogue – Aide et référence :** Tél. : 1 800 265-2626

**Alcooliques Anonymes :** Tél. : 1 866 544-6320

**Narcotiques Anonymes :** Tél. : 1 855 544-6362

**AideJeu :** Tél. : 1 800 461-0140

##### Couple en crise

**Dépendant affectif Anonyme Québec :**

Tél. : 1 877 621-4744

##### Pour les parents

**LigneParents :** Tél. : 1 800 361-5085

##### Pour les jeunes

**Tel-jeunes :**

Tél. : 1 800 263-2266

Texto : 514 600-1002

**Jeunesse, j'écoute :**

Tél. : 1 800 668-6868

Texto : 686868

<https://www.cisss-cotenord.gouv.qc.ca/soins-et-services/organismes-communautaires/>